16th. INTERNATIONAL SPORT SCIENCES CONGRESS®

31st October - 03rd November 2018
Aska Hotel, Lara - ANTALYA / TURKEY

"Sports Sciences for Sustainable Success"

BOOK of ABSTRACTS

www.sbk2018.org

burkon TOURISM & CONGRESS

16th. INTERNATIONAL SPORT SCIENCES CONGRESS®

31st October - 03rd November 2018
Aska Hotel, Lara - ANTALYA / TURKEY

"Sports Sciences for Sustainable Success"

BİLDİRİ KİTABI

www.sbk2018.org

burkon TOURISM & CONGRESS

16. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi

16th International Sport Sciences Congress

31 - 03 Kasım 2018, Aska Hotel, Lara-Antalya

31st October - 03th November, 2018, Aska Hotel, Lara -Antalya

BİLDİRİ KİTABI

BOOK of ABSTRACTS

Değerli Spor Bilimciler,

Spor Bilimleri Derneğinin organizatörlüğünde 31 Ekim -3 Kasım 2018 tarihleri arasında Antalya'da düzenlenecek olan 16. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi'nde sizleri ağırlayacak olmaktan büyük mutluluk duymaktayız.

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

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

Spor bilimlerinin bu büyük bilgi şöleni için 31 Ekim -3 Kasım 2018’ de ANTALYA' da birlikte olmak dileğiyle...

Saygılarımla,

Prof. Dr. Mehmet GÜNAY
Kongre Başkanı

Dear Sports Scientists,

We are more than pleased to host you in the 16th International Sport Sciences Congress to be organized in Antalya, between October 31 and November 3, 2018 by the Sport Sciences Association

.

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

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

Wishing to be together in ANTALYA on October 31 – November 3, 2018 for this great feast of information on sports sciences...

Yours sincerely,

Prof. Dr. Mehmet GÜNAY
Chairman of the Congress

KURULLAR / COMMITTEES

Kongre Onur Kurulu / Congress Honorary Board

Mehmet Muharrem KASAPOĞLU - Gençlik ve Spor Bakanı

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

Mehmet BAYKAN - Spor Genel Müdürü

Münir KARALOĞLU - Antalya Valisi

Menderes Mehmet Tevfik TÜREL - Antalya Büyükşehir Belediye Başkanı

Aydın ERGÜN - Aksu Kaymakamı

Halil ŞAHİN - Aksu Belediye Başkanı

Mehmet Muharrem KASAPOĞLU - Spor Toto Teşkilat Başkanı

Kongre Organizasyon Kurulu / Congress Organization Committee

Mehmet GÜNAY - Gazi Üniversitesi (Kongre Başkanı)

Mitat KOZ - Ankara Üniversitesi

Gülfem ERSÖZ - Ankara Üniversitesi

Gıyasettin DEMİRHAN - Hacettepe Üniversitesi

Cengiz ARSLAN - Fırat Üniversitesi

Timuçin GENCER - Ege Üniversitesi

Hayri ERTAN - Anadolu Üniversitesi

Selda BEREKET - Marmara Üniversitesi

Ömer ŞENEL - Gazi Üniversitesi

Burhanettin HACICAFEROĞLU - Antalya Gençlik Spor İl Müdürü

Bilimsel Sekreterya / Scientific Secretariat

Dr. Akın ÇELİK
Dr. Pınar KARACAN DOĞAN
Dr. Funda KOÇAK
Dr. Elif ÖZ
Özgün PARASIZ
Dr. Ahmet PEKEL

Spor Bilimleri Derneği Yönetim Kurulu / Board of Sport Science Association

Mehmet GÜNAY - Gazi Üniversitesi (Başkan)

Cengiz ARSLAN - Fırat Üniversitesi (Başkan Yardımcısı)

Mitat KOZ - Ankara Üniversitesi (Genel Muhasip)

Gülfem ERSÖZ - Ankara Üniversitesi (Genel Sekreter)

Gıyasettin DEMİRHAN - Hacettepe Üniversitesi (Üye)

Timuçin GENCER - Ege Üniversitesi (Üye)

Hayri ERTAN - Anadolu Üniversitesi (Üye)

Spor Bilimleri Derneği Denetleme Kurulu / Sport Science Association Auditing Committee

M. Levent İNCE - ODTÜ

Tahir HAZIR - Hacettepe Üniversitesi

Cengiz AKALAN - Ankara Üniversitesi

Spor Bilimleri Derneği Önceki Başkanları / Past Presidents of Sport Science Association

Caner AÇIKADA

Yavuz TAŞKIRAN

Hasan KASAP

M. Ferit ACAR

Birol DOĞAN

Haydar DEMİREL

Gıyasettin DEMİRHAN

Bilim Kurulu / Scientific Committee

Dr. Gülfem ERSÖZ (Başkan)

Bilim Kurulu Üyeleri / Scientific Committee Members

Dr. A. Haydar DEMİREL	Dr. Gül BALTACI	Dr. Nadhim AL-WATTAR - IRQ
Dr. A. Azmi YETİM	Dr. Gülfem ERSÖZ	Dr. Naito HİSASHİ - JAP
Dr. Abdülkerim Kasım BALTACI	Dr. Güner EKENCİ	Dr. Neagu NICOLEA - ROM
Dr. Adela BADAU - ROM	Dr. Günter A. PILZ - GER	Dr. Nefise BULGU
Dr. Aina CHALABAEV - FR	Dr. Günter AMESBER - AUT	Dr. Neil AMSTRONG - ENG
Dr. Ali Ahmet DOĞAN	Dr. Gürbüz BÜYÜKYAZI	Dr. Nevin Aysel GÜZEL
Dr. Ali Emre EROL	Dr. H. Birol ÇOTUK	Dr. Nevin ERGUN
Dr. Ali ERDOĞAN	Dr. Hakan - GÜR	Dr. Nevzat MİRZEOĞLU
Dr. Ali Murat ZERGEROĞLU	Dr. Hakan Salim ÇAĞLAYAN	Dr. Nikolaos DİGELİDİS - GRE
Dr. Alin LARİON ROM	Dr. Hakkı ÇOKNAZ	Dr. Nimet H. KORKMAZ
Dr. Andrijana MISOVSKI - MKD	Dr. Halil TAŞKIN	Dr. Niyazi ENİSELER
Dr. Andriy VOVKANYCH	Dr. Hans Georg PREDEL - GER	Dr. Norbert MÜLLER - GER
Dr. Arslan KALKAVAN	Dr. Harald TSCHAN - AUT	Dr. Nurtekin ERKMEN
Dr. Asuman Seda SARACALOĞLU	Dr. Hasan KASAP	Dr. Oğuz KARAMIZRAK
Dr. Athanasios G. PAPAİOANNOU - GRE	Dr. Hatice ÇAMLIYER	Dr. Oktay ÇAKMAKÇI
Dr. Axel KNICKER - GER	Dr. Hatice PAŞAOĞLU	Dr. Osman İMAMOĞLU
Dr. Aysel PEHLİVAN	Dr. Hayri ERTAN	Dr. Ökkeş A.GENÇAY
Dr. Ayşe Kin İŞLER	Dr. Herbert WAGNER - AU	Dr. Ömer ŞENEL
Dr. B. Muzaffer ÇOLAKOĞLU	Dr. Hiroyuki NUNOME - JAP	Dr. Özbay GÜVEN
Dr. Bahtiyar ÖZÇALDIRAN	Dr. Hürmüz KOÇ	Dr. Özcan SAYGIN
Dr. Behice DURGUN	Dr. Ian HAEZLEWOOD - AU	Dr. Özkan TÜTÜNCÜ
Dr. Bekir ÇOKSEVİM	Dr. Ioan TURCU - RO	Dr. Paul G. SCHEMPP - ABD
Dr. Bekir YÜKTAŞIR	Dr. Ivo JIRASEK - CZ	Dr. Perican BAYAR
Dr. Bilal ÇOBAN	Dr. İbrahim YILDIRAN	Dr. Peter BONOV - BUL
Dr. Bilge DONUK	Dr. İfet MAHMUTOVİÇ - BİH	Dr. Peter HASTİE - USA
Dr. Birol DOĞAN	Dr. İlhan ŞEN	Dr. Peter SPITZENFEIL - GER
Dr. Branislav ANTALA - SK	Dr. İlhan TOKSÖZ	Dr. Phillip WARD - USA
Dr. Bryan McCORMICK - ABD	Dr. İlker YILMAZ	Dr. R. Timuçin GENCER

Dr. Burhan CUMRALIĞİL	Dr. James HARDY - ENG	Dr. Ramiz ARABACI
Dr. Bülent AĞBUĞA	Dr. Jayne CAUDWELL - UK	Dr. Rasim KALE
Dr. Bülent BAYRAKTAR	Dr. Jean COTE CAN	Dr. Razvan ENOİU - ROM
Dr. Bülent ÜLKAR	Dr. Jeffrey MARTIN - USA	Dr. Recep GÜRSOY
Dr. Can İKİZLER	Dr. Jim PARRY - ENG	Dr. Renato MANN - ITA
Dr. Canan KOCA ARITAN	Dr. Jonathan FOLLAND - UK	Dr. Reza RAJABİ - IRN
Dr. Caner AÇIKADA	Dr. Josef HACKFORTH - GER	Dr. Robert C. SCHNEIDER - USA
Dr. Cecilia GEVAT ROM	Dr. Josko MİLENKOSKİ - MKD	Dr. Robert SCALES - USA
Dr. Cem Şeref BEDİZ	Dr. Jurgen BUSCHMANN - GER	Dr. Roger ENOKA - USA
Dr. Cengiz ARSLAN	Dr. Kairat ZAKİRYANOV - KAZ	Dr. Rüştü GÜNER
Dr. Cenk AYDIN	Dr. Kanat CANUZAKOV - KRG	Dr. Saadet Rana VAROL
Dr. Christian WACKER - GER	Dr. Karyn HAMILTON - USA	Dr. Sadi KURDAK
Dr. Christoph BREUER - GER	Dr. Kaukab AZEM - IND	Dr. Saeid Dabbagh NIKOUKHESLAT - IRN
Dr. Christopher BELL - USA	Dr. Kemal Nuri ÖZERKAN	Dr. Salih PINAR
Dr. Cristoph RASCHKA - GER	Dr. Kemal TAMER	Dr. Sami MENGÜTAY
Dr. Dana BADAU - ROM	Dr. Khaled EBADA - EGY	Dr. Scott POWERS USA
Dr. Daniela DASHEVA - BUL	Dr. Konstantinos GEORGİADİS - GRE	Dr. Sefer ADA
Dr. Danyel REİCHE - GER	Dr. Kostas ALEXANDRİS - GRE	Dr. Selda BEREKET
Dr. David TOD - UK	Dr. Kürşat KARACABEY	Dr. Selma KARACAN
Dr. Dilara ÖZER	Dr. Lence Aleksovska VELICKOVSKA - MKD	Dr. Sema ALAY ÖZGÜL
Dr. Dusan MITIC - RS	Dr. M. Ferit ACAR	Dr. Semiyha TUNCEL
Dr. Dusko BJELİCA - MNE	Dr. M. Kamil ÖZER	Dr. Serhat DENİZ
Dr. Eddie TAKCHING LAM - USA	Dr. M. Levet İNCE	Dr. Serkan HAZAR
Dr. Edward COYLE - USA	Dr. M. Settar KOÇAK	Dr. Seydi Ahmet AĞAOĞLU
Dr. Ekrem ÇOLAKHODZIÇ - BiH	Dr. M. Yalçın TAŞMEKTEPLİGİL	Dr. Seydi KARAKUŞ
Dr. Elizabeth C.J. PİKE - UK	Dr. M. Yavuz TAŞKIRAN	Dr. Seyhan HASIRCI
Dr. Emanuele ISIDORI - ITA	Dr. Mahmood GOUDARZİ - IRN	Dr. Shams MUSTAFAYEVA - AZE
Dr. Emin ERGEN	Dr. Manfred LÄMMER - GER	Dr. Simon CHADWİCK - UK
Dr. Emin KURU	Dr. Marcia De FRANCESCHİ NETO - BRZ	Dr. Simona PAJAUJIENE - LT
Dr. Erdal ZORBA	Dr. Margot NIESSEN - GER	Dr. Stevo POPOVİC - MNE
Dr. Erkan Faruk ŞİRİN	Dr. Martin LAMES - GER	Dr. Suat KARAKÜÇÜK
Dr. Eric MUELLER - AUT	Dr. Mary O'SULLİVAN - IRL	Dr. Sükrü Serdar BALCI

Dr. Erkut KONTER	Dr. Matthew P. BUMAN - USA	Dr. Süleyman PATLAR
Dr. Erzhan MAKHANBET - KAZ	Dr. Mehmet Akif ZİYAGİL	Dr. Şefik TİRYAKİ
Dr. F. Filiz ÇOLAKOĞLU	Dr. Mehmet GÜÇLÜ	Dr. Tayfun AMMAN
Dr. F. Hülya AŞÇI	Dr. Mehmet GÜNAY	Dr. Tunç AKKOÇ
Dr. Fadıl MAMUTİ - MKD	Dr. Mehmet KILIÇ	Dr. Turgay BİÇER
Dr. Faruk YAMANER	Dr. Mehmet KUTLU	Dr. Turgut KAPLAN
Dr. Fatih ÇATIKKAŞ	Dr. Metin ARGAN	Dr. Ulrich HARTMAN - GER
Dr. Fatih KILINÇ	Dr. Metin KAYA	Dr. Ünsal SIĞRI
Dr. Fehim COŞAN	Dr. Metin Vehbi SAYIN	Dr. Vedat ÇINAR
Dr. Fehmi TUNCEL	Dr. Metin YAMAN	Dr. Vern NEVILLE - UK
Dr. Fereidoon TONDNEVİS - IRN	Dr. Mireala DAMİAN - ROM	Dr. Werner NACHBAUER - AUT
Dr. Ferman KONUKMAN - QATAR	Dr. Mitat KOZ	Dr. Yalçın KAYA
Dr. Feza KORKUSUZ	Dr. Mounire KOUACHE - ALG	Dr. Yalçın TAŞMEKTEPLİĞİL
Dr. Füsun Öztürk KUTER	Dr. Murat KALDIRIMCI	Dr. Yaşar Gül ÖZKAYA
Dr. Gazanfer DOĞU	Dr. Muhsin HAZAR	Dr. Yavuz TAŞKIRAN
Dr. Geoffrey GOLDSPING - UK	Dr. Musa Selimi - KOS	Dr. Yücel OCAK
Dr. Georgiados COSTANTİNOS - GRE	Dr. Müslüm BAKIR	Dr. Yüksel SAVUCU
Dr. Gıyasettin DEMİRHAN	Dr. N. Güven ERDİL	Dr. Zsolt RADAK HUN
Dr. Gökhan BAYRAKTAR	Dr. N. Kemal ÖZERKAN	

Hakem Kurulu / Referee Committee

Dr. A. Filiz ÇAMLIGÜNEY	Dr. Fatma İlker KERKEZ	Dr. Mustafa KARAHAN
Dr. A. Oya ERKUT	Dr. Fatma Neşe ŞAHİN	Dr. Mustafa Kayıhan ERBAŞ
Dr. Abdullah CENİKLİ	Dr. Fatma Pervin BİLİR	Dr. Mustafa ÖZDAL
Dr. Abdurrahman AKTOP	Dr. Fatma SAÇLI UZUNÖZ	Dr. Mustafa Yaşar ŞAHİN
Dr. Abdurrahman KEPOĞLU	Dr. Fehmi ÇALIK	Dr. Mustafa YILDIZ
Dr. Adnan ERSOY	Dr. Ferda GÜRSEL	Dr. Mutlu TÜRKMEN
Dr. Adnan TURGUT	Dr. Fırat AKÇA	Dr. Mürsel BİÇER
Dr. Ahmet ALPTEKİN	Dr. Fikret RAMAZANOĞLU	Dr. Nazan KOŞAR
Dr. Ahmet GÖKHAN YAZICI	Dr. Fikret SOYER	Dr. Nazmi SARITAŞ
Dr. Ahmet Haktan SİVRİKAYA	Dr. Funda KOÇAK	Dr. Necip Fazıl KİSHALI
Dr. Ahmet Nusret BULGURCUOĞLU	Dr. Gökhan ACAR	Dr. Nevzat Selim GÖKAY

Dr. Ahmet UZUN	Dr. Gökhan ÇALIŞKAN	Dr. Nurettin KONAR
Dr. Akın ÇELİK	Dr. Gönül BABAYİĞİT İREZ	Dr. Nurper ÖZBAR
Dr. Aksel ÇELİK	Dr. Gülbil RUDARLI NALÇALKAN	Dr. Nusret RAMAZANOĞLU
Dr. Ali AYCAN	Dr. Gülfem SEZEN BALÇIKANLI	Dr. Oğuz ÖZBEK
Dr. Ali Dursun AYDIN	Dr. Gülsüm BAŞTUĞ	Dr. Oğuzhan YONCALIK
Dr. Ali KIZILET	Dr. Gülten HERGÜNER	Dr. Olcay KİREMİTÇİ
Dr. Ali TEKİN	Dr. H. Hüsrev TURNAGÖL	Dr. Olcay MÜLAZIMOĞLU
Dr. Alpan CİNEMRE	Dr. H. Murat ŞAHİN	Dr. Orcan MIZRAK
Dr. Alparslan ERMAN	Dr. H. Ahmet PEKEL	Dr. Önder DAĞLIOĞLU
Dr. Alparslan İNCE	Dr. H. Alper GÜNGÖRMÜŞ	Dr. Özer YILDIZ
Dr. Alparslan KARTAL	Dr. Hacı Murat ŞAHİN	Dr. Özgür BOSTANCI
Dr. Alparslan ÜNVEREN	Dr. Hakan KOLAYİŞ	Dr. Özgür MÜLAZIMOĞLU BALLI
Dr. Alparslan YILMAZ	Dr. Hakan SUNAY	Dr. Özgür ÖZKAYA
Dr. Alpay GÜVENÇ	Dr. Hakan ÜNAL	Dr. Özlem ORHAN
Dr. Alper ASLAN	Dr. Hakkı ULUCAN	Dr. Pervin BİLİR
Dr. Alper KARADAĞ	Dr. Halil BİŞĞİN	Dr. Pınar GÜZEL
Dr. Alper UĞRAŞ	Dr. Haluk KOÇ	Dr. R. Ferudun DORAK
Dr. Ani AGOPYAN	Dr. Hamdi PEPE	Dr. Ragıp PALA
Dr. Atalay GACAR	Dr. Hamit CİHAN	Dr. Recep KÜRKÇÜ
Dr. Atilla PULUR	Dr. Hanife Banu ATAMAN YANCI	Dr. Reşat KARTAL
Dr. Ayda KARACA	Dr. Hasan AKKUS	Dr. Rıdvan EKMEKÇİ
Dr. Aydın ŞENTÜRK	Dr. Hasan Birol YALÇIN	Dr. Rüçhan İRİ
Dr. Ayşe Dilşad MİRZEOĞLU	Dr. Hasan ŞAHAN	Dr. Sadettin KİRAZCI
Dr. Ayşe Gökçe ERTURAN	Dr. Hayrettin GÜMÜŞDAĞ	Dr. Savaş DUMAN
Dr. Ayşe TÜRKSOY	Dr. Hayri DEMİR	Dr. Sebahattin DEVECİOĞLU
Dr. Aytekin SOYKAN	Dr. Hüdaverdi MAMAK	Dr. Sefa LÖK
Dr. Bahri GÜRPINAR	Dr. Hüseyin KIRIMOĞLU	Dr. Selahattin AKPINAR
Dr. Baki YILMAZ	Dr. Hüseyin ÖZTÜRK	Dr. Selami YÜKSEK
Dr. Baybars Recep EYNUR	Dr. Hüseyin ÜNLÜ	Dr. Selçuk AKPINAR
Dr. Bekir MENDEŞ	Dr. Ilker OZMUTLU	Dr. Selçuk GENÇAY
Dr. Bergün MERİÇ BİNGÜL	Dr. İbrahim BOZKURT	Dr. Selda UZUN
Dr. Betül BAYAZIT	Dr. İbrahim Bülent FİŞEKÇİOĞLU	Dr. Selhan ÖZBEY
Dr. Beyza Merve AKGÜL	Dr. İbrahim CİCİOĞLU	Dr. Selma CİVAR YAVUZ

Dr. Bilal DEMİRHAN	Dr. İbrahim EDİN	Dr. Serap ÇOLAK
Dr. Bilal Utku ALEMDAROĞLU	Dr. İbrahim ERDEMİR	Dr. Serdar GERİ
Dr. Bilehan BAYDİL	Dr. İbrahim ŞAHİN	Dr. Serdar ORHAN
Dr. Burak GÜRER	Dr. İdris YILMAZ	Dr. Serdar TOK
Dr. Burçin ÖLÇÜCÜ	Dr. İlhan ADİLOĞULLARI	Dr. Serkan HACICAFEROĞLU
Dr. Bülent AĞBUĞA	Dr. İlhan ŞEN	Dr. Serkan İBİŞ
Dr. Bülent GÜRBÜZ	Dr. İlker ÖZMUTLU	Dr. Serkan REVAN
Dr. Cem KURT	Dr. İmdat YARIM	Dr. Sibel ARSLAN
Dr. Cemal GÜNDOĞDU	Dr. İrfan YILDIRIM	Dr. Sinan AYAN
Dr. Cemali ÇANKAYA	Dr. İsmail GÖKHAN	Dr. Sultan HARBİLİ
Dr. Cemil Tuğrulhan ŞAM	Dr. Kadir PEPE	Dr. Süleyman Murat YILDIZ
Dr. Cengiz AKALAN	Dr. Kemal GÖRAL	Dr. Sümmani EKİCİ
Dr. Cengiz KARAGÖZOĞLU	Dr. Kenan ŞEBİN	Dr. Şahin ÖZEN
Dr. Cevdet CENGİZ	Dr. Kerem Yıldırım ŞİMŞEK	Dr. Şebnem ŞARVAN CENGİZ
Dr. Çağrı ÇELENK	Dr. Korkmaz YİĞİTER	Dr. Şenay ŞAHİN
Dr. Çetin ÖZDİLEK	Dr. Kürşad GÜLBEYAZ	Dr. Şerife VATANSEVER
Dr. Çetin YAMAN	Dr. Kürşad SERTBAŞ	Dr. Şükrü Serdar BALCI
Dr. Deniz DEMİRCİ	Dr. Latif AYDOS	Dr. Tahir HAZIR
Dr. Dilek SEVİMLİ	Dr. Levent ATALI	Dr. Tamer KARADEMİR
Dr. Dilşad ÇOKNAZ	Dr. Leyla SARAÇ	Dr. Taner BOZKUŞ
Dr. Dursun KATKAT	Dr. Leyla YILMAZ	Dr. Tarık SEVİNDİ
Dr. Duygu Harmandar DEMİREL	Dr. M. Fatih KARAHÜSEYİNOĞLU	Dr. Tekin ÇOLAKOĞLU
Dr. Ebru ÇETİN	Dr. M. Zeki ÖZKOL	Dr. Tennur YERLİSU LAPA
Dr. Ebubekir AKSAY	Dr. M. Çağrı ÇETİN	Dr. Tonguç Osman MUTLU
Dr. Ekrem Levent İLHAN	Dr. M. Emin KAFKAS	Dr. Tuna USLU
Dr. Elif KARAGÜN	Dr. M. Zeki ÖZKOL	Dr. Turgay ÖZGÜR
Dr. Elif ŞIKTAR	Dr. Mahmut AÇAK	Dr. Turhan TOROS
Dr. Emin SÜEL	Dr. Malik BEYLEROĞLU	Dr. Tülin ATAN
Dr. Emine ÇAĞLAR	Dr. Manolya AKIN	Dr. Ufuk ALPKAYA
Dr. Emrah ATAY	Dr. Mehibe AKANDERE	Dr. Uğur ABAKAY
Dr. Emre BELLİ	Dr. Mehmet ACET	Dr. Uğur Altay MEMİŞ
Dr. Engin GEZER	Dr. Mehmet BAYANSALDUZ	Dr. Ümid KARLI
Dr. Erbil HARBİLİ	Dr. Mehmet DALLI	Dr. Ünal TÜRKÇAPAR

Dr. Ercan GÜR	Dr. Mehmet DEMİREL	Dr. Vedat AYAN
Dr. Erdinç ŞIKTAR	Dr. Mehmet Ertuğrul ÖZTÜRK	Dr. Veysel KÜÇÜK
Dr. Erdoğan TOZOĞLU	Dr. Mehmet KOÇAK	Dr. Yağmur AKKOYUNLU
Dr. Erkal ARSLANOĞLU	Dr. Mehmet M. YORULMAZLAR	Dr. Yahya POLAT
Dr. Erkan DEMİRKAN	Dr. Mehmet ÖZAL	Dr. Yakup Akif AFYON
Dr. Erkut TUTKUN	Dr. Mehmet ÖZDEMİR	Dr. Yalçın BEŞİKTAŞ
Dr. Erman ÖNCÜ	Dr. Mehmet ÖZTÜRK	Dr. Yaprak KALEMOĞLU VAROL
Dr. Ersan KARA	Dr. Mehmet TÜRKMEN	Dr. Yaşar SALCI
Dr. Ertuğrul GELEN	Dr. Mehmet ULUKAN	Dr. Yaşar TATAR
Dr. Esin Esra ERTURAN ÖĞÜT	Dr. Melih Nuri SALMAN	Dr. Yavuz Selim AĞAOĞLU
Dr. Esin GÜLLÜ	Dr. Menşure AYDIN	Dr. Yavuz YILDIZ
Dr. Evren TERCAN KAAS	Dr. Meriç ERASLAN	Dr. Yıldız YAPRAK
Dr. Evrim ÇAKMAKÇI	Dr. Mert AYDOĞMUŞ	Dr. Yunus ARSLAN
Dr. Eyüp NACAR	Dr. Metin BAYRAM	Dr. Yunus YILDIRIM
Dr. Eyüp YILDIRIM	Dr. Metin ŞAHİN	Dr. Yusuf CAN
Dr. Ezgi ERTUZUN	Dr. Mikail TEL	Dr. Yusuf KÖKLÜ
Dr. F. Zişan KAZAK ÇETİNKALP	Dr. Muhammed Emin KAFKAS	Dr. Zafer ÇİMEN
Dr. Fahri AKÇAKOYUN	Dr. Murat AKYÜZ	Dr. Zekai PEHLEVAN
Dr. Faik ARDAHAN	Dr. Murat BİLGE	Dr. Zekeriya GÖKTAŞ
Dr. Faruk TURGAY	Dr. Murat ELİÖZ	Dr. Zeki COŞKUNER
Dr. Fatih BEKTAŞ	Dr. Murat KANGALGİL	Dr. Zekine PÜNDÜK
Dr. Fatih DERVENT	Dr. Murat ŞENTUNA	Dr. Zeynep Filiz DİNÇ
Dr. Fatih HAZAR	Dr. Murat TAŞ	Dr. Zinnur GEREK
Dr. Fatih KIYICI	Dr. Murat TEKİN	Dr. Zişan KAZAK ÇETİNKALP
Dr. Fatma ARSLAN	Dr. Mustafa AKIL	Dr. Ziya BAHADIR
Dr. Fatma Çelik KAYAPINAR	Dr. Mustafa ATLİ	

DESTEKLEYEN KURUM VE KURULUŞLAR
SUPPORTING INSTITUTIONS AND ORGANIZATIONS

İÇİNDEKİLER
TABLE of CONTENTS

KURULLAR / COMMITTEES **6**
DESTEKLEYEN KURUM VE KURULUŞLAR - SUPPORTING INSTITUTIONS AND ORGANIZATIONS **14**
İÇİNDEKİLER - TABLE OF CONTENTS **15**
KONUŞMA ÖZETLERİ - SPEECH ABSTRACTS **17**
SÖZEL BİLDİRİ ÖZETLERİ - ORAL PRESENTATION ABSTRACTS **42**
ANTRENMAN VE HAREKET BİLİMLERİ / TRAINING AND MOVEMENT SCIENCE 43
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR EĞİTİMİ / PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS EDUCATION 321
EGZERSİZ VE SPOR FİZYOLOJİSİ / EXERCISE AND SPORTS PHYSİOLOGY 451
EGZERSİZ VE SPOR PSİKOLOJİSİ / EXERCISE AND SPORTS PSYCHOLOGY 558
EGZERSİZ VE SPORDA BESLENME / NUTRITION IN EXERCISE AND SPORTS 696
ENGELLİLER İÇİN BEDEN EĞİTİMİ, SPOR VE FİZİKSEL AKTİVİTE / PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS IN DISABILITIES 728
FİZİKSEL AKTİVİTE VE SAĞLIK / PHYSICAL ACTIVITY AND HEALTH 758
FİZİKSEL UYGUNLUK / PHYSICAL FİTNESS 842
KİNANTROPOMETRİ / KINANTROPOMETRY 855
MOTOR GELİŞİM VE ÖĞRENME / MOTOR DEVELOPMENT AND LEARNING 864
OLİMPİZM / OLYMPISM 873
REKREASYON / RECREATION 881
SPOR BİYOMEKANİĞİ VE KİNESİYOLOJİ / SPORT BIOMECHANICS AND KINESIOLOGY 957
SPOR EKONOMİSİ, SPONSORLUK VE PAZARLAMA / SPORTS ECONOMY, SPONSORSHIP AND MARKETING 990
SPOR FELSEFESİ / SPORTS PHYLOSOPY 1001
SPOR İŞLETMECİLİĞİ / SPORT BUSİNESS 1004
SPOR SOSYOLOJİSİ / SPORTS SOCİOLOGY 1009
SPOR TARİHİ / SPORTS HISTORY 1042
SPOR YÖNETİMİ / SPORTS MANAGEMENT 1048
SPOR YARALANMALARINI ÖNLEME VE REHABİLİTASYON / SPORTS INJURY PREVENTION AND REHABILITATION 1165
POSTER BİLDİRİ ÖZETLERİ - POSTER PRESENTATION ABSTRACTS **1195**
ANTRENMAN VE HAREKET BİLİMLERİ / TRAINING AND MOVEMENT SCIENCE 1196
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR EĞİTİMİ / PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS EDUCATION 1227
EGZERSİZ VE SPOR FİZYOLOJİSİ / EXERCISE AND SPORTS PHYSIOLOGY 1247
EGZERSİZ VE SPOR PSİKOLOJİSİ / EXERCISE AND SPORTS PSYCHOLOGY 1262

EGZERSİZ VE SPORDA BESLENME / NUTRITION IN EXERCISE AND SPORTS 1271
ENGELLİLER İÇİN BEDEN EĞİTİMİ, SPOR VE FİZİKSEL AKTİVİTE / PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS IN DISABILITIES. 1278
FİZİKSEL AKTİVİTE VE SAĞLIK / PHYSICAL ACTIVITY AND HEALTH 1280
FİZİKSEL UYGUNLUK / PHYSICAL FİTNESS 1283
KİNANTROPOMETRİ / KINANTROPOMETRY 1286
MOTOR GELİŞİM VE ÖĞRENME / MOTOR DEVELOPMENT AND LEARNING 1289
REKREASYON / RECREATION 1292
SPOR YARALANMALARINI ÖNLEME VE REHABİLİTASYON / SPORTS INJURY PREVENTION AND REHABILITATION 1295
SPOR YÖNETİMİ / SPORTS MANAGEMENT 1300

KONUŞMA ÖZETLERİ
SPEECH ABSTRACTS

TÜRKİYE OLİMPİYAT HAZIRLIK MERKEZLERİ (TOHM) VE SPOR EĞİTİMİ, SAĞLIK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ (SESAM) ÇALIŞMALARI;

Adnan HASANOĞLU

T.C.Gençlik ve Spor Bakanlığı, Spor Genel Müdürlüğü, Sağlık İşleri Dairesi Başkanlığı (Spor Eğitimi, Sağlık ve Araştırma Merkezi - SESAM) bünyesindeki spor hekimi, diş hekimi, fizyoterapist, hemşire, biyolog, kimyager, psikolog, diyetisyen ve antrenman bilim uzmanlarından oluşan meslek grupları ile sağlık ve performans ölçümlerini gerçekleştirmektedir. Hedef kitlemiz milli takım sporcuları ve Türkiye Olimpiyat Hazırlık Merkezi (TOHM) sporcuları başta olmak üzere tüm lisanslı sporculardır.

Sağlık Merkezimiz, randevu sistemi ile çalışmaktadır. Sporcular kabul edilmeden önce branşına özgü performans testleri, literatür taranarak ve antrenörleri ile istişare edilerek belirlenmekte ve uygulanmaktadır. 25-30 kişilik sporcu grupları sağlık ve performans testlerine tabi tutularak testler istasyon çalışması şeklinde yapılmaktadır. Tüm ölçümler tamamlandıktan sonra veriler işlenmekte, raporlanmakta ve son olarak sporcu ve antrenörlere test sonuçları anlatılarak önerilerde bulunulmaktadır. Talep olursa sporcu beslenmesi, performansı arttırmaya yönelik bireysel ve/veya grup terapileri, dopingle mücadele vb. konularda eğitim seminerleri de verilmektedir.

Sağlık Merkezimizde uyguladığımız başlıca testler: rutin muayene, ağız-diş muayenesi, kan, idrar ve gaita tahlilleri, istirahat EKG, solunum fonksiyon testleri, antropometrik ölçümler, postur analizi, Biyoelektrik Empedans Analizleri, psikolojik ölçme ve değerlendirme testleri, izokinetik kas kuvveti ölçümleri, denge ve esneklik testleri, fonksiyonel hareket analizi, propriosepsiyon ölçümü, aerobik kapasite testleri, sıçrama testleri, koşu analizi, postural salınım testi, reaksiyon testleri, anaerobik kapasite testleri şeklindedir.

Sağlık Merkezimizde, spor yaralanmaları teşhis, tedavi ve sportif rehabilitasyon uygulamalarının yapıldığı fizyoterapi ve sportif rehabilitasyon birimimiz bulunmaktadır. Aynı zamanda izokinetik stabilizasyon ve denge eğitimleri verilerek sportif performansın arttırılması ve spor yaralanmaları riskinin azaltılması hedeflenmektedir.

Sağlık Merkezimizde eğitim çalışmaları da yürütülmektedir. Bu eğitim çalışmaları kapsamında TOHM'lar bünyesindeki tüm antrenör, diyetisyen, fizyoterapist ve psikologlara yönelik eğitim seminerleri düzenlenmektedir. Sporcu Eğitim Merkezlerindeki (SEM) sporcu ve antrenörlerine yönelik "Sporcu Sağlığı Eğitimi Projesi" yürütülmektedir. Bu eğitim programının başlıkları;

Sporcu Sağlığı;

- Spor yaralanmalarından korunma
- Kor egzersizleri
- İlkyardım ve kişisel hijyen
- Dopingle mücadele
- Ağız ve diş sağlığı

Sporcu Beslenmesi;

- Yeterli ve dengeli beslenmenin,
- Yeterli sıvı tüketiminin,
- Vücut ağırlık ve vücut bileşimlerinin kontrolünün önemi

Spor Psikolojisi;

- Ergenlik dönemindeki fiziksel, bilişsel ve psiko-sosyal gelişimler
- İstismar
- Sporda şiddetin önlenmesi
- Madde bağımlılığı ve kötü alışkanlıklar

Sağlık İşleri Dairesi Başkanlığı'nda bulunan birimlerimiz;

1. Poliklinik ve Laboratuvarlar,
2. Beslenme ve Diyetetik,
3. Ağız ve Diş Sağlığı,
4. Psikolojik Değerlendirme ve Müdahale,
5. Fizyoterapi ve Sportif Rehabilitasyon,
6. Performans Ölçme ve Değerlendirme Bölümleri.

Sağlık İşleri Dairesi Başkanlığı olarak yaptığımız çeşitli spor dallarındaki birçok sporcuya ait değerlendirme ve eğitimlerle ilgili elde ettiğimiz veriler akademik çalışmalara dönüştürülerek ulusal ve uluslararası kongrelerde sunulmakta ve bilimsel dergilerde makale olarak yayınlanmaktadır. Makale ve Bildirilerimizin web adresleri;

http://saglikisleri.sgm.gov.tr/Sayfalar/2958/2925/Makaleler.aspx#

http://saglikisleri.sgm.gov.tr/Sayfalar/2959/2925/SecmeSinavSonuclari.aspx

TOHM Projesi;

Bu proje ilk olarak 2013 yılında başlamış olup, Olimpiyat ve Paralimpik Oyunlara katılacak ve katılması muhtemel yetenekli sporcuların seçilmesi, yetiştirilmesi ve performanslarının geliştirilmesi amacıyla kurulmuştur.

Hâlihazırda 20 ilde, 18 olimpik spor dalında sürdürülmektedir. TOHM'larda yaklaşık 1000 (yatılı/gündüzlü) kayıtlı sporcu ve yaklaşık 250 antrenör çalışmalarına devam etmektedir. TOHM merkezlerinde spor destek elemanı ihtiyacını karşılamak üzere spor psikoloğu, spor diyetisyeni, fizyoterapist, kondisyoner ve masör/masöz meslek gruplarından yaklaşık 60 personel görevlerine devam etmektedir. Proje kapsamında sporcu seçmeleri, mevzuat ile ilgili düzenlemeler ve sporcu destek elemanlarının sayısının arttırılmasıyla ilgili çalışmalar devam etmektedir.

DOPİNGLE MÜCADELE

Tuğba KOCAHAN

Doping, sporcu sağlığına zararlı ve hakça yarışmayı engelleyen veya performans artışı sağlamak için dışarıdan alınan veya sporcunun vücudunda bulunan bir maddenin normal düzeyin üzerine çıkarılmasını sağlayan madde ve/veya yöntemlerin kullanılmasıdır. Uyarıcılar, narkotikler ve anabolik steroidler gibi maddelerin kullanımı aynı zamanda temel halk sağlığı sorunlarından birisidir ve müsabık olmayan sporcuların ve yıldız sporculara benzemeye çalışan alt yapıdaki sporcuların da sağlığını olumsuz etkilemektedir.

1999 yılında Uluslararası Olimpiyat Komitesi (International Olympic Committee-IOC) tarafından Dünya Dopingle Mücadele Ajansı (World Anti-Doping Agency-WADA) kurulmuştur. WADA, Dünya Dopingle Mücadele Kurallarını hazırlayarak hükümetler ve spor teşkilatlarının katılımına açmıştır. 2009 yılında Türkiye Milli Olimpiyat Komitesi (TMOK), Dünya Dopingle Mücadele Kurallarını kabul etmiştir. 2011 yılında ise Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü ile TMOK arasında imzalanan bir protokolle TMOK Dopingle Mücadele Komisyonu kurulmuş olup, tüm yetki ve sorumluluklar bu komisyona devredilmiştir.

Sporcunun kullanması yasaklı madde ve yöntemler, WADA tarafından her yıl güncellenerek yayınlar. Bu liste hangi madde ve yöntemlerin sporda yasaklandığını belirten Uluslararası Standartlardır. Yasaklı madde ve yöntemler listesi güncellenirken maddenin performans artırıcı etkisi, sporcu için potansiyel sağlık riskinin varlığı ve maddenin kullanımının spor ruhunu ihlal etmesi kriterleri dikkate alınır.

Sporcu Biyolojik Pasaportu;

Sporcunun kullandığı yasaklı maddenin metabolitleri, direk analiz yöntemleri ile idrarda tespit edilebilmektedir. Ancak bu yöntemde yasaklı madde sporcunun vücudunda var olduğu sürece tespiti mümkün olmaktadır. Oysa madde vücuttan atıldıktan sonra da vücuttaki etkileri devam etmektedir. Sporcu Biyolojik Pasaportu ile hem yasaklı maddeyi hem de o maddenin biyolojik etkilerini tespit edebilmek mümkündür.

Temel prensip, seçilen parametrelerde sporcunun kendine özgü değerlerini tespit etmek ve bu değerlerde bir sapma belirlendiği zaman bunun yasaklı bir madde ve metoda bağlı olup olmadığını araştırmaktır.

İlk olarak kan modülü (hematolojik modül) kullanılmaya başlamıştır. Ancak son zamanlarda steroid modül ve endokrin modül de devreye girmiştir.

Hematolojik Modül

Hematolojik modülde; Hematokrit (Hct), Hemoglobin (Hgb), kırmızı küre sayısı (RBC), retikülosit sayısı, % retikülosit, ortalama eritrosit hacmi (MCV), ortalama eritrosit hemoglobin miktarı (MCH), ortalama eritrosit hemoglobin yoğunluğu (MCHC), kan profili stimülasyon indeksi (Off-hr Score) olmak üzere dokuz farklı parametre incelenir.

Sporcuya ait kan profilini gösteren parametreler kaydedildikten sonra sporcunun takibi yapılmakta ve normalden sapmalar tespit edilmektedir. Asla tek bir test sonucu ile karar verilemez. Değişik zamanlarda yapılan birkaç test sonucu birbiri ile karşılaştırılarak o kişiye özgü değerlerde bir sapma var mı değerlendirilir. Bu sapmanın nedenleri araştırılır ve geçerli bir neden tespit edilemezse sporcunun yasaklı bir madde ve metot kullandığı kanaatine varılır.

Steroid Modülü

Anabolik ajanlarla direk ve indirek formdaki doping uygulamalarını tespit etmeyi amaçlar. Dışarıdan enjekte edilen veya verilen endojen anabolik androjenik steroidler ve seçici androjen reseptör modülatörleri (SARMS) gibi diğer anabolik ajanları belirlemeyi amaçlar.

WADA'ya göre steroid profilinde 3 kriter takip ediliyor;

- ✓ Testosterone/Epitestosterone (T/E) oranı 4.0'dan büyük,
- ✓ T veya E'nin yoğunluğu erkeklerde 200 ng/ml den, kadınlarda 50 ng/ml den daha büyük,
- ✓ Androsterone veya Etiocholanolone'nun yoğunluğu erkeklerde 10000 ng/ml ve A/Etio 0.4'ten daha düşük olmalıdır.

Hematolojik Modülde sporcunun kan numunesinde bakılan kan dopinginin biyolojik işaretleri paneli, Steroid Modülde ise idrar numunesinde bakılan steroid dopinginin biyolojik işaretleri paneli dikkate alınmaktadır.

SPOR YARALANMALARINI ÖNLEMEDE KAS KUVVETİ VE KUVVET DENGESİNİN ÖNEMİ

Bihter AKINOĞLU

Spora katılımın artmasıyla birlikte yaralanma sıklıklarında da artış görülmektedir. Spor yaralanmalarında akut yaralanmalar açısından genellikle temas ve mücadele sporlarında risk daha fazladır ve temas sonucunda oluşan bu yaralanmalarda ekstrinsik faktörler etkilidir. Ancak tüm spor branşları dikkate alındığında kronik sorunların neden olduğu yaralanmalarla daha sık karşılaşılmaktadır. Kronik yaralanmalarda daha çok kas kuvvet asimetrileri, fleksibilite ve proprioseptif eksiklikler, eklem stabilitesi, anatomik ve antropometrik asimetriler, yaş ve geçirilmiş yaralanma öyküsü gibi intrinsik faktörler yer alır. Görüldüğü gibi yaralanma nedenleri birçok etkene bağlıdır ve her spor dalı ve cinsiyet için farklılıklar gösterebilir.

Literatürde en riskli spor dallarının futbol, hentbol, buz hokeyi ve kayak olduğu bildirilmiştir. Aynı zamanda alt ekstremitelerin daha sık yaralanmalara maruz kaldığı bildirilmekle birlikte; atmalar, raket sporları, yüzme gibi baş üstü hareketlerin yoğunlukla kullanıldığı spor dallarında da üst ekstremite yaralanmalarıyla daha sık karşılaşılmaktadır.

Akut yaralanmalar kadınlarda erkeklere oranla daha fazla olup, alt ekstremitede daha sık görülmektedir ve sıklıkla burkulma, kontüzyon ve kırıklar şeklindedir. Kronik yaralanmalar ise genellikle vücudun aşırı kullanımına bağlı olarak ortaya çıkmakta olup, en sık strain ve stress kırıkları (tibia- basketbol) şeklinde görülmektedir. Kronik yaralanmalarda aşırı kullanım yaralanmasına neden olan süreç, agonist, antagonist ve sinerjistik kas kuvvet yetersizliği, agonist-antagonist kas kuvvet dengesizliği, eklem hareket açıklığının yetersiz olması ve biyomekanik dizilim bozukluklarının birbiriyle zincirleme bir etki içerisinde olmasıdır.

Kronik yaralanmaların engellenmesi için dokulara binen yüklerin azaltılması, aşırı yük getiren pozisyonlarda kas kuvvetini arttırmak ve koruyucu malzemelerle sağlanacak çeşitli biyomekanik yaklaşımlarla bu yükü azaltmak gerekmektedir. Bu yükü azaltmada ve yapılan işin vücuda stres bindirmeksizin yapılmasında kas kuvveti önemli bir rol oynar. Bu nedenle kas kuvveti sportif başarı ve yaralanma riskini azaltmak için en önemli etkenlerden biridir. Ancak kronik yaralanmaların önlenmesinde kas kuvvet dengesi kas kuvvetinden daha önemli bir parametredir. Bu durumda konsantrik-konsantrik (agonist-antagonist) kas kuvvet dengesi stabilizasyonda önemliyken, egzantik-konsantrik (antagonist-agonist) kas kuvvet dengesi de aktif hareket sırasında akselerasyon ve deselerasyon dengesinin kurulmasında oldukça önem arz etmektedir. Bu nedenle spor yaralanmalarının mekanizmasında konsantrik kas kuvvetinden daha çok eksentrik kas kuvvetinin önemli bir parametre olduğu belirtilmektedir.

Konsantrik ve eksentrik kas kuvveti için kullanılan güvenilir ve geçerli yöntem izokinetik test sistemleridir. Bu cihazlarla yapılacak rutin kuvvet değerlendirmeleri ve bu değerlendirmelerin sonuçlarına göre yapılandırılacak antrenman programları ve gerekirse antrenman programlarına eklenecek olan izokinetik kuvvetlendirme eğitimleri kas kuvveti eksiklikleri ve kuvvet dengesizliği nedeniyle ortaya çıkabilecek yaralanmaların engellenmesi için primer yaklaşım olacaktır.

TÜRKİYE'DE SPORUN YÖNETİMİ VE TOPLUMA YAYGINLAŞTIRILAMAMASININ NEDENLERİ

A. Azmi YETİM

Türkiye'de sporun örgütlenme süreci dönemler itibariyle 1922'de günün koşulları altında özerk bir yapı olan TİCİ'nin kuruluşu ile başlamış 1936 da TSK sürecinin yaşanması ile birlikte 1938 de 3530 sayılı yasayla Beden Terbiyesi Genel Müdürlüğü'nün kurulmasıyla devletçi yapılanma sürecine girilmiş ve bu süreçte, önce Başbakanlığa, ardından Milli Eğitim Bakanlığı'na ve tekrar Başbakanlığa bağlanmıştır. 1969 yılında spor hizmetleri Gençlik ve Spor Bakanlığı tarafından yürütülmüş, 1983 yılında Milli Eğitim ve Gençlik Spor Bakanlığına bağlanmış, 1986 yılında 3289 yasayla genel müdürlüğün ismi "Beden Terbiyesi ve Spor Genel Müdürlüğü" olarak değiştirilmiştir. 1989 yılında ise spor örgütü Başbakanlığa bağlanarak "Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü" olarak yeniden düzenlenmiştir. 2011 yılında ise 2. Defa Gençlik ve Spor Bakanlığı kurularak spor örgütü bağlı kuruluş olarak "Spor Genel Müdürlüğü" şeklinde yeniden yapılandırılmıştır. 2018 yılında ise Cumhurbaşkanlığı hükümet sistemi yapılanması doğrultusunda spor bakanlığın hizmet birimleri arasına alınarak ismi "Spor Hizmetleri Genel Müdürlüğü" olarak yeniden düzenlenmiştir. Bakanlığın taşra teşkilatı ise "Gençlik ve Spor İl ve İlçe Müdürlükleri" şeklinde düzenlenmiş olup, yeni düzenleme ile müsteşarlık makamı kaldırılmış bakan yardımcılıkları ihdas edilmiştir.

Türkiye'de sporun örgütlenmesi ve yönetimi bir devlet politikası olarak uygulanmaya çalışılmaktadır. Devlet ciddi yatırımlar yaparak sporu kitlelere yaymaya ve yarışma sporlarını geliştirmeye büyük çaba sarf ettiği görülmektedir. Ancak devletin tüm yatırımlarına rağmen sporda istenilen seviyeye bir türlü gelinememiş ve spor kitlelere yeterince yaygınlaştırılamamıştır. Sportif başarıda ise istenilen sonuçlar da alınamamıştır. Bu durumun çok çeşitli nedenleri olduğu bilinmektedir. Bunlar; spor eğitimi ve alt yapı yetersizliği, spor kültürünün oluşturulamaması, sporu yönetenlerin spordan gelen liyakatli insanlar olmaması, spora siyasetin ve adam kayırmanın ciddi bir şekilde girmesi, sporun aileye ve okullara girememiş olması, spor eğitimi veren yükseköğretim kurumlarına yeterli alt yapı ve öğretim elemanına sahip olamaması ve çok sayı da açılması, öğretmen ve antrenör yetiştirme politikalarının yetersizliği vb. olduğu ifade edilebilir.

VALUE CREATION IN SPORT BUSINESS: NEW INSIGHTS BASED ON PLATFORM THEORY, ECONOMICS OF ATTENTION AND EXPERIMENTAL ECONOMICS

Christoph BREUER

Despite the fact that sponsorship income is a significant revenue stream in the sport industry sport management barely analyzed sport sponsorship through the lenses of diverse theoretical or methodological approaches. However, value creation in sport business could be understood and improved better much if sport management academia would systematically incorporate platform theory, economics of attention and experimental economics.

According to Rysman (2008) and in line with Dietl (2011) and Wicker et al., (2012) we consider sport leagues and teams as platforms which operate in multi-sided markets and generate same- as well as cross-side effects between market sides and groups of customers. Consequently, also the efficiency of sponsorship is affected by same- and cross-side effects. Whereas in sport business mostly exposure is seen as the crucial variable for cross-side effects marketing scientists tend to doubt that (Shilbury et al. 2009, p. 270; Cornwell, 2014, p. 12). Instead Nobel laureate Herbert Simon's avenue could be used that a „wealth of information creates a poverty of attention and a need to allocate that attention efficiently among the overabundance of information sources that might consume it" (Simon, H., 1971, p. 40). This influences same-side effects as well: The more sponsors are engaged the more brand logos are shown which increases the information load but decreases the average attention.

Based on this idea of an economics of attention and inspired from the idea of transferring design economics (Roth, 2002) to the field of sponsoring research we set up a series of three experiments. The objective was to analyze (1) in how far exposure and other same- and cross-side aspects influence attention to and recall of sponsorships, (2) how the efficiency of sponsorships can be improved by using animated perimeter boards and colors, (3) - using the framework of Rick and Loewenstein (2008) - under which circumstances sponsorships have an effect on emotions and as a consequence thereof on economic behavior.

Results reveal several same- and cross-side effects linked to sponsoring. Moreover, the experiments show that there are several, barely discovered theoretical and methodological avenues for broadening and deepening our understanding of value creation in sport business.

References:

Cornwell, B.T. (2014). *Sponsorship in marketing. Effective communication through sports, arts and events.* London: Routledge.

Dietl, H. (2011). Besonderheiten des Sports - Was rechtfertigt eine „eigene Ökonomik"? In E. Emrich, C. Pierdzioch & M.-P. Büch (Hrsg.), *Europäische Sportmodell. Gemeinsamkeiten, und Differenzen in international vergleichender Perspektive* (Sportökonomie, 13; p. 9-16). Schorndorf: Hofmann.

Rick, S. & Loewenstein, G. (2008). The role of emotion in economic behavior. M. Lewis, J. M. haviland-Jones & L. Feldman Barrett (eds.). *Handbook of Emotions* (3rd ed.), p. 138-156. New York: Gilford Press.

Roth, A.E. (2002). The economist as engineer: Game theory, experimentation, and computation as tool for design economics. *Econometrica* 70(4), 1341-1378.

Rysman, M. (200). The economics of two-sided markets. *Journal of Economic Perspectives, 23(3), 125-143.*

Shilbury, D., Westerbeek, H., Quick, S., & Funk, D. (2009). Strategic sport marketing (3rd ed.). Sydney: Allen & Unwin.

Wicker, P., Weingärtner, C., Breuer, C. & Dietl, H. (2012). The effect of a sports institution's legal structure on sponsorship income: The case of amateur equestrian sports in Germany. *International Journal of Sport Finance 7*(4), 340-357.

JEL codes C91, D03, D87, L83, M37

"BREAKING 2: PHYSIOLOGICAL INSIGHTS INTO THE ATTEMPT TO RUB A SUB-2 HOUR MARATHON

Andrew JONES

Here is a summary of my talk:

On 6th May, 2017, exactly 63 years after Sir Roger Bannister ran the first sub-4 min mile, three elite distance runners attempted the (almost) unthinkable: to run a 26.2 mile marathon in less than 2 hours. This event, performed at the Formula 1 race track in Monza, Italy, was the culmination of more than 2 years of scientific development work by Nike and its associates (including the presenter). The existing marathon world record for men stands at 2 hours, 2 minutes and 27 seconds and there has been much speculation amongst sports scientists and the athletic community over whether a sub-2 hour marathon may be humanly possible (and, if so, when and how it might occur). In this presentation, I shall describe the physiological limitations to human endurance exercise performance and outline the strategy employed by the Nike team with regard to athlete selection and creation of the optimal conditions to make the sub-2 attempt viable. This will include information on the battery of laboratory and field-based physiological tests used to identify the athletes most likely to achieve the feat and insight into consideration given to the environmental, training, course, pacing, drafting, biomechanical and nutritional factors that can impact marathon performance.

And here is a brief cv/biography:

Andrew Jones PhD is Professor of Applied Physiology in the Department of Sport and Health Sciences and Associate Dean for Research & Impact in the College of Life and Environmental Sciences. Prof Jones is internationally recognized for his research in the following areas: 1) skeletal muscle oxidative metabolism; 2) causes of exercise intolerance in health and disease; 3) respiratory physiology; and 4) sports performance physiology, particularly in relation to endurance athletics. Prof Jones has authored more than 250 original research and review articles and is co-Editor of three books. Additionally, he is Editor-in-Chief of the European Journal of Sport Science and serves on the Editorial Board of nine other international journals in sports medicine and exercise science. Prof Jones has acted as a consultant to a number of governing bodies of sport or commercial companies including UK Athletics, the English Institute of Sport, Gatorade Sports Science Institute and Nike Inc.

YARALANMALARDAN SONRA SPORA DÖNÜŞ- FİZYOTERAPİSTİN ROLÜ

Gül BALTACI

Modern spor yaralanması rehabilitasyonu, klinik akıl yürütmeye, dizilenmiş fonksiyonel başarılara ve fonksiyonel kilometre taşlarının tamamlanmasına dayanan aşamalar aracılığıyla ilerler. Aynı zamanda, dokuya özgü biyolojik iyileşme süreçlerine dair bilgi içermeli ve rehabilitasyon zaman çizelgesine rehberlik edecektir. Egzersiz reçetesi, iletişim ve klinik akıl yürütme klinisyenler için temel becerilerdir. Yaralanmalardan sonra sporcunun fonksiyonel kapasitesinin belirlenmesi ve spora dönüşünün hazırlığı çok önemli bir konuyu oluşturmaktadır. Yaralanmış sporcunun erken dönemde spora dönmesi çok tehlikeli olabilir ve istenmeyen bir şekilde sonuçlanabilir. Tekrarlayan yaralanma çok ciddidir ve yeniden yaralanma şansı minimale indirilmelidir. Burada fonksiyonel performans testlerinin önemi büyüktür. Spor aktiviteleri sırasında nöromusküler mekanizma bir yaralanmayı takiben aktiviteyi yapmak için yeterli kuvvet ve enduransa sahip olan ve yeterli eklem stabilizasyonunu sağlayan özellikleri içermelidir. Fonksiyonel rehabilitasyon, herhangi bir rehabilitasyon programının birleştirici bir parçasıdır. Fonksiyonel rehabilitasyon fazı yalnızca fizyoterapi-rehabilitasyonun klasik elementlerini içermez, aynı zamanda çeviklik, propriosepsiyon ve nöromuskuler kontrolü artırmak için gerekli olan tüm aktiviteleri içerir. Çeviklik ve kinestetik eğitim yeniden yaralanma riskini azaltırken, yaralanma öncesi aktivite seviyesine dönüşü sağlayan eklem hareketlerinden sorumlu nöromuskuler mekanizmaları onarmak için verilebilir. Özelleşme prensibi fonksiyonel rehabilitasyon programına yerleşmiş olmalıdır. Eğitim prensibinin özelleşmesi sporcunun dönüşü ile yakından ilişkili rehabilitasyonun nöromuskuler ve fizyolojik isteklerini karşılaştırmayı hedefler. Fonksiyonel rehabilitasyon sırasında özelleşme sporcunun yapacağı aktiviteler tarafından gereken refleks kas aktivitesi ve antrenman özelliklerini onarmaktadır.

Spora dönüşte dikkat edilmesi gerekenler:

- Amaca yönelik yaklaşım
- Spora özgü program seçimi
- Uzun rehabilitasyon süreci içinde kısa dönemde başarı oluşturmak
- Sporcunun mental görüş açısını geliştirerek cesaretini kazandırmak

Yaralı Sporcuların İyileştirilmesine Rehabilitasyonda Bütüncül Bir Yaklaşım Rehabilitasyon sürecinin 3 farklı evresi:

Faz 1: Yaralanmaya Tepki - fiziksel ve psikolojik faktörleri içeren yaralanmalara sporculardan tepki

Sporcu, yaralanma olayının bilişsel değerlendirmelerini oluşturur (pozitif veya negatif) ve oluşan ağrı ile cevap verir.

Faz 2: Rehabilitasyona Tepki - güç, denge ve hareketliliğin fiziksel faktörleri ve motivasyon ve sağlamlığın psikolojik faktörleri ile karakterize

Bu faz sporcular için en zorludur çünkü daha ağır yaralanmalar için en uzun aşamadır

Faz 3: Spora Geri Dönme Tepkisi - Fiziksel olarak, güç ve proprioseptif (denge) kazanımları tamamlayarak ve spora özgü çeviklik becerileri ve hareketleri başlatarak kazanmalıdır. Bu aşamada, sporcular öncelikli olarak özgüven sorunları ile ilgilenirler ve oyuna geri dönüşlerine yaklaştıkça korkularını ya da yaralanmalarını yönetirler.

Sporcunun sporuna dönmesi için gerekli subjektif, objektif ve fonksiyonel kriterler fizyoterapist tarafından dikkatlice ele alınmalı ve bu özellikler aşağıdakiler gibi özetlenmiştir:

1- Çevre ölçümü sağlam tarafın %90'ından az olmamalıdır.

2- Yaralanan kısımda eklem ve kas fonksiyonu ağrısız ve limitasyonsuz tamamlanabilmelidir.

3- Normal kuvvet ve güç, sağlam ekstremite ile karşılaştırıldığında %80 oranında yaklaşık bir değerde olmalıdır.

4- Yaralanan kısım normal kardiovasküler ve kassal enduransa sahip olmalıdır.

5-Alt ekstremite yaralanmalarından sonra mutlaka eski hız ve çeviklik sağlanmalıdır.

6- Instabilite için dinamik kontrol sağlanmış olmalıdır.

7- Doktor, fizyoterapist, antrenör ve sporcu aktiviteye dönüş için hem fikir olmalıdır.

Sporcunun tüm programın hedeflerine ulaşmasına yardımcı olur

Fonksiyonel ilerlemenin amaçları:

Eklem ROM'un Restorasyonu

Dayanıklılık restorasyonu

Propriosepsiyonun restorasyonu

Çeviklik restorasyonu

Güven restorasyonu

Sporcuya sahaya dönüşte hem fizyolojik hem de psikolojik fayda sağlar.

Spora Dönüş için son aşamada:

Doktorların onayı

Ağrısız

Şişlik yok

Normal ROM

Normal güç (kontralateral ekstremitelere referans olarak)

Hiçbir olumsuz reaksiyon olmadan tamamlanmış sporcuya uygun fonksiyonel test

Fizyoterapistler yaralanmadan sonra spora dönüşte antrenör-sporcu-aileler ve doktorlarla iyi iletişimde olmalıdır.

ENGELLİ SPORCUYA FİZYOTERAPİST YAKLAŞIMI

Nevin ERGÜN

Spor fizyoterapisi; fizyoterapi ve rehabilitasyon eğitim programının tanımlanan en popüler eğitim programı ve özel bir çalışma alanıdır ve şöyle tanımlanır; "Spor ve rekreasyonel aktivitelerde oluşabilecek yaralanmaların önlenmesinde ve yaralanma oluştuğu andan tamamen iyileşinceye kadar gerçekleştirilen rehabilitasyonda fizyoterapi bilim ve sanatının uygulanmasıdır."

Spor Fizyoterapisti ise; İnsan anatomisi, fizyolojisi, kinezyolojisi, biyomekani, egzersiz eğitimi ve rehabilitasyon, sporcu sağlığı ve sporda fizyoterapi konusundaki bilgiler doğrultusunda sporcuyu değerlendiren, onu yaptığı spora hazırlayan, yaralanmalara karşı önlem alınmasında ve oluşan yaralanmanın tedavi ve rehabilitasyonunda çalışan ve uzmanlaşan kişidir.

Özelleşmiş spor fizyoterapisti, etkili olarak ortopedik cerrahlar, sporcu sağlığı alanında özelleşmiş doktorlar, diyetisyenler, spor psikologları, egzersiz fizyologları, spor eğitmenleri, ilk yardım elemanları, masörler, antrenörler, teknik adamlar, aileler, spor kulüpleri kurucu ve destekleyicileri, sporseverler ve sporcularla, spor yazarları ve gazetecilerle sürekli ilişki içindedir.

Engelli sporlarında; yarışmalarda, tüm büyük organizasyonlarda, Paralimpik oyunlarda spor fizyoterapistin rolü Avrupa ve Dünya şampiyonalardan, Olimpiyat oyunlarından farklı değildir.

Engelli bireylerin yapabileceği pek çok spor dalı bulunmaktadır bu sporlara katılım; Tekerlekli sandalyeleri ile, Protez ya da kullandıkları cihazlarıyla veya herhangi bir ekipmana ihtiyaç duymadan gerçekleşmektedir.

Engelli sporcuları 6 ana kategoride sınıflandırmak mümkündür.

1-Ampute: Kısmi veya tamamen uzuv kaybının olmasıdır. Omuz, dirsek, el bileği, kalça, diz, ayak bileği eklemi ve buna bağlı kol, bacak uzuvları değişik seviyeden olmayanlar. **ISOD** (International Sports Organisation for the Disabled)

2- Cerebral Palsy (Spastik ve benzeri beyin özürlüler) : Kas tonusunu, refleksleri, postür ve hareketi kontrol ve koordine eden beyin saha veya sahalarının harabiyetine bağlı hareket ve postür bozukluğudur. Cerebral; beyin merkezli, Palsy; kas kontrolünün olmaması anlamındadır. **CP-ISRA** (Cerebral Palsy-International Sport&Recreation Association)

3-Zihinsel Engelliler: Öğrenme ve uygulamada, iki veya daha fazla fonksiyonda limitasyonlar vardır. Bu fonksiyonlar; İletişim, kendine bakım, evde yaşam, sosyal beceriler, toplumsal alışkanlıklar, kendini idare etme, sağlık ve emniyet, eğlence ve iş, fonksiyonel becerilerdir. **INAS-FID** (International Sports Federation for Persons with an Intellectual Disability)

4- Görme Engelliler: Kısmi veya tamamen görme kaybının olmasıdır. **IBSA** (International Blind Sports Association)

5- Omurilik Yaralanması Olanlar (Tekerlekli Sandalye'ye Bağımlı Olanlar): Travmatik Parapleji;Bel seviyesinin altında hareket kabiliyetinin en az %10'nun kaybedilmesi. Quadripleji; Boyun bölgesinden aşağıda değişik derecelerde hareket kabiliyetinin kaybı, kolların, bacakların ve gövdenin kullanılamaması. **ISMWSF** (International Stoke Mandeville Wheelchair Sports Federation)

6- Les Autres (Fransızca 'diğer' anlamındadır): Bu grupların içinde yer almayan, hareket sisteminde görülen bozukluklar için kullanılmaktadır. Örneğin Dwarfism, MS gibi.

İşitme Engellilerin ayrı yarışmaları ve Dünya oyunları vardır. Paralimpik oyunlar içinde yarışmaları yoktur.

Spor Fizyoterapisti; engelli sporcuyu, kendi engeli kapsamı içinde değerlendirir, fiziksel testlere tabi tutar, engeli içinde yapısal özelliklerini saptar, uygun fiziksel uygunluk programlarına alır. Spora hazırlar ve engeline uygun spora yönlendirir. Motor performanslarını değerlendirir. Spor yaralanmalarının önlenmesinde görev alan ve oluşan yaralanmalarının tedavi ve rehabilitasyonunda sporcuyu tedavi eden kişidir. Kamplarda antrenör ve sporcularla birebir çalışarak, antrenman programlarında antrenöre yol gösterici olarak rol alır.

Fizyoterapistin engelli sporlarındaki önemli ve büyüyen rolü engelli sporcuların sınıflandırılmasıdır. Sporcular spora göre ve diğer özelliklerine göre fonksiyonel olarak sınıflandırıldıktan sonra yarışmacı olabilmektedirler. Spor Fizyoterapisti ayrıca protez, ortez ve yardımcı ekipman kullanan sporculara önemli bir yol gösterici, onların ortaya çıkan problemlerini gidermede, çözümlemede ve sporcunun performansının artırılmasında önemli bir rolü üstlenmektedir. Engelli sporcuların karşılaştığı özel tıbbi sorunlarda, spor fizyoterapisti koruyucu ve tedavi edici özelliği ve uzmanlığı doğrultusunda sağlık ekibi içinde önemli bir görev ve sorumluluğa sahiptir.

TÜRKİYE OLİMPİK HAZIRLIK MERKEZLERİ(TOHM)

Ali SOSANOĞLU

Olimpiyatlara katılacak ve katılması muhtemel yetenekli sporcuların seçilmesi, yetiştirilmesi, performanslarının geliştirilmesi, eğitimlerinde ve sosyal gelişimlerinde müşterek ve standart bir uygulamanın sağlanması için Olimpik Hazırlık Merkezleri kurulmuştur.

''Türkiye Olimpik Hazırlık Merkezlerinin Kuruluş, Çalışma, Görev, Yetki Ve Sorumluluk Yönetmeliği" 11.04.2015 tarih ve 29323 sayılı Resmi Gazete' de yayımlanarak, ''Türkiye Olimpik Hazırlık Merkezleri Uygulama Talimatı'' Genel Müdürlük Makamının 14.12.2017 tarih ve 447922 sayılı Oluru ile yürürlüğe girmiştir.

Yönetmelik ve uygulama talimatı gereğince sporcu seçimi ve uyulması gereken kurallar ile Olimpik Hazırlık Merkezlerinde görev alacak TOHM koordinatörü, akademik danışman ve diğer görevlilerin çalışma, görev, yetki ve sorumlulukları belirlenmiştir.

Bu kapsamda; **21** ilde Olimpik Hazırlık Merkezlerimiz açılmış olup, **20** olimpik branşta faaliyetler devam etmektedir. Bugüne kadar toplam **2559** sporcumuz TOHM projesinden yararlanmıştır.

Halen **394** yatılı ve **606** gündüzlü olmak üzere toplam **1000** sporcumuz TOHM' da kayıtlıdır.

Spor Genel Müdürlüğümüz tarafından Olimpik hazırlık merkezlerinde yer alan Gündüzlü sporculara 477 TL, Yatılı sporculara 636 TL ödeme esas oranlarına göre harçlık desteği, sporcuların eğitimlerini aksatmamak amacıyla okul nakil işlemleri, genel spor kıyafetleri ve okul kıyafetleri ile kırtasiye ihtiyaçları karşılanmaktadır. Ayrıca yatılı ve gündüzlü sporculara beslenme desteği, eğitimlerine katkı sağlamak amacıyla yabancı dil ve etüt desteği, kültürel ve sosyal gelişimlerini arttıracak etkinlikler ile sporcuların performans analizleri ve sağlık taramaları yapılmaktadır.

İllere göre sporcu sayıları sırasıyla Ankara 207, Adana 35, Antalya 25, Artvin 7, Bolu 11, Bursa 96, Diyarbakır 8, Edirne 32, Erzurum 35, Gaziantep 34, İzmir 95, Kahramanmaraş 40, Kayseri 47, Konya 58, Kocaeli 32, Mersin 16, Rize 24, Sakarya 51, Samsun 73, Trabzon'da 56, Afyon 18 sporcumuz çalışmalarını sürdürmektedir. Aksaray İl Merkezin'de Paralimpik sporcularımızla çalışmalar devam etmektedir.

Federasyonlara göre sporcu sayıları; Atıcılık 15, Atletizm 185, Bisiklet 8, Boks 30, Buz pateni 11, Jimnastik 56, Eskrim 25, Güreş 175, Halter 51, Judo 91, Kano 34, Kayak 18, Kürek 18, Okçuluk 26, Taekwondo 87, Tenis 45 ve Yüzmede 125 sporcumuz merkezlerde çalışmalarına devam ederken, Curling, Karate ve Yelken branşlarında ise sporcu seçim süreci devam etmektedir.

Türkiye Olimpik Hazırlık Merkezlerinde sporcuların performansını arttırmak amacıyla **267** Antrenör görev yapmaktadır. Merkezlerde görev alan Antrenörlerimizin gelişimi Eğitim Dairesi tarafından yapılan Seminerleriyle takip edilmektedir. Merkezlerimizde **67** destek elemanı(Psikolog, Beslenme Uzmanı, Fizyoterapist, Masör) görev yapmaktadır. Merkezlerde bulunan sporcuların Sağlık ve Performans Testleri her yıl Sağlık İşleri Dairesi Başkanlığı tarafından yapılmaktadır.

TOHM'da bulunan sporcuların tecrübe kazanması amacıyla Federasyonlarla birlikte belirlenen Uluslararası Kamp ve Yarışmalara katılmaları sağlanmaktadır.

EGZERSİZ VE SOLUNUM SİSTEMİ

Nilsel OKUDAN

Solunum sistemi burundan başlar ve en uç alveolerde biter. Kapiller ağla çevrili milyonlarca alveol, solunum kasları ile birlikte senkronize bir şekilde çalışarak inspirasyonu ve ekspirasyonu kolaylaştırır. Solunum sistemi, hem istirahat sırasında hem de egzersizde vücuda gereken oksijeni sağlama ve karbondioksiti uzaklaştırma yeteneğine sahiptir. Bu sistem artan egzersiz yoğunluklarına uyum sağlayabilir.

Ventilasyon atmosfer ve alveol arasında hava değişimi olarak tanımlanır. Akciğerlere hava giriş ve çıkışını sağlayan atmosfer ile akciğer arasındaki basınç farkıdır ve bu basınç farkını akciğer hacmindeki değişimler sağlar. Akciğerlerdeki ventilasyon sürecinde pulmoner ve alveoler ventilasyon gerçekleşir. Pulmoner ventilasyon akciğer ile atmosfer arasındaki, alveoler ventilasyon ise alveol ve kapiller membran arasındaki gaz değişimi olayıdır. 70 kg olan bir erkeğin istirahat durumunda ventilasyon değeri yaklaşık dakikada 7 ila 8 L'dir. Egzersizin başlamasıyla birlikte ventilasyonda ani bir artış olur ve egzersiz sırasında dakikada 100, 150 ve hatta dünya standartlarında bir dayanıklılık sporcusunda dakikada 200 L'den yüksek bir seviyeye çıkabilir. 1 L O_2 alınması için gerekli ventilasyon miktarı istirahatte ve orta derecede yoğun egzersizde 20-25 L, maksimal egzersizde 30-40 L'dir. Ventilasyon O_2 ihtiyacından çok, oluşan CO_2 hacmi ile ilişkilidir. Ventilasyon fiziksel aktivite sırasında kortikal ve periferal faktörler tarafından düzenlenir.

Hafif ve orta dereceli fiziksel aktivite sırasında (VO_2 2000ml/dk) pulmoner ventilasyon, alveoler PO_2'yi 100 mmHg'da, PCO_2'yi 40 mmHg'da koruyabilmek için O_2 alımını ve CO_2 atılımını iki katına yaklaştırır. Şiddetli efor sırasında asiditedeki artış ve daha sonra CO_2 ve H iyonundaki artış ilave ventilasyon uyarısı oluşturur, bunun sonucunda alveoler PCO_2'yi 40 mmHg ve bazen de 25 mmHg'nın altına indirebilmek için, karbondioksit elimine edilir ve arteryel PCO_2'yi azalır.

Antrenmanın solunum fonksiyonlarına etkisi azdır; antrene kişilerin maksimal egzersizde ventilasyon değerindeki artış solunum kaslarının güçlenmesiyle ilişkilidir. Solunum sistemi maksimal egzersizde bile tam olarak kullanılamaz ve maksimal egzersiz sırasında kaslara daha fazla oksijen verilmesini engelleyen bir faktör değildir. Aerobik dayanıklılığı dolaşım sistemi ve hematolojik faktörler sınırlar.

Exercise and Pulmonary Sysytem

The respiratory system starts from the nose and ends in the edge of alveoli. Millions of alveoli surrounded by capillar network, works synchronously with respiratory muscles to facilitate inspiration and expiration. The respiratory system has the ability to provide oxygen and remove carbon dioxide from the body during rest and exercise. This system can adapt to increased exercise intensity.

Ventilation is defined as air exchange between the atmosphere and alveoli. The pressure is difference between the lungs and the atmosphere that provides air to and from the lungs and this pressure difference provided by changes in the lung volume. Pulmonary and alveolar ventilation occurs during the ventilation process in the lungs. Pulmonary ventilation is a phenomenon between the lung and the atmosphere, and alveolar ventilation is the phenomenon of gas exchange between the alveolar and capillary membranes. For a 70 kg man, the ventilation value at rest is about 7 to 8 L/min. Along with the beginning of the exercise, there is a sudden increase in ventilation and can be as high as 100, 150, or even 200 L in the world standard endurance athlete a minute during exercise. The amount of ventilation required for 1 L O_2 intake is 20-25 L at rest and moderate intensity exercise, and 30-40 L at maximal exercise. Ventilation is related to the volume of CO_2 generated rather than the need for O_2. Ventilation is regulated by cortical and peripheral factors during physical activity.

During mild and moderate physical activity (VO_2 2000ml/min) pulmonary ventilation doubles CO_2 uptake and O_2 intake to maintain alveolar PO_2 at 100 mmHg and PCO_2 at 40 mmHg. The increase in acidity during severe physical activity and the subsequent increase in CO_2 and H^+ constitute additional ventilation stimuli, resulting in the elimination of carbon dioxide and the reduction of arterial PCO_2 in order to reduce alveolar PCO_2 to less than 40 mmHg and sometimes less than 25 mmHg.

Training has little effect on respiratory functions; the increase in the ventilation value of maximal exercise of the trained subjects is associated with the strengthening of the respiratory muscles. The respiratory system can not be fully used even in maximal exercise and is not a factor that prevents more oxygen from being given to muscles during maximal exercise. Circulatory system and hematological factors limit aerobic endurance.

HIGH-INTENSITY INTERVAL TRAINING PRESCRIPTION

Emerson FRANCHINI

Proper exercise prescription depends on several factors, including physiological, psychological and environmental aspects. In the last decades, the use of high-intensity interval training (HIIT) has gained popularity among the non-athletic population due to its time efficiency. This lecture is focused on the running and cycling exercise modes, as they can be easily accessed by most of the population. HIIT prescription has been divided into four main types of protocols, considering physiological and mechanical markers (Buchheit and Laursen, 2013), which can be briefly defined as: (a) HIIT using long intervals – using intensities equivalent or just below maximal aerobic power with effort duration longer than one minute and work:rest ratios of 1:1, 1:2 or 1:3, mainly used to develop aerobic power and the anaerobic systems; (b) HIIT using short intervals – using intensities equivalent or just above maximal aerobic power (up to approximately 120%) with effort duration shorter than one minute and work:rest ratios of 1:1, 2:1 or 3:1, mainly used to develop aerobic power and the anaerobic systems; (c) repeated sprint training – typically performed with very short actions (5-8s) at intensities around 120% to 160% of the velocity associated with maximal oxygen consumption (vVO_{2max}), with very long recovery periods, and used to develop neuromuscular and metabolic performance typically observed in team sports; (d) sprint interval training – traditionally executed using four to six 30s all-out efforts separated by three to four minute intervals (which are not long enough for full recovery), resulting in very high aerobic and anaerobic demands and adaptations. Additionally, another important aspect to be considered during HIIT prescription is the emotional (e.g. enjoyment, affect, pleasure) response to these protocols, which can affect individuals' adherence to exercise (Bartlett et al., 2011; Townsend et al., 2017). HIIT long-intervals has been reported to result in higher PACES score compared to continuous exercise, despite the fact that individuals reported higher rating of perceived exertion during HIIT compared to the continuous protocol (Bartlett et al., 2011). Moreover, individuals reported higher enjoyment during and preferred a HIIT long-intervals protocol compared to continuous vigorous intensity protocol (Jung et al., 2014). However, the affective response to HIIT long-intervals protocol was more positive in active compared to insufficiently active individuals (Frazao et al., 2016), indicating that this kind of protocol may have limited application for sedentary individuals.

NARRATIVE INQUIRY IN SPORT AND EXERCISE SCIENCES: A QUIET REVOLUTION
SPOR VE EGZERSİZ BİLİMLERİNDE ANLATIMSAL / ÖYKÜSEL SORGULAMA: SESSİZ BIR DEVRİM."

Professor BRETT SMITH

Abstract: Qualitative inquiry is now widely recognized as a strong and necessary contributor to the sport and exercise research sciences. Not only is qualitative research being published in the best journals. Grant bodies are increasingly calling for this kind of research. Researchers and organisations are also increasingly using qualitative research to generate impact and make in difference. Whilst the growth and importance of qualitative research is now recognized, we must not however rest on our laurels when it comes to conducting qualitative research. The aim of this keynote is to offer directions for how we can further improve qualitative research and maximize its full potential. First the idea of "McDonaldization" is introduced. The perils of the McDonaldization of qualitative research are outlined through four components McDonaldization: efficiency, calculability, control and predictability. Framed through a call for action, recommendations for developing qualitative research in the sport and exercise sciences are then offered. The talk closes with a set of modest thoughts about the future of qualitative research in the sport and exercise sciences.

Short CV

Dr Brett Smith is a Professor and the Director of Research in the world leading School of Sport, Exercise and Rehabilitation Sciences at the University of Birmingham, UK. Funded by over 5 million Euros, his empirical research focuses on disability, sport and physical activity. That research has been published widely in leading journals, such as *Social Science and Medicine*, *Health Psychology*, *Psychology of Sport and Exercise*, and *Health Psychology Review*. In addition to over 200 publications, Brett has given over 30 keynotes and 150 invited talks to audiences around the world, including to The Royal Society of Medicine and in the UK Houses of Parliament. Brett is founder and former editor of the award winning journal *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*. He is also Associate Editor of 2 international journals and serves on 7 editorial boards. He has also published 7 books, including the *Routledge Handbook of Qualitative Research in Sport and Exercise* (2016). Recently he became the first president of the *International Society of Qualitative Research in Sport and Exercise*. Funded by Public Health England, he is also currently leading the first disability review that will inform the updated UK Chief Medical Officers' adult physical activity guidelines.

ENGELLİ BİREYLER İÇİN UYARLANMIŞ BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR PROGRAMLARI

Yüksel SAVUCU

Uyarlanmış beden eğitimi ve spor programları, bireylerin değişen özel ihtiyaçları ve becerileriyle ilgilidir. Aslında, bu programlar, fiziksel etkinlik ve sporla ilgilenen engelli insanların, çoğu insanın olanaksız diye düşündüğü hedeflere ulaşmasını sağlamak için tasarlanmıştır. Örneğin, futbol genel bir spordur, ampute futbol uyarlanmış bir spordur. Basketbol genel bir spordur, tekerlekli sandalye basketbolu uyarlanmış bir spordur. Yetersizliği olan bireyler, genel spora veya karma, ayrıştırılmış, bireyselleştirilmiş ve paralel düzenlerde yürütülen uyarlanmış bir spora katılabilirler.

Uyarlanmış beden eğitimi (Adapted physical education) bireylerin özel gereksinimlerini karşılamak için tasarlanmış olan, fiziksel ve motor uygunluğu, temel hareket becerileri, sudaki becerileri ve dansı, bireysel ve grup oyunlarını ve sporlarını içeren bireyselleştirilmiş bir programı kapsar. Genellikle adapte etmek terimi "uyarlamak" veya "uydurmak" anlamına gelir. Yani engellilerin gereksinimlerini karşılamak için uyarlamalar yapmak anlamında kullanılır. Uyarlanmış beden eğitimiyle ilgili olan, düzeltme, yeterlik kazandırma ve iyileştirme için tasarlanmış olan, geleneksel unsurları kapsar. Uyarlanmış beden eğitimine, beden eğitiminin bir alt disiplini ve değişik yeteneklerde bireyler için güvenli, kişisel olarak tatmin edici ve başarılı bir deneyim olarak bakılır.

Öğretmen, antrenör, özel eğitimci, fizyoterapist ve psikolog gibi bu alanda çalışan bir çok insan, genellikle fiziksel etkinlikten hoşlanır ve beden eğitimi ve spora etkin olarak katılırlar. Ancak, bu insanların birçoğu, engelli bireyler için beden eğitimi konusunda fazla bir bilgi sahibi değildirler. Bu insanlarla çalışmaya başladıklarında, deneyim kazandıkça, çeşitli özel gereksinimi olan insanların uyarlanmış beden eğitimi ve spora katılmalarını takdir etmeye başlarlar. Artan farkındalıkla, özel gereksinimi olan insanların da yüksek düzeyde beceri sergileyebileceklerini anlamaya başlarlar. Özel gereksinimi olan insanları, hem yetersizliği olmayan, hem de yetersizliği olan insanların oluşturduğunu öğrenirler.

Uyarlanmış beden eğitimi programları, zihinsel yetersizliği, işitme bozuklukları, konuşma ve dil bozuklukları, görme bozuklukları, ciddi duygusal bozukluklar, ortopedik bozukluklar, otizm, travmatik beyin hasarları, öğrenme yetersizliği, çoklu bozukluklar veya özel bir eğitim ve ilgili hizmetleri gerektiren diğer sağlık bozukluklarına sahip olanların yetersizlikleri göz önüne alınarak, özel gereksinimlerini karşılamak için tasarlanmıştır. Bu insanlar, ihtiyaçları doğrultusunda yukarıdaki nedenlerle, özel bir eğitime ve ilgili hizmetlere gereksinim duyarlar.

Uyarlanmış beden eğitimi, oturarak yapılan programlardan ziyade, amacı belli ve iyi planlanmış aktif bir fiziksel etkinlik programıdır. Program, katılımcıların gereksinimlerini karşılarken fiziksel etkinliğin faydalarından yararlanmak üzerine planlanmalıdır, aksi durumda katılımcılar, bu alanda uzman öğretmenler, yöneticiler, antrenörler ve eğitimcilerle çalışır. Uyarlanmış beden eğitimi her ne kadar eğitimselse de, örgütsel amaç ve hedefleri karşılamak için, başta tıbbi hizmetler olmak üzere, ilgili hizmetlerden yararlanır. Uyarlanmış beden eğitimi ve uyarlanmış fiziksel etkinlik arasında farklar vardır. Uyarlanmış fiziksel etkinlik hayatın tamamını kapsar, oysa uyarlanmış beden eğitimi sadece 0-21 yaşları arasına odaklanır.

Uyarlanmış spor programları, çeşitli amaçlarla, değişik ortamlarda ve örgütlenme şekillerinde yürütülmektedir. Eğitim programları genellikle okullarda yürütülmekte ve okul içi, okul dışı ve okullar arası etkinlikleri kapsayabilmektedir. Okul içi etkinlikler okul içinde yürütülür, sadece o okulun talebelerini kapsar ve okulun tamamına hizmet vermek için organize edilmişlerdir. Uyarlanmış spor aktivitesi ayrıca, resmi, açık veya yapılanmamış programlarda, boş zamanları değerlendirmek veya rekreasyonel amaçlı olarak; bireylerin ve grupların yaşam biçimlerinin bir bölümü olarak veya sağlık, tıbbi reva tedavi nedenleriyle de yürütülebilir.

SPORDA CESARET

Erkut KONTER

Coleman Griffith, Kuzey Amerika'da spor psikolojisiyle ilgili ilk kitapları yazan öncü isimlerdendir. Griffith "Psikoloji ve Spor" adlı kitap çalışmasında şunları söylemiştir; "psikoloji ile sportif başarı arasındaki en önemli ilişkilere henüz çok az deyindik. Moreli, kazanma istek ve arzusunu, ve cesareti daha hiçbir şekilde konuşmadık (Griffith, C. 1928, Psychology and Athletics. Charles Scribner's Sons: New York p.14).

Türkiye'de Beden Eğitimi ve Sporun öncülerinden Selim Sırrı Tarcan (1943) sporda cesaretle ilgili şunları söylemiştir; "cesaret sporun insanda yavaş yavaş geliştirdiği bir özelliktir. Mertliğin birinci vasfı cesarettir. Bir tehlike ve felaket karşısında çabuk ve doğru karar vermek cesaretle olur….."(Tarcan, S.S., 1943, Spor Pedagojisi. Cumhuriyet Basımevi, İstanbul.s.19, 39-40). Yaşamdan ve spordan çeşitli cesaret örnekleri verilebilir.

1-Kanada Formula araba yarışlarında bir baba'nın kaza yapan oğlunu tribünlerden atlayarak yanan yarış arabasının içinden çıkararak kurtarması.

2- Taylan Tham Luang mağarasında yağmur göllenmeleri nedeniyle mahsur kalan 12 çocuk ve antrenörlerinin yaşamlarını sürdürmeleri ve gerekli olan erzakı onlara taşımak için 6 saat gidiş 5 saat dönüş yolu olan bu mağaraya Saman Gunan adlı bir Taylanlı dalgıcın gönüllü olarak girmesi ve işini tamamladıktan sonra dönüş yolu üzerinde oksijen tüpünün bitmesi sonucu dönüşe yakın bir yerde ölmesi. Daha sonra oksijen azalması ve yaklaşan yağmurlar nedeniyle ölüm tehlikesi içinde olan çocukların yardımına başta İngilizlerin olduğu uluslararası dalgıç grubunun yetişmesi ve organize bir plan yaparak çocukları bulundukları yerden çıkarmayı başarmaları.

3-Senegal asıllı Fransız milli futbolcu Bafétimbi Fredius Gomis geçen karşılaşmalarda 3 kez penaltı kaçırmasına rağmen şampiyonu belirleyecek olan ligin son karşılaşması olan Göztepe-Galatasaray maçında penaltı atışını yine kendisinin kullanmayı istemesi ve antrenörünün de buna izin vermesi sonucu penaltıyı bu kez gole çevirmesi.

4- 2018 Rusya Futbol Dünya Kupasında Brezilya'nın ünlü futbolcusu Neymar'ın uzun bir sakatlık döneminden sonra çıktığı maçlarda kendisine yapılan markaj uygulamalarında ve ikili mücadelelerde sık sık kendini yere atarak abartılı yerde yuvarlanmalarının medyada alaya alınması ve değişik şekillerde karikatürize edilişi.

5-2018 Rusya Futbol Dünya Kupasında; Belçika'nın Japonya karşısında maçın ikinci yarısında 2-0 geriye düştükten sonra 2-2 beraberliği sağlaması ve maçın son saniyesinde attıkları 3. galip duruma gelerek müthiş bir geri dönüş yaparak maçı kazanması ve Japonya'yı elemesi.

6) Fatih Terim, 2010 Dünya Kupası elemelerinde kazanılan Ermenistan maçının ardından düzenlediği basın toplantısında; "Burada iki 'C' çok önemliydi; coşku ve cesaret" şeklinde bir demeç vermiştir (http://www.goal.com/tr/news/237/a-milli-ak%C4%B1m/2008/09/06/852312/terim-co%C5%9Fku-ve-cesaret).

7) Galatasaray Teknik Direktörü Terim, Beşiktaş'ı 2-0 mağlup ettikleri derbi maça ilişkin, "Bugün maçın ve futbolun hakkını verdik. Kalan 270 dakikayı, bugünkü cesaretten gram eksiltmeden geçirmeliyiz" dedi (http://www.turkiyegazetesi.com.tr/spor/558156.aspx).

Sporda cesaret çok eskilerden bu yana çok konuşulmasına karşın sınırlı sayıda bilimsel araştırma bulunmakta ve bu konuyla ilgili birçok sorunun cevabı keşfedilmeyi beklemektedir.

SPORDA CESARET ve ÖNEMİ

Genel olarak psikoloji ve özel olarak spor psikolojisinde stres, kaygı ve korku gibi konulara daha çok odaklanılmasına karşın, olumlu psikolojinin bir parçası olarak cesarete yeterince odaklanmamıştır. Oysaki cesaret; stres, kaygı, baskı ve korku gibi duygu durumlarının yönetilmesinde ve öz düzenleme becerilerimizin geliştirilmesinde çok önemli olabilir (Corlett, 2002; Konter ve Beckmann, 2018).

Bunun yanı sıra cesaret, birçok popüler spor psikolojisi konuları için de büyük önem taşıyabilir örneğin; kendine güven, konsantrasyon, başarı motivasyonu, adanma, kararlılık, yarışmacılık, psikolojik sağlamlık, dayanıklılık, atılganlık, zeka, yaratıcılık, baskıyla başa çıkma, imgeleme vb. Bütün bu faktörler; zevk alma, öğrenme, başarı ve performansla ilişkili olarak spor öğretmenleri, antrenörler, sporcular ve spor kulüpleri için büyük önem taşımaktadır (Konter ve Beckmann, 2018; Konter and Ng, 2012; Konter, 2010, Salvtore, 2006; Woodard, 2004).

FELSEFEDE CESARET

Eski Yunanda cesaret, erdemli yaşamın önemli bir parçasıydı. Erdemler ahlak felsefecilerinin çok değer verdikleri temel özelliklerimizdir. Bunlar; akılını kullanma, cesaretli olma, insancıl olma, adalet duyarlılığına sahip olma, ölçülü olma ve aşkın olmadan meydana gelmektedir (Corlett, 2002; Park and Peterson, 2004). Cesaret, Aristotales de daha geniş kapsamlı olarak "Mükemmel Karakter" in bir parçası olarak ele alınmıştır. Ancak, günümüzde cesaret bir erdem olma özelliğinden çok bir beceri olarak algılanmakta, kendi içinde yaşamsal bir amaç olarak değil, daha çok amaçları elde etmek (örneğin, kazanmak) için bir araç olarak görülmektedir (Corlett, 2002). Aristotales yukarıda belirtilen erdemlerin cesaretten çıktığını ve cesaretin kötü bir kişide olamayacağını düşünmüştür. Oysaki günümüzdeki birçok kötülükler cesaretle de ilişkilendirilebilmektedir. Aristotales göre bütün erdemler gibi cesaret de uç veya aşırı duyguların kontrolünü gerektirmektedir, ödleklikle düşüncesizlikle ve acelecilikle verilen akılcı olmayan bir tepki değildir. Cesaret, sahici varoluşun (authenticity-sahicilik, gerçeklik, orijinallik) kavramının bütünleyici bir parçası olarak da ele alınmıtır (Woodard, 2004).

CESARETİ TANIMLAMA ÇABALARI

Cesaretin birçok sözlük tanımları benzer açıklamalar getirmektedir. Cesaret; bir kişinin tehlikeyi veya güçlüğü korkusuzca karşılamasına olanak sağlayan akıl ve duygu (spirit) kalitesidir. Cesaret, mümkün başarısızlık durumu ve olumsuz koşullarda risk almayı gerektiren bir kavramdır (Biswas-Diener, 2012).

Cesaretsiz olma (Anti courage) karakter zayıflığı olarak görülmektedir. Örneğin; saklanma, gizlenme, geri çekilme, sakınma, kaçınma cesaretsiz bir davranış olarak görülebilir.

Park ve Peterson (2004) cesaretin gençler arasında önemli bir karakter kuvvetini gösterdiğini ileri sürmüşlerdir.

Biswas-Diener (2012) cesareti basit olarak; koşullarda hatta risk, korku ve tehdidin bulunmasına rağmen eyleme geçmedeki gönüllülük olarak tanımlamıştır (p.8). Spor Cesareti ise, kişinin içinde bulunduğu durum ve yerine getireceği görev arasında etkileşimsel ve algısal olarak; doğuştan getirilen ve sonradan geliştirilebilen, tehlikenin veya tehdidin algılandığı durumlarda, kişiyi gönüllü olarak eyleme geçiren, yetkin, becerikli, güvengen, atılgan, kararlı, tehlikeyi göze almasını, korkuyla baş etmesini, özverili ve hatta kendini feda eden bir şekilde hareket etmesini sağlayan bir kavram" olarak tanımlanmıştır (Konter, 2010, p.6).

CESARET TÜRLERİ

Fiziksel/motorsal, entelektüel/bilişsel, duygusal, sosyal, ekonomik, kültürel, felsefi, dini olarak genelden özele birçok cesaret türü ileri sürülebilir. Genel Spor Cesareti ve Özel Spor Cesareti, Reaktif Spor Cesareti ve Proaktif Spor Cesareti gibi kavramlar da tartışılabilir.

ÇOK BOYUTLU, ETKİLEŞİMSEL, DİNAMİK ve DÖNÜŞÜMSEL CESARET SÜRECİ

Kişinin ne kadar cesaret göstereceği; algıladığı riske bağlı olarak, sahip olduğu becerileri ile içinde bulunduğu durum ve yerine getireceği görev arasındaki etkileşime bağlı olacağı ileri sürülebilir. Bir futbol oyuncusu sakatlıktan sonra daha önce olduğu gibi cesaret göstermeyebilir. Cesaret kavramı; dinamiktir, etkileşimseldir, çok boyutludur ve

dönüşümseldir (Konter, 2013). Cesaret durumsal faktörler tarafından tetiklenebilir. Örneğin; birçok puan kaybettikten sonra geri dönüş yapma.

BEDEN EĞTİMİ ve SPORDA CESARETİN ÖLÇÜLMESİ ve DEĞERLENDİRİLMESİ

Konter and Ng (2012) son zamanlarda 13 ile 22 yaş arasındaki değişik kişisel ve takım sporlarını kullanarak 31 maddelik 5 faktörlü bir "Spor Cesaret Ölçeği" geliştirmiştir (SCÖ-31). Bu ölçeğin faktörleri; yetkinlik/kendine güven, kararlılık, atılganlık, tehlikeyi göze alma/korkuyla baş etme ve kendini feda etme/özverili olmadan meydana gelmektedir.

Konter, Ng ve Bayansalduz (2012) aynı zamanda "Spor Cesaret Ölçeğinin Çocuk Versiyonu" (ÇSCÖ-28) üzerinde çalışarak 10-12 yaş çocukları için 28 maddelik ve aynı 5 faktör yapısına sahip bir ölçek daha geliştirmişlerdir. Belirtilen ölçeklerin psikometrik özellikleri iyi sonuçlar vermiştir. Bu ölçeklerin Kuzey Amerika, Kanada, Hırvatistan, Çin ve Malezya gibi ülkelere kültürel uyum çalışmaları ise devam etmektedir.

SPOR CESARET ARAŞTIRMALARI

Sporda cesaret araştırmaları farklı yaş grupları açısından ele alınabilir. Çocukluk (10-12/13 yaş), ergenlik (13-18/20 yaş) ve yetişkinlik (19 yaş yukarısı). Beden Eğitimi ve Sporda bu yaş gruplarında SCÖ-31 ve ÇSCÖ-28 kullanılarak birçok bilgiler elde edilmiştir.

SONUÇLAR VE TARTIŞMA

Beden Eğitimi ve Sporda Cesaret; a) Karmaşıktır, b) Çok boyutludur, c) Dinamiktir ve d) Etkileşimsel bir süreçtir. Cesaret; kişinin özellikleri, içinde bulunulan durum ve yerine getirilecek görev arasındaki etkileşimden kaynaklanmaktadır. Bu etkileşimler sonucunda kişinin cesaretli ve cesaretli olmayan davranışları meydana gelmektedir.

Cesaret sporcunun yaşamında, antrenmanlarında, yarışma öncesinde, yarışma sırasında ve sonrasında etkili olabilir. Örneğin;

-Yaşam: riskli transfer, takım değiştirme, bir yerden bir yere göç etme ve ülke değiştirme, evlenme, boşanma, çocuk sahibi olma, mesleği sonlandırma ile ilgili kararlar alma, mesleksel geçişler vb.

-Antrenman: riskin algılandığı fizik, teknik, taktik ve psikolojik mücadeleler.

-Yarışma: riskin algılandığı fiziksel, teknik, taktik ve psikolojik mücadeleleri.

-Yarışma Sonrası: Sakatlıktan toparlanma, ağır yenilgiden geri dönüş yapma, olumsuz koşullarda ayakta kalma ve mücadele etme, ağır koşullardan toparlanma ve tekrardan başarılı olma.

"Deneyim", sporcu cesareti üzerinde etkili olabilir. Deneyimli olan ve deneyimli olmayan sporcuların risk algısı ve dolayısıyla cesaretleri de farklı olabilir. Genç ve deneyimsiz olanın daha deneyimli olana göre tehlike karşısında daha cesarete gereksinim duyacağı ileri sürülebilir. Örneğin, deplasman karşılaşmaları, düşmanca seyirci önünde mücadele, çok güçlü rakiplerle kendi sahalarında karşılaşma. Barcelona ile kendi statları olan "New Camp" da daha önce mücadele etmiş bir futbolcunun cesareti ile yeni takıma girmiş ve ilk defa mücadele edecek genç bir futbolcunun gereksinme duyacağı cesaret farklı olabilir.

Cesaretle ilgili araştırmalar; cesarete gereksinme olduğunda cesaretli olmanın önemine dikkat çekmektedir. Gereksinme yokken cesaretli olmanın aptallıkla sonuçlanabileceği de ileri sürülebilir. Cesaretle ilgili aşağıda belirtilen sonuçlar tartışılabilir ve önerilerde bulunulabilir:

1) Cesaret her zaman korkmamak ve cesaretsizlik de her zaman korkmak değildir.
2) Günümüzde cesaret her zaman ve zorunlu olarak, olumlu ve olumsuz olmayabilir (her ne kadar filozoflar olumlu olmaya daha çok vurgu yapmış olsalar da günümüzde cesaretin sadece olumlu olup olumsuz olamayacağı tartışılabilir),
3) Cesaret çok boyutludur ve çok boyutlulukta, fiziksel, duygusal, bilişsel, sosyal, kültürel, ekonomik, değerler ve dünya görüşü vb. faktörler önemli yer tutmaktadır.
4) Cesaret kişi, içinde bulunduğu durum ve yerine getirilecek görev arasında olan bir etkileşimle meydana gelmektedir.
5) Cesaret bir çeşit, tehlike, risk ve güçlük karşısındaki eylemdir. Örneğin; bir futbol oyuncusu başarılı olma şansının yüksek ve risk almanın düşük olduğu (risk değerlendirmesi) algısıyla istekli bir şekilde topu tekrar kazanmak için riskli orta saha

mücadeleleri içine atılabilir. Ancak, aynı durumda risk almanın ölümcül veya kalıcı bir sakatlığa yol açabileceği algısı oluştuğunda aynı davranışı göstermeyebilir (böyle bir durum aptallıkla sonuçlanabilir).
6) Cesaret risk alma ve tehlikeyi göze alma ile ilişkilidir. Her risk alma davranışı bir cesaret olmayabilir ama her cesaret bir risk alma davranışıdır. Cesaret eyleminin olduğu durumda, kişide yüksek risk algısının bulunması gerektiği ileri sürülebilir.
7) Cesaret, kişinin anlamlı sonuçları başarması için korku tarafından kontrol altına alınması değil, kişinin korkuyu kontrol altına alabilmesidir.
h) Cesaret her zaman korkuyla zıt anlam taşımayabilir.
8) Cesaret, bilişsel duygusal bir olgunluk ve bilinçli/gönüllü bir davranışı olduğu ileri sürülebilir. Kişinin zorla itildiği tehlikeli durumlar ve özgür seçimle gerçekleşmeyen davranışların cesaret olarak nitelendirilmesi güçtür.
9) Cesaret, maceracı davranışlar ve duygulanım aramayla da ilişkili olabilir.
10) Cesaret daha çok bilgisine sahip olunmayan ve sınırların zorlanmasının gerektiği durumlarda söz konusu olabilir.
11) Kişiler bir cesaret çeşidinden diğerine farklılık gösterebilir. Örneğin; bilişsel cesarette yüksek olan bir kişi fiziksel cesarette düşük olabilir.
12) Cesaret sporcudan sporcuya değişebilir. Kişilik özellikleri cesaretin bir faktörü olarak önemli olabilir.
14) Cesaret spordan spora, başka bir ifadeyle durumdan duruma farklılık gösterebilir. Örneğin; futbolda gerekli cesaretle uç sporlarda gerekli olan cesaret farklı olabilir. Benzer şekilde araba ve motor yarışları için gereken cesaretle atletizmde koşular için gereken cesaret farklı olabilir.
15) Cesaret yerine getirilecek görevden göreve veya konudan konuya da farklı olabilir. Örneğin; konunun karmaşıklığı, basitliği, kapalı ve açık motor beceriler gibi yerine getirilecek konunun hangi becerileri içerdiği önemli olabilir.
16) Cesaret, bulunulan ortamda kim veya kimlerin bulunduğu ve bunların ne yaptığı ile ilgili olarak da önemli olabilir. Örneğin; olumlu veya olumsuz seyircilerin varlığı, yardımcıların varlığı veya yokluğu, sporcu sporcu etkileşimi, sporcu antrenör etkileşimi, sporcu takım etkileşimi vb.
17) Cesaret; kişi içi, kişilerarası, grup içi, gruplararası faktörlerden etkilenebilir.
18) Cesaret motivasyonla ilişkilidir. Ancak, her motivasyon bir cesaret değildir ama her cesaret bir motivasyondur.
19) Cesaret doğuştan getirilen faktörlerle sonradan kazanılan faktörlerin etkileşimi ile ortaya çıktığı ileri sürülebilir.
20) Cesarette cinsiyetler arası farklar olabilir.
21) Cesarette yaş grupları arasında farklar olabilir.
22) Cesarette evrensel ve kültürel özellikler söz konusu olabilir.
23) Cesaret kavramı dinamik ve dönüşümsel bir süreçtir.

KAYNAKLAR

Beckmann, J. (2001). Self-regulation of athletic performance. In N.J. Smelser, & P.B. Baltes (Eds.), *International Encyclopedia of the Social and Behavioral Sciences* (pp. 14947-14952). Amsterdam: Elsevier.

Biswas-Diener, R. (2012). The Courage Quotient: How Science Can Make You Braver. San Francisco: Jossey-Bass.

Corlett, J. (2002). Virtue lost: courage in sport. In A. Hollowchak (Ed.), *Philosophy in sport* (pp. 454-465). New Jersey: Prentice Hall.

Griffith, C. (1928). Psychology and Athletics. Charles Scribner's Sons: New York.

Konter, E. Beckmann, J. Loughead, T. (2018). Football Psychology: From Theory to Practice. London: Routledge.

Konter. E. (2017). Psychological skills of football players in relation to level of courage, individual and performance variables. 14th. ISSP World Congress of Sport Psychology, 10-14 June, Sevilla, Spain.

Konter, E. (2015a). Courage of association football players: Decision-making at risk. 14th. European Congress of Sport Psychology, 14th to 19th. July, 2015, Bern, Switzerland.

Konter, E. (2015b). Courage and football performance in the face of negative and positive circumstances.Uluslararası Spor Bilimleri Araştırma Kongresi-USBAK. 10-13 Eylül 2015, Çanakkale.

Konter, E. (2015c). Courage profile of adolescent football players in relation to their selected individual variables. III.International Exercise and Sport Psychology Congress, 23-25 Ekim, Marmara Üniversitesi Anadolu Hisarı, İstanbul.

Konter, E. (2015d). Profesyonel futbolcuların seçili kişisel, sosyal ve performans değişkenlerine gore cesaret profilleri. Ulusal Spor Hekimliği Kongresi, 20-22 Kasım, Swiss Otel, Ankara.

Konter, E., & Toros, T. (2013). Courage and performance in football. *International Journal of Academic Research, 5*(4), 276-282. doi: 10.7813/2075-4124.2013/5-4/B.42

Konter, E., Ng, J., & Bayansalduz, M. (2013). Revised version of sport courage scale for children. *Energy Education Science and Technology Part B: Social and Educational Studies, 1*, 331-340.

Konter, E., & Ng, J. (2012). Development of sport courage scale. *Journal of human kinetics, 33*, 163-172. doi: 10.2478/v10078-012-0055-z

Konter, E., & Toros, T. (2012). Courage of football players and their playing positions. *Energy Education Science and Technology Part B: Social and Educational Studies, 4*(4), 1997-2006.

Nesti, M. (2016). Performance mind-set. In. T.Strudwick. Soccer Science. Human Kinetics, Ilinois, pp. 415-430.

Park, N. Peterson, C. (2004). Classification and measurement of character strengths: Implication for practice. In. P.A Linley, S. Joseph (Eds.), Positive psychology in practice. Hoboken, NJ: John Wiley and Sons.

Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification.* New York: Oxford University Press and Washington, DC: American Psychological Association.

Plato. (1970). The Republic. New York: Perguin Books.

Salvtore, R. M. (2006). Hardiness: The courage to grow from stress. The Journal of Positive Psychology, 1(3), 160-168.

Tarcan, S.S. 1943, Spor Pedagojisi. İstanbul: Cumhuriyet Basımevi.

Woodard, C. R., & Pury, C. L. S. (2007). The construct of courage: Categorization and measurement. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research, 59*(2), 135-147. doi: 10.1037/1065-9293.59.2.135

Woodard, C. R. (2004). Hardiness and the concept of courage. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research, 56*(3), 173-185. doi: 10.1037/1065-9293.56.3.173

ÜNİVERSİTELERDE BASKETBOL

Seyfi SAVAŞ

Bu çalışma kapsamında, üniversitelerde basketbol kavramı üç başlık altında incelenmiştir.

- Birinci bölümde, Türkiye'de çok az oranda da olsa Yükseköğretime Geçiş Sınavından belli bir puan elde etmiş sporcuların Üniversite takımlarında yarışma zorunluluğu ve buna karşılığında öngörülen burs sistemi (Bunun Uluslararası platformdaki karşılıkları, Türkiye ve Amerika Üniversiteler ligi mevcut durum değerlendirmeleri.),
- İkinci bölümde, serbest zaman faaliyeti olarak üniversiteler bünyesinde basketbolun yeri ve önemi,
- Üçüncü bölümde ise spor eğitimi veren yükseköğrenim kurumlarında lisans seviyesindeki basketbol dersleri ve bunların çıktıları incelenmeye çalışılmıştır.

Sonuç olarak, her üç konu başlığı altında tartışmaya açılan "Türkiye'de Üniversite Basketbolu" çıktıları kamuoyu ve paydaşlara iletilerek değerlendirmeye alınacaktır.

*****Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi,

Türkiye Basketbol Federasyonu Eğitim Kurulu.

SÖZEL BİLDİRİ ÖZETLERİ
ORAL PRESENTATION ABSTRACTS

ANTRENMAN VE HAREKET BİLİMLERİ / TRAINING AND MOVEMENT SCIENCE

SB238

GENÇ FUTBOLCULARDA ISINMADA FARKLI YÜKLERDE YAPILAN ÖN YÜKLENMENİN AKTİF SIÇRAMA VE SPRİNT PERFORMANSI ÜZERİNE AKUT ETKİSİ

***[1]Erhan Işıkdemir*, [2]Emre Karadağ, [3]Yusuf Köklü, [4]Erhan Işıkdemir, [5]Bilal Utku Alemdaroğlu**

[1]Nevşehir Hacı Bektaş Üniversitesi, Spor Bilimleri Ve Teknolojisi Yüksekokulu, Nevşehir
[2]Milli Eğitim Bakanlığı, Gaziantep
[3]Pamukkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi, Denizli
[4]Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Spor Bilimleri Ve Teknolojisi Yüksekokulu, Nevşehir
[5]Pamukkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Denizli

***Email :** erhanisikdemir20@gmail.com, emrekaradag20@gmail.com, ykoklu@pau.edu.tr, erhanisikdemir20@gmail.com, utkualemdaroglu@yahoo.com*

Amaç: Bu araştırmanın amacı ısınmada farklı yüklerde yapılan ön yüklenmenin aktif sıçrama ve 10 – 30 m sprint performansı üzerine akut etkisini incelemektir.

Yöntem: Çalışmaya 12 genç erkek sporcu (yaş: 16,3 ± 1,23 yıl; boy uzunluğu: 172,63 ± 3,88 cm; vücut ağırlığı: 63,27 ± 6,79 kg; antrenman yaşı: 2,33 ± 1,43 yıl) gönüllü olarak katılmıştır. Sporculara ilk iki ölçüm günün de yapılacak olan teste ilişkin uyum antrenmanları yaptırılmıştır. 3. günde yarım skuat 1 tekrarlı maksimalleri belirlenmiş ve sporcular randomize bir şekilde 4 farklı gruba ayrılmıştır. Sporcular tüm protokolleri randomize bir şekilde uygulamıştır (1 TM %100 ile 1 tekrar, 1 TM %90 ile 3 tekrar, 1 TM %80 ile 5 tekrar, yüklenmesiz). Sporcular testlere başlamadan önce sınma protokolünde, 5 dk bisiklet ergonometrisi üzerinde ısınma, 1 dk dinlenme, devamında vücut ağırlığı ile 5 tane yarım skuat hareketi, 1 dk'lık bir dinlenme ve sporcunun o gün uygulayacak olduğu ön yüklenmeli yarım skuat hareketini yaparak ısınma protokolünü uygulamıştır. Devamında ise 4 dk'lık bir dinlenme verilerek devamında aktif sıçrama ve 10 – 30 m sprint ölçümleri 2 tekrar olarak alınmış, ölçümler arasında 30 saniye dinlenme verilmiştir. En iyi test dereceleri değerlendirmeye alınmıştır. Verilerin analizinde uygulamalar arasındaki farklara bakmak için tekrarlı ölçümlerde varyans analizi; farkın hangi gruptan ya da gruplardan kaynaklandığını belirlemek için ise Bonferoni Post Hoc testi kullanılmıştır.

Bulgular: 1 TM %80'i ile yapılan yarım skuat yüklemenin sonucunda en yüksek aktif sıçrama ve en iyi 10 – 30 m sprint değerlerine ulaşılmış ve ön yüklenmesiz protokole göre anlamlı farklılık elde edilmiştir ($p < 0,05$). 1 TM %90 ve 1 TM %100 ile uygulanan yarım skuat protokollerinde ise istatiksel olarak anlamlı farklılık görülmemiştir. En düşük performans çıktıları ise ön yüklenmesiz protokolde görülmüştür.

Sonuç: Genç futbolcularda 1 TM %80'i ile ısınmada yapılan ön yüklenmenin, 10 – 30 m sprint ve aktif sıçrama performanslarını artırdığı tespit edilmiştir.

THE ACUTE EFFECTS OF DIFFERENT WARM-UP LOADS ON SPRİNT AND COUNTER MOVEMENT JUMP PERFORMANCES IN YOUNG FOOTBALL PLAYERS

Purpuse: The aim of this study was to investigate acute effects of different warm-up loads on 10 – 30 m sprint and Counter Movement Jump (CMJ) performances. Method 12 volunteer young male soccer players (age:16,3 year; height:172,63 cm; weight:63,27 kg; training age: 2,33) participated in this study. Athletes were given adaptation training for the test to be performed on the first two measurement days. On the 3rd day, half skuat 1 repetition maxims were determined and sportsmen randomly divided 4 different groups.

Athletes applied all protocols, respectively. (1RM %100-1 repetition, 1RM %90-3 repetition, 1RM %80-5 repetition, without load). The sportsman applied the warm-up protocol in the warm- up protocol by making 5 min bicycle ergonomometer, 1 min rest, 5 body skirting with 5 semi-squat movements, 1 min rest and a pre-loaded half skuat movement that the athlete would apply on that day. In the follow-up, 4 min rest was given, active splashing and 10-30 m sprint measurements were taken in 2 replicates and 30 seconds rest was given between measurements. The best scores were taken into consideration. ANOVA for Repeated Measurements were used for data analysis. Furthermore, Bonferroni Post Hoc test was used in order to find out which practice caused differences ($p < 0.05$).

Results: As a result, squat protocol which includes 1RM %80 is determined as statisticaly significant ($p < 0.05$) and as most efficient protocol in order to generate Post Aktivation Potentation (PAP) comparing to protocol without load. There was no statistically significant difference in half-squat protocols applied with 1 TM 90% and 1 TM 100%. The lowest performance output was seen in the unloaded protocol.

Conclusion: For young soccer players increased a half skirt protocol with 1 TM 80% 10-30m sprint and active jump performance.

Keywords: Football, Post Activation Potential, Warm-up, Sprint, Jumping

SB13

DİNLENİLEN FARKLI TEMPO MÜZİKLERİN FUTBOLCULARDA AEROBİK VE ANAEROBİK PERFORMANSA ETKİSİNİN İNCELENMESİ

***[1]Alper Kartal*, [1]Esin Ergin**

[1]Adnan Menderes Üniversitesi, Aydın

Email : *alper_kartal@hotmail.com, esinergin7@gmail.com*

Bu çalışmanın amacı; dinlenilen farklı tempo müziklerin futbolcularda aerobik ve anaerobik performansa etkisinin incelenmesidir. Çalışmanın örneklem grubunu Türkiye Futbol Federasyonu U-19 liginde mücadele eden Aydın Yıldızspor takımından yaş ortalaması 19,84±3,00 yıl, boy ortalaması 1.76±6.32 santimetre (cm), vücut ağırlık ortalaması 70,84±5,44 kilogram (kg) ve vücut kitle indeksi (v.k.i) 22,67±1,29 olan (n=20) futbolcu oluşturmuştur. Sporcular 4 hafta içerisinde standardize edilmiş 15 dakikalık ısınma programları eşliğinde kura yöntemi ile belirlenmiş olan hareketli, yavaş veya kendi isteklerine bağlı olan müzikleri dinlemiştir. 15 dakikalık ısınma ile birlikte dinlenilen farklı tempo müziklerin hemen ardından, sporcuların aerobik ölçümleri Yo-Yo aralıklı Toparlanma Testi 1 (YIRT1) ve anaerobik ölçümleri ise Tekrarlı Sprint Sürati (RAST) ile yapılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde SPSS 20.0 istatistik paket programı uygulanmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde One-Way Anova analizi kullanılmıştır. Araştırmaya katılan sporcuların dinledikleri farklı tempo müziklerin aerobik ve anaerobik performanslarına istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa rastlanamamıştır ($p>0,05$). Ancak sporcuların kendi isteklerine bağlı olarak dinledikleri müziklerde aerobik ve anaerobik derecelerinde farklılığa rastlanmıştır. Sonuç olarak çalışmamızda farklı tempo müziklerin aerobik ve anaerobik performansa olan etkisi bulunamamıştır. Ancak sporcular kendi motivasyon durumlarına göre dinledikleri müziklerle daha iyi bir aerobik ve anaerobik performansa sahip olabilmektedirler.

Anahtar Kelimeler: müzik, futbol, aerobik performans, anaerobik performans

LISTENING OFDIFFERENT RHYTM MUSIC EFFECT OF AEROBIC AND ANAEROBIC PERFORMANCE ON SOCCER PLAYERS

The aim of this study investigated of different rhytm music effect of aerobic and anaerobic performance on soccer players. 19 male soccer players who played Aydın Yıldızspor U-19 participated in the study voluntarily. Demographic characteristics on voluntaries; age average 19,84±3,00 year, height average 1.76±6.32 cantimetre (cm), weight average 70,84±5,44 kilogram (kg) and body mass index (b.m.i) 22,67±1,29. Voluntaries were listen fast rhytm, slow rhytm and own prefered music (120 bpm). Voluntaries doing standard training in 4 weeks with 15 minutes periods and chose the musics by lottery method. Musics are listening while 15 minutes warming up doing, after warming up for aerobic performance measrument used Yo-Yo Intermittent Recovery Test 1 (YIRT1) and for anaerobic perforamance measrument used Repeated Ability Sprint Test (RAST). For the analayses of data; One Way Anova was used. As a result of the measrument taken different type of music it was found no statistically differences in this study. However; although it was seen prefered music type increased soccer players aerobic and anaerobic perforamance. Players has better aerobic and anaerobic perforamnce with motivationel factors and prefered listening music. Key Words: music, soccer, aerobic performance, anaerobic performance

SB23

FUTBOLCULARDA ALT EKSTREMİTEYE UYGULANAN AKUT VİBRASYON ANTRENMANININ ŞUT HIZI ŞUT İSABETİ VE ÇEVİKLİK PERFORMANSI ÜZERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

[2]Emrah Şengür, [1]Zait Burak Aktuğ, [1]Gürkan Yılmaz

[1]Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu
[2]Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü

Email : *emrahsengur51@gmail.com, zaitburak@gmail.com, g.yilmaz@hotmail.com*

AMAÇ: Bu çalışmanın amacı, futbolcularda alt ekstremiteye uygulanan akut vibrasyon antrenmanın şut hızı, şut isabeti ve çeviklik performansı üzerine etkisinin incelenmesidir. YÖNTEM: Çalışmaya 18-25 yaş arasında 33 gönüllü amatör erkek futbolcu katılmıştır. Futbolcuların şut hızları radar aleti ile, şut isabeti Mor-Christian futbol yetenek testi ile, çeviklik performansı Illionis çeviklik testi ile belirlenmiştir. Futbolcuların şut isabeti, şut hızı ve çeviklik performansları herhangi bir egzersiz uygulanmadan ve vibrasyon antrenmanı uygulandıktan sonra olmak üzere iki kez ölçülmüştür. Futbolcuların şut hızı, şut isabeti performansının ön test son test arasındaki farkı belirlemede Paired T Testi, çeviklik performanslarının ön test ve son testleri arasındaki farkı belirlemede Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi uygulanmıştır. BULGULAR: Elde edilen sonuçlara göre vibrasyon antrenmanı sonrası şut hızı, şut isabeti ve çeviklik performansının istatiksel olarak anlamlı şekilde geliştiği belirlenmiştir ($p<0.05$). SONUÇ: Sonuç olarak, akut vibrasyon antrenmanı şut hızı, şut isabeti ve çeviklik performansını arttırdığı söylenebilir.

Anahtar kelimeler: Vibrasyon, şut hızı, şut isabeti, çeviklik, futbol

THE EFFECT OF ACUTE VIBRATION TRAINING APPLIED TO LOWER EXTREMITY OF FOOTBALLERS ON SHOOTING SPEED SHOOTING ACCURACY AND AGILITY PERFORMANCE

AİM: The aim of this study is to examine the effects of acute vibration training applied to the lower extremity of footballers on shooting speed, shooting accuracy and agility performance. METHODS: 33 voluntary amateur male soccer players between the ages of 18-25 participated in the study. The soccer players' shooting speed was determined with the radar tool. Shooting accuracy of the players was determined with the Mor-Christian Football Skill Test. Agility performance of the players was determined with the Illionis agility test. The players' shooting accuracy, shooting speed, and agility performances were measured twice: firstly without any exercise and then after the vibration training was applied. Paired T test was used to determine the difference between pretest and posttest scores of shooting speed and shooting accuracy. Wilcoxson signed ranks test was used to determine the difference between pretest and posttest scores of agility performance of the players. RESULTS: According to the obtained results, it was determined that the shooting speed, shooting accuracy and agility performance improved statistically significantly after the vibration training ($p<0.05$). CONCLUSİONS: As a result, acute vibration training has been shown to improve shooting speed, shooting accuracy and agility performance.

Key words: Vibration, shooting speed, shooting accuracy, agility, soccer

SB26

8 HAFTALIK KORT TENİS ANTRENMANININ 10-12 YAŞ ARALIĞINDAKİ ÇOCUKLARDA DİKKAT GELİŞİMLERİ ÜZERİNE ETKİSİ

***[1]Necdet Eray Pişkin*, [2]Berkan Alpay**

[1]Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü
[2]Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu

***Email :** eraypiskin51@gmail.com, berkanalpay@hotmail.com*

AMAÇ: Çalışmanın amacı 8 haftalık tenis antrenmanlarının dikkat düzeyi üzerine etkisinin incelenmesidir. METOD: Çalışmaya yaş ortalaması 11,43 ± 0,68, antrenman yaşı 2 ± 0 yıl olan 30 tenisçi katılmıştır. Tenisçilere tenis antrenmanına başlamadan önce ve 8 haftalık tenis antrenmanı sonrasında olmak üzere iki kez dikkat testi uygulanmıştır. Tenisçilerin dikkat düzeylerini belirlemede Bourdon dikkat testi (harf formu) kullanılmıştır. Tenis antrenmanları öncesi ve sonrası arasındaki farkı belirlemede Paired Samples t-testi kullanılmıştır. BULGULAR: Elde edilen sonuçlara göre ön test dikkat puanı 94,57 puan son test dikkat puanı 110,97 puan bulunmuştur ($p<0.05$). SONUÇ: Sonuç olarak uygulanan 8 haftalık tenis antrenmanlarının dikkat düzeyini olumlu yönde etkilediği belirlenmiştir. Anahtar kelimeler: Dikkat, tenis, bourdon

THE EFFECT OF 8-WEEK COURT TENNIS TRAINING ATTENTION DEVELOPMENT IN CHILDREN AGED 10 12 YEARS

AİM: The purpose of the study is to examine the effect of 8-week tennis training on attention level. METHOD: Thirty tennis players with a mean age of 11,43 ± 0,68 and a mean training age of 2 ± 0 years were included in the study. Tennis players were given two attention tests before starting tennis training and after 8 weeks of tennis training. The Bourdon attention test (letter form) was used to determine the attention levels of the tennis players. Paired Samples t-test was used to determine the difference between before and after tennis training. RESULTS: According to the results obtained, pre-test attention score was 94.57 points, final test attention score was 110.97 points ($p <0.05$). CONCLUSİON: As a result, it was determined that the 8 week tennis training applied affects attention level positively. Key words: Attention, tennis, bourdon

SB36

GENÇ VOLEYBOLCULARDA MAKAS STİL OLİMPİK KALDIRIŞLAR İLE KLASİK OLİMPİK KALDIRIŞLARIN PERFORMANS ÜZERİNE ETKİLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

[1]Comparison Of Effects Of Split Style Olympic Lifting And Classical Olympic Lifting On Performance Of Young Volleyball Players

Email :

Giriş ve Amaç: Olimpik halter kaldırışlarının kuvvet ve yüksek güç gerektiren aktiviteler için oldukça etkili olduğu bilinmektedir. Fakat Olimpik kaldırış türevlerinin arasındaki farklılıkların belirlenmesine ihtiyaç vardır. Bu çalışma genç voleybolcularda makas stil olimpik kaldırışlar ile klasik olimpik kaldırışların, performans üzerine etkilerinin karşılaştırılması amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Araştırmaya, makas grubu (yaş= 14.80 ± 1.03, boy = 164.50 ± 9.6, vücut ağırlığı= 60.88 ± 8.26), klasik grup (Yaş= 14.22 ± 1.2, boy= 167.78 ± 3.53, vücut ağırlığı= 62.32 ± 7.20), kontrol grubu (yaş= 14.14 ± 0.38, boy= 165.29 ± 5.25, vücut ağırlığı = 59.32 ± 5.89) olmak üzere 30 kadın voleybolcu katıldı. Katılımcılar, 6 hafta süren araştırmada, klasik ve makas tekniğiyle askıdan koparma, omuzlama ve atış hareketlerini haftada 2 gün uyguladı. Haftalık antrenmanın şiddeti ve hacmi her hafta arttırıldı, sadece sontest öncesi haftada hafifletildi. Alt ekstremite sertliği, verileri OptoJump (Microgate) protokolleri üzerinden alındı, sertlik Dalleau G, ve arkadaşlarının oluşturduğu eşitlik ile hesaplandı. Dikey sıçrama ölçümleri standart protokollerle OptoJump cihazı ile gerçekleştirildi. 5 ve 20 metre sprint ölçümlerinde fotosel (Microgate) kullanıldı. Çeviklik, T testi ile ölçüldü. Olimpik halter antrenmanlarının, ölçülen değişkenler üzerindeki etkisi büyüklük temelli çıkarımlar yöntemi ile değerlendirildi. Etki büyüklüğüne bağlı önemliliğin sınıflaması Rhea M'e göre yapıldı.

Bulgular: Makas grubunda smaç sıçramada artış olasılığı "ihtimal" (fark=1.77cm, kesinlik % 72.6, d= 0.56), klasik grupta "belirsiz" (fark=0.7cm, d= 0.12), kontrol grubunda "belirsiz" (d= fark=1,39cm, d=0.35) olduğu belirlendi. Diğer değişkenlerdeki sonuçların makas grubu ve klasik grupta "olası" veya "ihtimal" olarak benzer olduğu, kontrol grubunda "belirsiz veya "önemsiz" olarak bu gruplardan farklılaştığı belirlendi.

Sonuç: Bu çalışmanın bulguları, makas stil olimpik kaldırışların genç voleybolcularda smaç sıçrama üzerine daha etkili olduğunu göstermektedir.

COMPARISON OF EFFECTS OF SPLIT STYLE OLYMPIC LIFTING AND CLASSICAL OLYMPIC LIFTING ON PERFORMANCE OF YOUNG VOLLEYBALL PLAYERS

Introduction and Objective: It is known that Olympic weightlifting is very effective for the activities requiring force and high power output. But there is a need to determine the differences between the Olympic weightlifting derivatives. The purpose of this study is to compare the effects of split style olympic weightlifting and classical olympic weightlifting on performance of young volleyball players.

Methods: In the study, the split group (Age = 14.80 ± 1.03 height = 164.50 ± 9.6 body weight = 60.88 ± 8.26), classical group (age = 14.22 ± 1.2 height= 167.78 ± 3.53, body weight = 62.32 ± 7.20) and control group (age = 14.14 ± 0.38 height = 165.29 ± 5.25 body weight= 59.32 ± 5.89) participated in the study. Participants carried out split and classic snatch, clean and jerk twice a week for 6 weeks. The intensity and volume of training was increased weekly and tapered just before the posttest. The leg stiffness calculated by the equation of Dalleau G, et al.

Vertical jumps were performed with standard protocols using the OptoJump. Photocell (Microgate) was used for 5m and 20m sprint tests. Agility was measured by T-test. The effect of the trainings on the measured variables was assessed by magnitude-based inferences.

Results: The likelihood of an increase in spike jump in the split group was "possibly positive" (difference = 1.77cm, precision 72.6%, d = 0.56), "unclear" (difference = 0.7cm, d = 0.12) in classical group and “unclear” in control group (difference = 1.39cm, d = 0.35). It was determined that the results in the other variables were similar to "likely" or "possible" in the split group and the classical group, differing in the control group as "unclear" or "trivial".

Conclusion: The results of this study indicate that split style olympic lifts are more effective on spike jump.

SB49

ATAN GALİP YİYEN MAĞLUP

***[1]Anıl Can Yolgörmez*, [2]Berkant Muhammer Kayatekin**

[1]Göztepe Spor Kulübü, İzmir
[2]Dokuz Eylül Üniversitesi Tıp Fakültesi

Email : *anilcanyolgormez@gmail.com, Kayabm@deu.edu.tr*

Giriş ve Amaç Bir golün oluşum anatomisini çıkarmak analiz programları sayesinde en ince ayrıntısına kadar mümkündür. Bu da, gol atmak için çok az fırsat olan bir futbol karşılaşmasında oluşan fırsatları en doğru şekilde değerlendirmek ve gol oluşumuna etki eden atak seçeneklerini çoğaltmak ve karşılaşmayı kazanmak için önem teşkil etmektedir. Bu çalışmanın amacı, Türkiye Futbol Süper Liginde atılan ilk gollerin teknik ve taktik kriterlere göre analiz edilmesi ve ortaya çıkan sonuçlara göre maç stratejilerinin, antrenman metotlarının, oyuncu seçimlerinin geliştirilebilmesi için bilimsel veriler sunmayı amaçlamıştır. Yöntem Bu araştırmanın evrenini 2016-2017 Sezonunda Türkiye Süper Liginde yer alan 18 takım oluşturmuştur. Araştırmada gözlem ve notasyonel analiz ile bilgisayar yardımlı maç analiz yöntemi kullanıldı. Analiz edilecek her bir kriter için ayrı bir gözlem formu oluştururdu. Çalışmada yer alan bütün maçlar WYSCOUT adlı internet platformundan bilgisayara yüklenmiştir. Bütün maçlar izlenip kağıt-kalem yöntemi ile gollerin oluşumu kayıt altına alınmıştır. Bulgular ve Tartışma Bu çalışmada en dikkat çekici bulgu, 2016-2017 futbol sezonunda maçlarda ilk golü atan takımların maçı kazanma yüzdesi %70,6, maçın berabere bitme yüzdesi %17, kaybetme yüzdesi ise, yüzde %12,4 olarak tespit edilmiştir. Hem ilk üç sırada yer alan takımlar hem de son üç sırada yer alan takımlar ilk golü attıklarında maçı kazanma oranları da istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde artmıştır. . Bu düşünceyi destekleyen bir diğer bulgu ise, 2016-2017 Türkiye Süper Liginde şampiyon olan Beşiktaş takımı bütün sezon boyunca altı maçta ilk golü kendi kalesinde görmüş ve bu maçların hiç birini kazanamamıştır. Gol atmak futbolun doğası gereği önemli bir yere sahip olsa bile ilk golün önemi bu çalışma ile ortaya konulmuştur. Ligin alt sıralarında yer alan takımların ilk golü bulduklarında maçı kazanma istatistikleri oldukça fazla olmakla birlikte, şampiyon olan takım bile ilk golü yediği zaman maçı hiçbir zaman kazanamamıştır. Bu bağlamda, günümüz futbol ve taktik anlayışının bu çerçevede değişmesi maçın kazanılmasında önemli bir etki yaratacağı düşünülmektedir.

THE PARTY THAT SCORES THE GOAL IS THE WINNER AND THE ONE THAT CONCEDES THE GOAL IS THE LOSER

Introduction&Aim it is possible to figure out the formation anatomy of a goal down to the last detail with the help of analysis programs. This is of importance in making use of opportunities correctly in a football match in which there are few chances to score a goal, in increasing the attack alternatives that affect goal formation and in winning the match. this study,it has been aimed to offer scientific data in order to analyze the first goals scored in TFSL according to technical and tactical criteria and in order to develop match strategies, training methods, and player choices according to results. Method The population of this study consists of 18 teams in Turkey Super League in 2016-2017Season. In the study, observation and notational analysis, and computer-aided match analysis method have been used.A separate observation form has been composed for each criterion to be analyzed. Result&Discuss The most remarkable finding in this study is that the teams having scored the first goals in 2016-2017football season had a winning percentage of70,6%.The matches of the teams having scored the first goal were found to have a draw percentage of 17%,but losing percentage of12.4%.Another finding supporting this thought is that Beşiktaş team, the champion of 2016-2017 Season Turkey Super League conceded the first goals in six games all through the season and couldn't win any of these matches. Although scoring the goal is important as the nature of football,the importance of the first goal has been clearly revealed with this study. Though the teams with this study. Though the teams with lower ranks in the league have a great statistics of winning the game when they score the first goal, even the champion team could never win the match when it conceded the first goal.These results are thought to create an important effect on today's football tactic understanding

SB54

GENÇ FUTBOLCULARDA 6 HAFTALIK DENGE ANTRENMANLARININ ŞUT İSABET ORANINA ETKİSİ

***[1]Çağlar Bozkurt*, [1]Aksel Çelik , [1]Gürbüz Büyükyazı**

[1]DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ, İZMİR

Email : *, ,*

GENÇ FUTBOLCULARDA 6 HAFTALIK DENGE ANTRENMANLARININ ŞUT İSABET ORANINA ETKİSİ

ÖZET

Amaç: Bu çalışmanın amacı, genç futbolcularda 6 haftalık denge antrenmanlarının denge performansına ve şut isabet oranına etkisini araştırmaktır.

Materyal ve Metod: Bu araştırmanın örneklemini Balçova Belediyesi alt yapısında futbol oynayan 15-17 yaş aralığında olan toplam 30 futbolcu oluşturmuştur. Katılımcılar, egzersiz grubu ve kontrol grubu olarak toplam 2 gruba kasıtlı olarak ayrılmışlardır. Egzersiz grubundaki sporculara haftada 3 gün 6 hafta boyunca futbol antrenmanlarına ek olarak 15 dakikalık dinamik ve statik denge antrenmanı uygulanmıştır. Toplamda 12 hareketten oluşan denge antrenman protokolünde her bir hareket 12-15 saniye sürdürülmüş ve her hareketten sonra yaklaşık 15 saniye dinlenme verilmiştir. Futbolcuların denge ve şut isabet performansları denge antrenmanları öncesinde ve sonrasında ölçülmüştür.

Bulgular: Düzenli futbol antrenmanlarına ek 6 haftalık denge antrenmanları sonrasında uygulanan denge performansı ölçümlerinde test öncesine göre egzersiz grubunda pozitif yönde anlamlı bir farklılık($p<0.001$) bulunurken kontrol grubunda herhangi bir değişim tespit edilmemiştir. Şut isabet oranları test öncesi verilere göre değerlendirildiğinde kontrol grubu ve egzersiz gruplarında anlamlı bir artış tespit edilmemiştir. Antrenmanla gruplarda meydana gelen farklar karşılaştırıldığında egzersiz grubu ile kontrol grubu arasında denge performansında egzersiz grubu lehine anlamlı bir fark($p<0.001$) bulunmasına karşın şut isabet performansları arasında anlamlı bir fark tespit edilmemiştir.

Sonuç: Sonuç olarak 6 Haftalık denge antrenmanları, denge performansında olumlu bir gelişime neden olurken, şut isabet performansında herhangi bir değişime neden olmamıştır.

Anahtar kelimeler: isabet oranı, denge, antrenman

THE EFFECTS OF SIX WEEK BALANCE TRAINING ON SHOOT ACCURACY RATE IN YOUTH SOCCER PLAYERS

THE EFFECTS OF SİX WEEK BALANCE TRAİNİNG ON SHOOT ACCURACY RATE IN YOUTH SOCCER PLAYERS

ABSTRACT

Objective: The aim of this study is to examine the effect of 6-week balance training on the shoot accuracy rate in the young footballers.

Materials and Methods: The sampling of this study was formed of 15-17 year-old totally 30 footballers playing in the Balçova Municipality young football team. Participants were intentionally divided into exercise and control groups. Athletes in the exercise group performed 15- minute dynamic and static balance training for 6 weeks 3 days per week in addition to their regular football training. The balance training protocol was composed of totally 12 movements each of which lasted 12-15 seconds followed by 15-second rests. The balance and shoot accuracy performances of the footballers were measured before and after the balance trainings.

Results: We found significant positive differences($p<0.001$) in the balance performances of the exercise group at the end of the 6-week balance training applied in addition to the regular football training while no significant changes were determined in the control group. However, no significant increases were determined in the pre- and post- shoot accuracy rates of the exercise and control groups. When we compared the differences obtained with the training, we found a significant difference($p<0.001$) in the balance performance of the exercise and control groups; however, no significant differences were determined in their shoot accuracy rates.

Conclusion: In conclusion, 6-week balance training protocol to regular football training results in a positive improvement in balance performance, while no change in their shoot accuracy rates is caused.

Key words: shoot rate, balance, training

SB59

ANAEROBİK EGZERSİZ SONRASI MÜZİK DİNLEMENİN TOPARLANMAYA ETKİSİ

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

Email :

Giriş ve Amaç: Yıllarca müziğin egzersiz performansı üzerine etkisi araştırılmıştır ancak anaerobik egzersiz sonrası müziğin toparlanmaya etkisini araştıran az sayıda çalışma bulunmaktadır. Bu çalışmanın amacı yüksek yoğunluklu egzersiz sonrası müzik dinlemenin toparlanmaya etkisinin olup olmadığını incelemektir. Yöntem: Çalışmaya yaş ortalaması 21.76±1.84 olan ve Spor Bilimleri Fakültesinde okuyan 25 erkek gönüllü öğrenci katılmıştır. Deneklere anaerobik egzersiz olarak iki kez bir hafta gün arayla Wingate Anaerobik Güç (WAT) testi uygulanmıştır. Rastgele seçilmiş 13 deneğin ilk olarak WAT sonrası müzik dinlemeden diğer 12 deneğin ise müzik dinleyerek toparlanmaları incelenmiştir. Bir hafta sonra ise müzik dinlemeden toparlanan denekler müzik dinleyerek, müzik dinleyerek toparlananlar ise müzik dinlemeden toparlanmışlardır. Sporcuların anaerobik koşu öncesinde dinlenik laktik asit (LA) ve Kalp Atım Hızı (KAH) değerleri alınmış daha sonra WAT testine tabii tutulmuşlardır. Deneklerin toparlanmaları testten sonra 15 dk boyunca takip edilmiştir. Toparlanmanın her dakikasında KAH ölçümleri kaydedilmiştir. WAT testinden hemen sonra, toparlanmanın 1.dk, 5.dk, 10.dk ve 15.dk'sı deneklerin kan LA değerleri ölçülmüştür. Bulgular: Yapılan istatistiksel analiz sonucunda dinlenik, 1.dk, 5.dk ve 10.dk LA değerleri müzik dinlenmeden ve müzik dinleyerek toparlanma arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemiştir ($p>0.05$). Toparlanma KAH değerlerinin de müzik dinlendiğinde ve müzik dinlenmediğinde farklılaşmadığı tespit edilmiştir ($p>0.05$). Anaerobik egzersiz sonrası müzik dinlemenin 15.dk'ya kadar olan toparlanmayı etkilemediği sonucuna varılmıştır. Sonuç: Anaerobik egzersiz sonrasında müzik dinlemenin ya da müzik dinlememenin toparlanmayı etkilemediği sonucuna varılmıştır.

EFFECT OF MUSIC ON RECOVERY AFTER AN ANAEROBIC EXERCISE

Introduction and Aim: For years, mostly the effects of music on exercise performance have been studied, but a few studies have examined the effect of music on recovery after an anaerobic exercise. The purpose of this study was to assess the effect of listening to music on recovery after an anaerobic exercise. Method: 25 male athletes (age 21.76±1.84 years) were required to visit the laboratory on 2 occasions, each separated by 1 week. Subjects performed Wingate Anaerobic Power (WAN) test on 2 equal conditions but recovery was tested on two separate conditions: "recovery with music" and "recovery with no music". The order of the two conditions (recovery with slow music and without music) was selected randomly to prevent an order effect. Blood Lactate concentration was determined at 1, 5, 10 and 15 minutes during the recovery from the exercise with and without slow rhythm music. Heart Rate (HR) was determined every one minute of 15 minutes of recovery. Results: There was no difference in the mean blood lactate concentration and HR during the recovery with and without music ($p>0.05$). Results showed no significant differences between 2 recovery conditions in heart rate or blood lactate. On the basis of these results it can be said that music cannot improve recovery after anaerobic performance. Conclusion: Listening to music cannot enhance recovery after an anaerobic performance.

SB64

MÜSABAKA GÜNÜ JUDOCULARIN HİDRASYON DURUMLARININ İNCELENMESİ: PİLOT ÇALIŞMA

***[1]Bayram Ceylan*, [1]Mustafa Şakir Akgül, [1]Veli Volkan Gürses, [1]Bilgehan Baydil, [2]Latif Aydos**

[1]Kastamonu Üniversitesi, KASTAMONU
[2]Gazi Üniversitesi, ANKARA

***Email :** bceylan@kastamonu.edu.tr, msakirakgul@gmail.com, volkangurses@gmail.com, bilgehan@kastamonu.edu.tr, latifaydos@gmail.com*

Giriş ve amaç: Dehidrasyonun fizyolojik deformasyona neden olduğu ve atletik performansı düşürdüğü belirtilmektedir. Birçok spor dalında sporcuların hidrasyon durumlarının incelenmesine rağmen literatürde müsabaka esnasında judocuların hidrasyon durumlarının incelendiği çalışma bulunmamaktadır. Dolayısıyla bu çalışmanın amacı uluslararsı bir yarışmaya katılan judocuların hidrasyon seviyelerini incelemek ve gelecek çalışmalar için bir altyapı oluşturmaktır.

Metot: Çalışmaya 4 erkek 2 kız olmak üzere toplamda 6 sporcu (yaş: 22.8±3.3 yıl, boy: 1.71±0.14 m, kilo: 75±22.0 kg; vücut kitle indeksi: 24.9±3.3) gönüllü olarak katılmıştır. Tüm sporcular final müsabakalarında yarışmışlardır. Maçlar başlamadan önce sporcular antropometrik ölçümlere katılmış ve müsabakadan önce ve sonra idrar özgül ağırlığı (USG) ve idrar rengi için idrar örneği vermişlerdir. Tüm sporcular gün boyunca istedikleri kadar sıvı tüketmişlerdir. İki ölçüm arasındaki farka bakmak için Wilcoxon İşaret Testi kullanılmış ve antropometrik değerler için ise tanımlayıcı istatistik kullanılmıştır. P değeri <0.05 olarak kabul edilmiştir.

Bulgular: Müsabaka öncesi sporculardan 3 tanesi önemli derecede dehidre ((>1.021), 2 tanesi minimal dehidre (1.010-1.020) ve 1 tanesi ise iyi hidre (<1.010) durumu ortaya koymuştur. Müsabaka sonrasında ise, sporculardan 5 tanesi minimal dehidrasyon durumunda iken, 1 sporcu önemli derecede dehidrasyon durumunda idi. USG ve idrar rengi açısından iki ölçüm arasında anlamlı bir fark gözlemlenmemiştir (sırasıyla Z=-,137, p=,891; Z=,552, p=,581).

Sonuç: Judocular müsabakaları dehidre durumda tamamlamışlar ve USG ve idrar rengi sonuçlarından anlaşılacağı gibi bu boşluğu müsabaka günü boyunca kapatamamışlardır. Bu durum sporcuların performansını düşürebilir. Sporcular bu konuda eğitilmeli ve gelecekteki çalışmalar judocuların hidrasyon durumları ile ilgili daha kesin sonuçlar almak adına daha geniş bir örneklem ile yapılmalıdır.

Anahtar kelimeler: Judo, Hidrasyon, Performans

HYDRATION STATUS OF JUDO ATHLETES DURING COMPETITION DAY: A PILOT STUDY

Background and aim: It has been documented that dehydration increases physiologic strain and decreases athletic performance especially in hot environments. Although there are a lot of studies evaluating hydration status in many sports, no data concerning hydration levels in judo athletes during the competition exists. Thus, the aim of this study was to evaluate hydration status of judo athletes competing at an international competition and lighten the future studies.

Method: Four male and 2 female judo athletes (age: 22.8±3.3 y, height: 1.71±0.14 m, weight: 75±22.0 kg, body mass index: 24.9±3.3) voluntarily participated in this study. All athletes competed at finals during the competition. Before start of the competition anthropometric measurements were carried out and hydration status was measured before and after the competitions via urine specific gravity (Usg) and urine color. All athletes consumed fluids ad libitum throughout the competitions. Wilcoxon Signed Rank Test was used to determine the differences between two measurements and descriptive statistic was used for anthropometric variables. P value was set at <0.05. Results: Three of the athletes were significantly dehydrated (>1.021), 2 were minimally dehydrated (1.010-1.020) and

1 was well hydrated (<1.010) according to first urine samples. At the end of the competitions, 5 of the athletes presented minimal dehydration while 1 athlete presented significant dehydration. No significant difference was determined between two measurements in terms of Usg and urine color (Z=-,137, p=,891; Z=,552, p=,581, respectively).

Conclusion: Judo athletes compete under dehydrated conditions and could not compensate this gap during competition day as indicated by Usg and urine color values, which can impair their performance during competition. Athletes should be educated about detrimental effects of dehydration and future studies with wide range of sample size are important to reveal the prevalence of dehydration among judo athletes.

Key words: Judo, Hydration, Competition,

SB67

GENÇ KADINLARDA STATİK VE DİNAMİK CORE EGZERSİZLERİN DİNAMİK DENGE, SPİNAL STABİLİTE VE KALÇA MOBİLİTESİ AÇISINDAN KARŞILAŞTIRILMASI

***[1]Emre Örgün*, [2]Cem Kurt, [3]İlbilge Özsu**

[1]Okan Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Spor Fizyolojisi ABD-İstanbul
[2]Trakya Üniversitesi, Kırkpınar Beden Eğitimi Ve Spor YO-Edirne
[3]Uşak Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi-Uşak

***Email :** emre.orgunnn@gmail.com, cemkurt35@gmail.com, ilbilgeozsu@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Ofis çalışanları arasında günün büyük bir bölümünde oturarak çalışmak oldukça yaygındır. Bu yaşam tarzı, kardiyovasküler, metabolik ve kas-iskelet sistemi hastalıkları açısından bir risktir. Core egzersizleri özellikle sedanter yaşam nedeniyle ortaya çıkan kas-iskelet sistemi hastalıklarının tedavisinde kullanılmaktadır. Dolayısıyla bu çalışmanın amacı, statik ve dinamik core egzersizlerin dinamik denge, spinal stabilite ve kalça mobilitesi açısından karşılaştırılmasıdır.

Yöntem: Çalışmaya, bankada çalışan ve bankanın fitness merkezinde egzersiz yapan 34 kadın gönüllü olarak katıldı. Katılımcılar, rastgele yöntemle statik core egzersiz grubu (yaş, 35,9 ± 5,70 yıl; boy, 162 ± 6,18 cm; vücut ağırlığı, 58,6 ± 5,20 kg ve Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi Puanı (UFAAP), 830 ± 217) ve dinamik core egzersiz grubu (yaş, 36,8 ± 7,27 yıl; boy, 165 ± 6,12 cm; vücut ağırlığı, 60,9 ± 6,09 kg ve UFAAP, 821 ± 190) olmak üzere 2 gruba ayrıldı. Katılımcılar, egzersiz programlarına ek olarak 6 hafta süreyle (haftada 2 gün/ bir seans 25-30 dk) statik ya da dinamik core egzersizleri uyguladılar. Katılımcılar, çalışma başlangıcında ve 6 hafta sonunda dinamik denge (Y Balans test), spinal stabilite (fonksiyonel erişme testi) ve kalça mobilitesi (goniometre) açısından test edildiler.

Bulgular: Katılımcıların tanımlayıcı özellikleri, dinamik denge, kalça mobilitesi ve fonksiyonel erişme testi ön test sonuçları arasında istatistiksel düzeyde anlamlı farklılık tespit edilmedi ($p>0,05$). Gerek statik core egzersiz grubunun gerekse dinamik core egzersiz grubunun ön test ve son test dinamik denge, spinal stabilite ve kalça mobilitesi sonuçlarında istatistiksel düzeyde anlamlı gelişim tespit edildi ($p<0,05$). Son test sonuçlarına göre, dinamik denge, spinal stabilite, kalça mobilitesi testi sonuçları arasında gruplar arası istatistiksel düzeyde anlamlı farklılık tespit edilmedi ($p>0,05$).

Sonuç: UFAAP düzeyleri düşük olarak değerlendirilen genç kadınlarda, egzersiz programına ek olarak uygulanan statik ve dinamik core egzersizler dinamik denge, spinal stabilite ve kalça mobilitesini geliştirmektedir. Ancak statik ve dinamik core egzersizler dinamik denge, spinal stabilite ve kalça mobilitesi gelişimi açısından birbirinden daha etkili değildir.

COMPARING STATIC AND DYNAMIC CORE EXERCISES IN TERMS OF DYNAMIC BALANCE, SPINAL STABILITY AND HIP MOBILITY IN YOUNG FEMALES

Introduction and purpose: Continious sitting position is a common posture among office workers and it can be a risk factor for cardiovascular,metabolic and musculoskeletal diseases. Core exercises are one component that are used for the treatment of musculoskeletal diseases caused by sedentary life style. The purpose of this study is to compare the effects of static and dynamic core exercises on dynamic balance, spinal stability and hip mobility in young females.

Methods: Thirthy-four female bank workers who actively performs physical activity ay the same fitness center were recruited. Participants were divided randomly into two goups as static core exercise group (age, 35.9 ± 5.70 year; height, 162 ± 6.18 cm; body mass, 58.6 ± 5.20 kg and International Physical Activity Questionnaire Score, 830 ± 217) and dynamic core exercise group (age, 36.8

± 7.27 year; height, 165 ± 6.12 cm; body mass, 60.9 ± 6.09 kg and International physical activity questionnaire (IPAQ), 830 ± 217). Static or dynamic core exercises are added to current exercise programs of the participants for 6 weeks. Participants, were assessed for dynamic balance (Y balance test), spinal stability (Functional Reach Test) and hip mobility (goniometry) before the intervention period and at the end of 6 weeks.

Results: There was not statistically significant differences between the groups for descriptive characteristics and any of the outcomes before the intervention period ($p>0.05$). Both groups showed statistically significant improvement ($p<0.05$) at the end of 6 weeks but there was not statistically significant difference between groups in terms of the outcomes assessed.

Conclusion: Combination of regular exercise programs with static or dynamic core exercises improve balance, stability and hip mobility in young females with low physical activity level but the efficiency of different interventions is not superior to each other.

SB69

ATLETİZM VE KAYAK BRANŞLARDAKİ KADIN VE ERKEK SPORCULARIN FİZİKSEL ÖZELLİKLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

***[1]Metin Bayram*, [2]Metin Bayram, [3]Kenan Şebin, [2]Baykal Karataş**

[1]Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu
[2]Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu AĞRI/TÜRKİYE
[3]Atatürk Üniversitesi K.K.E.Fakültesi Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Bölümü ERZURUM/TÜRKİYE

***Email :** metinbayram04@hotmail.com, metinbayram04@hotmail.com, kenansebin@hotmail.com, baykalkaratas@hotmail.com*

ATLETİZM VE KAYAK BRANŞLARDAKİ KADIN VE ERKEK SPORCULARIN FİZİKSEL ÖZELLİKLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

1Metin BAYRAM 2Kenen ŞEBİN 1Baykal KARATAŞ

1Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu AĞRI/TÜRKİYE 2Atatürk Üniversitesi K.K.E.Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümü ERZURUM/TÜRKİYE

GİRİŞ: Sporcuların fiziksel olarak performans etkilerinin ortaya çıkartılması açısından yapılan bu çalışma ülkemizdeki sporcuların performanslarının geliştirilmesi ve uluslararası alanda başarı kazanmaları açısında önem arz etmektedir. AMAÇ: Bu araştırmanın genel amacı, Ağrı'da atletizm ve kayak sporu yapan elit düzeydeki dayanıklık sporu yapan milli takım sporcularına uygulanan farklı fiziksel performans özelliklerini karşılaştırarak guruplar arasındaki fiziksel özellikleri belirtmektir. YÖNTEM: Araştırmaya düzenli olarak antrenman yapan 17-22 yaş grubu atletizm ve kayak sporu yapan bayan ve erkek atletler ile bayan ve erkek kayakçılardan meydana getirildi. Gruplar: 15. kişilik bayan sporcularden ve 16. kişilik erkek sporcularden oluşturuldu (7. bayan atlet ve 8. bayan kayakçı ile 9. erkek atlet ve 7 erkek kayakçıdan meydana getirildi Deneklerden alınacak ölçümlere (değerlerin) bilimsel yönden geçerliliği kabul edilen fizyoloji laboratuvarı ve alan testleri uygulandı. SONUÇ: Elit düzeydeki iki farklı spor dalında aktif olarak spor yapan bayan ve erkek sporcuların bazı fiziki parametrelerinin karşılaştırılması adına yapılan bu çalışmada Dayanıklılık, Çabukluk (sn), Pençe Kuvveti Sağ (kg),Pençe Kuvveti Sol (kg),Sırt Kuvveti (kg), Vücut yağ oranı (%),Vücut Yağı (kg),Yağsız Kütle (kg),Yağsız Kuru Kütle (kg),Vücut Sıvı % Özelliklerini tespit etmek amacıyla elit düzeydeki iki sporcu grubunun karşılaştırılması yapılmıştır. İki grubun testler sonucunda birbirlerine göre farklı üstünlüklerinin ortaya çıktığı gözlemlenmiştir. Anahtar Kelimeler: Atletizm,Kayak,Fiziksel özellik

WOMEN AND MALE SPORTS IN ATHLETICS AND SKI BRANDS COMPARISON OF PHYSICAL PROPERTIES

WOMEN AND MALE SPORTS IN ATHLETICS AND SKI BRANDS COMPARISON OF PHYSICAL PROPERTIES 1Metin BAYRAM 2Kenen ŞEBİN 1Baykal KARATAŞ 1Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu AĞRI/TÜRKİYE 2Atatürk Üniversitesi K.K.E.Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümü ERZURUM/TÜRKİYE

INTRODUCTION: This study, which is conducted in terms of the physical performance effects of the athletes, is important for the improvement of the performances of the athletes in our country and for the success in international field. OBJECTIVE: The general purpose of this research is to specify the physical characteristics among the groups by comparing the physical performance characteristics applied to the national team athletes who play sports at the elite level which makes athletics and ski sports in Ağrı. METHOD: The 17-22 age group who regularly trained in the research was brought to the athletics and skiing athletes, male and female athletes and female and male skiers. Groups: Female athletes from the 15th and male athletes from the 16th (7th female athlete and

8th female skier, 9th male athlete and 7th male athlete were brought to the championship. Physiology laboratory and field which accepted the scientific validity of the measurements tests were applied. CONCLUSION: In this study which is made in order to compare some physical parameters of male and female athletes who are actively performing sports in two different sports at the elite level, the results of Durability, Fastness (sec), Tear Force Right (kg), Claw Force Left (kg) , Body fat percentage (%), body fat (kg), fat free mass (kg), fat free dry mass (kg), body liquid% properties. As a result of the tests of the two groups, it was observed that different advantages emerged from each other. Key words: Athletics, Skiing, Physical feature

SB72

FUTBOLCU VE FUTSALCILARDA DAR ALAN OYUNLARINA VERİLEN FİZYOLOJİK VE KİNEMATİK YANITLARIN İNCELENMESİ

***[1]Mehmet Gören Köse*, [1]Tahir Hazır, [1]Ayşe Kin İşler**

[1]Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Egzersiz Ve Spor Bilimleri Bölümü Spor Ve Antrenörlük ABD

***Email :** gorenkose@hacettepe.edu.tr, thazir@hacettepe.edu.tr, ayse.kinisler@hacettepe.edu.tr*

Bu çalışma futbolcu ve futsalcılarda farklı dar alan oyunlarına verilen fizyolojik ve kinematik yanıtların incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Çalışmaya 12 futsalcı, 12 futbolcu olmak üzere toplam 24 sporcu (Yaş:21.12±3.15 yıl, Boy:175.38±5.78 cm, VA:71.00±6.74 kg) katılmıştır. 2x2, 3x3 ve 4x4 dar alan oyunları farklı süre ve oyuncu başına düşen m2 (100 m2) miktarı sabit kalacak şekilde farklı alan boyutlarında 2'şer set oynatılmıştır. Dar alan oyunları sırasında katılımcıların oyunlar sırasındaki en yüksek kalp atım hızı (KAHzirve), ortalama kalp atım hızı (KAHort), laktik asit (LA) ve algılanan zorluk derecesi (AZD) fizyolojik değişkenleri ile, kat edilen toplam mesafe (Mesafetop), maksimum hız (Hızmaks), ortalama hız (Hızort), ve 5 farklı hız aralığında kat ettikleri mesafe değerleri hesaplanmıştır. İstatistiksel analizler sonucunda futbolcu ve futsalcıların oyunlar öncesi dinlenik fizyolojik özellikleri arasında fark bulunmamıştır ($p>0.05$). Oyunlar sırasında ölçülen KAHort, KAHzirve değerleri farklılık gösterse de ($p<0.05$) bu farklılıkların sistematik ve yeterli düzeyde olmadığı görülmüştür. LA ve AZD değerlerinin branşa göre farklılaşmadığı ($p>0.05$), 2. setlerde ölçülen LA, AZD değerlerinin ise daha yüksek olduğu belirlenmiştir ($p<0.05$). Ayrıca dar alan oyunları sırasında futsalcıların Mesafetop, Hızmaks,Hızort kinematik değerlerinin futbolculara göre daha yüksek olduğu da belirlenmiştir. Hız seviyeleri arttıkça futsalcıların futbolculara göre kat ettikleri mesafelerde anlamlı farklılık görülürken ($p<0.05$), düşük hız seviyelerindeki farklılıklar sonuca varılabilmesi için yeterli görülmemiştir. . Sonuç olarak dar alan oyunları sırasında fizyolojik yanıtlarda belirgin farklılık gözlemlenmemesine rağmen, futsalcıların kinematik verilerinin futbolculara göre daha yüksek olduğu ve 2. setlerdeki fizyolojik yüklenmenin her iki branş için de daha yüksek olduğu görülmüştür.

THE INVESTIGATION OF PHYSIOLOGICAL AND KINEMATIC RESPONSES TO SMALL-SIDED GAMES IN FOOTBALL AND FUTSAL PLAYERS

This study was designed to investigate the physiological and kinematic responses to small-sided games applied with different size and player numbers in football and futsal players. The study data were collected from 12 futsal and soccer volunteer players (Age: 21.12±3.15 years, height: 175.38 ±5.78 cm, weight: 71.00 ±6.74 kg). 2 sets of 2x2, 3x3 and 4x4 small-sided games were played in different time and area sizes. However, the amount of m2 (100 m2) per player was constant when the playing fields were changed. Average heart rate (HRaverage), maximum heart rate (HRpeak), lactic acid (LA), ratings of perceived exertion (RPE), total distance (Distancetotal), maximum speed (Speedmax), average speed (Speedaverage), distance covered in 5 different speed zones values were calculated during small-sided games. As a result of the statistical analyzes, there was no difference between the resting physiological characteristics of soccer and futsal players ($p>0.05$). Although the values of HRaverage and HRpeak measured during the games differ ($p<0.05$), it is seen that these differences are not systematic and sufficient. LA and AZD values did not differ according to the field ($p>0.05$). LA and AZD values measured in the second set were higher ($p<0.05$). It is also determined that during the small sided games, the kinematics values of futsal players such as Distancetotal ,Speedmax, Speedaverage are higher than soccer players. As the speed levels increased, there was a significant difference in the total distance between futsal and soccer players ($p<0.05$), but the differences in low speed levels were not considered sufficient to achieve the end result. As a conclusion although no differences were observed in physiological responses during different small sided games, futsal players were found to have higher kinematic responses

SB75

14-17 YAŞ ARASI TEKVANDOCULARDA FARKLI ISINMA TÜRLERİNİN SIÇRAMA PERFORMANSINA AKUT ETKİLERİ

[1]Dursun Güler, [2]Mehmet Günay

[1]Amasya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü AMASYA
[2]Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Fakültesi ANKARA

Email : *,*

Özet

Giriş ve Amaç Esnekliği artırmak sportif performansa fayda sağlamak için kullanılan esneme hareketleri birçok antrenman programında ve ısınmada yer alır. Bu araştırma, statik ve dinamik tipte ısınma egzersizinin dikey sıçrama performansına olan akut etkilerini ortaya koymak amacıyla yapıldı.

Yöntem Araştırmaya, yaşları 14-17 yaş arası (boy 169,6 ±9,8 cm, beden ağırlığı 59 ±11,7 kg, vki 20,4 ±2,1 kg/m2) 14 gönüllü sağlıklı sporcu katıldı. Sporcular birbirini izlemeyen günlerde 3 farklı ısınma protokolünü gerçekleştirdiler. Isınma protokolleri: 5 dakika düşük yoğunluklu aerobik koşu ve 2 tekrarlı 15 saniye süreli 5 statik germe (Metod X); 5 dakika düşük yoğunluklu aerobik koşu ve 2 tekrar 15 m boyunca 12 dinamik germe (Metod Y) ve son olarak sadece 5 dakika ısınma koşusundan (Metod Z) oluştu. Araştırma grubuna her ısınma uygulamasından sonra dikey sıçrama testi uygulandı. Verilerin analizi için Tekrarlı Ölçümlerde Tek Yönlü Varyans Analiz (ANOVA)/Bonferroni testi kullanıldı.

Bulgular GS (gerimli sıçrama) performansı açısından Metod X (46,64 cm) ile Metod Y (47,43 cm) ve Metod X (46,64 cm) ile Metod Z (47,50 cm) arasındaki farklar, DS (drop sıçrama) performansı açısından Metod X(45,57 cm) ile Metod Y (44,71 cm) ve Metod X (45,57 cm) ile Metod Z (45,29 cm) arasındaki farklar ve SS (squat sıçrama) performansı açısından Metod X (43,86 cm) ile Metod Y (45,50 cm) ve Metod X (43,86 cm) ile Metod Z (45,01 cm) arasındaki farklar istatistiki açıdan anlamsız ($p>0.05$) bulundu.

Sonuç Sonuçta, sıçrama öncesi yapılan düşük yoğunluklu aerobik koşulardan sonra yapılan statik germe ve dinamik tipte ısınma egzersizlerinin DS, SS, GS performansına herhangi bir anlamlı etkisinin olmadığı gözlenmiştir.

Anahtar Sözcükler: Statik ısınma, dinamik ısınma, sıçrama performansı, tekvando sporcusu.

ACUTE EFFECTS ON JUMP PERFORMANCE OF DIFFERENT HEATING TYPES BETWEEN THE 14-17 AGES TAEKWONDO ATHLETES

Abstract

Introduction and Purpose Many sports performance training programs provide benefits that stretch is used to increase flexibility, and heating facility. This research was made for determination of the acute effects on vertical jump performance of static and dynamic type warm-up exercise.

Method This research participated healthy volunteers 14 athletes (length 169,6 ±9,8 cm, body weight 59 ±11,7 kg, BMI 20.4 ±2.1 kg/m2) between the ages of 14-17 . It occurred from athletes carried out 3 different warming protocol in nonadjacent days. Warming protocols: Low intensity aerobic running for 5 minutes and 2 repetitive 5 number static stretching for 15 second (Method X); low

intensity aerobic running for 5 minutes and 2 repetitive 5 number dynamic stretching for 15 second (Method Y) and finally, only a 5 minute warm-up jog (Method Z). The Research group was performed test vertical jump after the each heating application. It was used The Repeated Measurements One- Way Analysis of Variance (ANOVA)/Bonferroni for the data analysis.

Finding It was found statistically meaningless (p>0,05)the differences between the Methot X (46,64 cm) with Method Y(47,43 cm) and between the Methot X (46,64 cm) with Method Z (47,50 cm) in terms of AB (acclerando bounce) performance, the differences between the Methot X (45,57 cm) with Method Y(44,71 cm) and between the Methot X (45,57 cm) with Method Z (45,29 cm) in terms of DB (drop bounce) performance and the differences between the Methot X (43,86 cm) with Method Y (45,50 cm) and between the Methot X (43,86 cm) with Method Z (45,01 cm) in terms of SB (squat bounce) performance.

Result Ultimately, ıt did not have any different significant effect on DS, SS, GS performances of static-dynamic stretching warm-up exercises and dynamic type warm-up exercises made after low intensity aerobic runs.

Key Words: Static warm-up, dynamic warm-up, jump performance, taekwondo athlete.

SB76

BADMİNTONA ÖZGÜ 8 HAFTALIK REAKSİYON ANTRENMANININ GÖRSEL-MOTOR REAKSİYON ZAMANI ÜZERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

[1]Semra Bıdıl*, [2]Berkay Arslan, [1]Kevser Bozkurt, [1]Sina Cem Düzova, [1]Ece Ayaz, [1]Berfin Serdil Örs, [1]Elvin Onarıcı Güngör

[1]Anadolu University, Faculty Of Sport Sciences, Eskisehir, Turkey
[2]Anadolu University, Faculty Of Sport Sciences, Eskisehir, Turkey.

Email : *, , , , , ,*

Badminton, kısa süreli yüksek yoğunluklu ve kısa intervaller içeren bir spordur. Bunun yanı sıra, badminton sporunda koordinatif yetenekler çok önemlidir. Bu koordinatif özelliklerden biri hızlı yanıt verme için önemli olan reaksiyondur. Hızlı reaksiyon, sportif performansta önemli bir faktör olmakla beraber badminton branşına özgü becerilerde seri reaksiyon süresi önem taşımaktadır. Gerçekleştirilen çalışmanın amacı 8 haftalık FITLIGHT Trainer ™ (FitLight Sports Corp., Kanada) sistemi ile verilen görsel reaksiyon antrenmanının, badminton oyuncularının görsel-motor reaksiyon zamanı üzerine etkisini belirlemektir. Bu amaç doğrultusunda; uluslararası badminton şampiyonalarına katılmış 15 elit badminton oyuncusu rastgele iki gruba ayrılmıştır (Antrenman Grubu: n=8; Kontrol Grubu: n=7). Reaksiyon antrenmanı, 8 adet RGB Lazer Ledli ışık vericisinden ve merkezi el kontrol ünitesinden oluşan kablosuz (wireless) reaksiyon geliştirme ve antrenman sistemi olan FitLight Trainer ™ ile verilmiştir. Deney ve kontrol grubuna uygulanan ön ölçüm ve son ölçümlerde ölçüm protokolü olarak badmintona özgü reaksiyon testi (Water ve ark. 2017) ve 22 reaksiyonu içeren 10 seriden oluşan görsel basit-motor reaksiyon testi (Zwierko ve ark. 2014) uygulanmıştır. Uygulanan test protokollerine göre her serideki görsel uyaranlara verilen yanıtın toplam süresi ve ortalama reaksiyon süresi hesaplanmıştır. Grupların ön test parametreleri arasında fark yoktur ($p>0.05$). Grupların kendi içinde ön ve son testleri arasındaki farkın istatistiğine bağımlı örneklemler t- Testi, gruplar arasında son testler arasındaki farkın istatistiğine ise bağımsız örneklemler t-Testi ile bakılmıştır. Bu araştırmadaki ana bulgulara göre antrenman grubunda kontrol grubuna göre: (1) toplam test süresinde ve (2) ortalama reaksiyon süresinde istatistiki anlamda önemli derecede azalma gözlenmiştir ($p<0.05$). Bu araştırma bulgularından elde edilen sonuçların, badminton antrenmanlarına fayda sağlayacağı, ayrıca badminton oyuncularının görsel algı becerilerinin geliştirmesinde yol gösterici olacağı düşünülmektedir.

INVESTIGATION OF THE EFFECT OF BADMINTON-SPECIFIC 8 WEEK REACTION TRAINING ON VISUAL-MOTOR REACTION TIME

Badminton is a sport that includes intervals with high density in short duration and short intervals. Besides, coordinative skills are very important in badminton. One of these coordinative properties is the reaction which is important for rapid response. Rapid reaction is an important factor in sportive performance, but serial reaction time is also important in badminton branch-specific skills. The purpose of the study was to determine the effect of visual reaction training on the visual-motor reaction time of the badminton players after the 8-week training given with FITLIGHT Trainer ™ system. For this purpose, the elite badminton players, who have participated in 16 international badminton championships, are randomly divided into two groups. (Training Group: n=8; Control Group: n=7). The reaction training was measured by the wireless reaction development and training system FitLight Trainer ™, consisting of 8 RGB Laser LED light transmitters and a central hand control unit. In preliminary and final measurements applied to the experimental and control group, reaction test specific to badminton (Water ve ark. 2017) and 10 series of simple motor reaction task (Zwierko at al, 2014) including 22 reactions were applied as the measurement protocol. The total duration of the response to the visual stimuli on each plot and the average reaction time were calculated according to the test protocols applied. Paired samples t test was applied for the difference between the pre- and post-tests of the groups; the statistical significance of differences between the groups was examined with independent samples t test. There is no difference between the pre-test parameters of the groups ($p>0.05$). According to the main

findings of this study, incompliance with the training group to the control group statistically significant decrease was observed for the following parameters: (1) total test duration and (2) average reaction duration. The results of these research

SB91

BIG 3 BASKETBOL ORGANİZASYONUNDA UYGULANAN 4 SAYILIK ATIŞ KURALININ NBA PLAY-OFFSLARINDA UYGULANMASI DURUMUNDA MÜSABAKA SONUÇLARINA OLAN ETKİLERİNİN İNCELENMESİ

[1]İstanbul Gelişim Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, İSTANBUL

Giriş ve Amaç Basketbol oyuncularının gelişen fiziksel özellikleri ile savunma performanslarını arttırmaları, hücum oyuncularını potadan daha uzak mesafede oynamaya doğru itmiştir. Bu çalışma, Amerika'nın Charlotte şehrinde düzenlenen, oyuncu grubunu ağırlıklı olarak emekli Amerikan Basketbol Ligi oyuncularının oluşturduğu BIG3 organizasyonunun oyun kurallarından esinlenerek yapılmıştır. Bu çalışmada, BIG 3 organizasyonundaki 4 sayı daireleri, NBA Play-offs' larında 4 sayılık atış çizgisi kuralı olarak uygulansaydı, oyuncuların 4 sayılık atışlardaki saha içi isabet oranları, 4 sayılık atışların kullanıldığı zamanlar, 4 sayılık atışların kullanıldığı atış çeşitleri ve 4 sayılık atışların maç skorlarına olan etkileri üzerinde durulmuştur.

Yöntem Araştırma grubunu, 2017-2018 NBA Play-offs'larında yer alan 16 takımdan 85 oyuncunun toplam 83 maçta 28-32 feet mesafeden kullandıkları 402 üç sayılık atış oluşturmaktadır. Oyuncuların kullandıkları şutların saha içi isabet oranları, şutların kullanıldığı zamanlar, kullanılan atış çeşitleri ile 28-32 feet'den kullanılan 3 sayılık atışların maç skorlarına olan etkileri üzerinde durulmuştur. Maç görüntüleri NBA'in resmi internet sitesinden (www.nba.com) alınmıştır.

Bulgular ve Sonuç Sonuç olarak BIG3 organizasyonundaki 28-32 feet mesafelerini kapsayan 4 sayılık atış daireleri NBA Play-Offs'larında 4 sayılık atış çizgisi kuralı olarak uygulansaydı, toplam 83 maçta oyuncular 4 sayılık atışlarda 103/373 isabet oranı sağlayarak %27,6 şut yüzdesi ile oynamış olacaklardı. 4 sayılık atışlar %8.3 sıklık oranı ile en çok 1 saniye ve altında kalan zaman diliminde kullanılmıştır.4 sayılık atışlar %61.4 sıklık oranı ile 229 kez en çok jump shot olarak kullanılmıştır. Maç sonuçlarında ise, maçı kaybeden bir takım maçı berabere sonuçlandırarak uzatma periyoduna götürecek, berabere biten diğer bir maçı maç içerisinde daha fazla dört sayılık atış isabeti bulan takım kazanacak, başka bir maçta ise kaybeden takım maçı kazanmış olacaktı.

INVESTIGATION OF THE EFFECTS OF BIG 3 ORGANISATION 4 POINT SHOOTING RULE APPLIED FOR THE NBA PLAY-OFFS GAMES

Introduction and purpose The physical characteristics of basketball players and their defensive performance enhancements have forced attackers to move farther from the 3 point spot. This study was conducted in Charlotte, USA, inspired by the game rules of the BIG3 organization, the group of players mainly composed of retired American Basketball players. In this study, if the NBA Play-Offs had a 4-point rule, the field goal percentage of 4-point shots in the Play-offs, the time frames of 4-point shots used, the shooting types of 4-point shots used, and how 4 points shots effects on score sheets was searched.

Method The research group generated that 85 players from 16 teams in the 2017-2018 NBA Play-offs. The players are taken 402 three-point shots attempted from 28-32 feet away a total of 83 games. The field goal percentage of the 3-point shots, the time frames of the shots attempted, types of shots used and effects of the 3-point shots used from 28-32 feet on the match score sheets are emphasized . Match images were taken from the NBA official website (www.nba.com).

Findings and Conclusion As a result, a 4-point shooting circle covering 28-32 feet in the BIG3 organization would have been played with a 4-point shooting line on the NBA Play-Offs, a total of 83 games would have played with a %27,6 shooting percentage, providing a 103/373 hit in 4-point shots . 4- point shots were used at a time of less than 1 second with a frequency rate of 8.3%. 4-point shots were used as jump shots 229 times with a frequency of 61.4%. For the results of the matches, a tie game will lead to a extension period by losing team and in another tie game in regular time a team would won the game, in another game the looser team would have won the game.

SB98

1 TEKRAR MAKSİMUMLUK YÜKÜN BELİRLİ YÜZDELERİNDE GERÇEKLEŞTİRİLEBİLECEK MAKSİMUM TEKRAR SAYISI TABLOLARI: TABLOLAR BİZE GERÇEĞİ ANLATMIYOR.

[1]Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İZMİR

Email :

GİRİŞ VE AMAÇ: Alanlarında dünya çapında tanınmış egzersiz bilimcilerin ve kurumların ürettiği yayınlarda 1 tekrar maksimumluk yükün (1TM) belirli yüzdelerinde (%1TM) gerçekleştirilebilen maksimum tekrar sayılarını (MTS) gösteren çeşitli tablolar bulunmaktadır ve bu tablolar uygulamadaki kolay kullanımlarından dolayı antrenman programları yazımında bir ölçüt olarak değerlendirilmektedir. Belirli bir kuvvet alıştırmasında %1TM'de gerçekleştirilebilecek MTS çeşitli etkenlere (alıştırmanın çeşidi, kullanılan malzeme, devreye giren kas grubu, kassal dayanıklılık özelliği, alıştırmanın dengeye gereksinim düzeyi, vücut pozisyonu, eklem hareket genişliği, hareket temposu, antrenman durumu, cinsiyet vb.) bağlı olarak değişkenlik gösterir (1). Alanyazında %1TM-MTS ilişkisini ortaya koyan tabloların hiçbiri bu etkenleri göz önünde bulundurmamaktadır. Bu tablolar baskın olarak belirli direnç alıştırmalarının kullanıldığı "ortalama" araştırma verilerine dayalı olarak düzenlendiğinden yukarıda sayılan etkenlere bağlı olarak ortaya çıkabilecek olası MTS değişimlerini öngöremez. Egzersizle bağlantılı olarak uluslararası tanınmışlığa sahip bazı kurum ve biliminsanları %1TM-MTS ilişkilerinde ortaya çıkabilecek değişkenliklere ve bunların nedenlerine yüzeysel bir şekilde yayınlarında yer verseler de genellikle bu yayınların antrenman programlarının yapılandırılmasıyla ilgili ilerleyen bölümlerinde antrenman yüklerini ve tekrar sayılarını bu %1TM-MTS ilişki tablolarına göre düzenlemeye devam etmektedirler. Bu derleme çalışmasının amacı, direnç antrenmanı alıştırmalarında %1TM-MTS ilişkisini gösteren alanyazındaki mevcut tablolardaki bilgilerin gerçeği yansıtmadığını ortaya koymaktır. YÖNTEM: Literatür taraması. BULGULAR: Alanyazındaki mevcut tablolarda rapor edilen tekrar sayıları ve araştırmalarda bulunan sayılar arasında çok büyük sapmalar olduğu açık bir şekilde belirlenmiştir. SONUÇ: Bu tablolara bağlı olarak hazırlanan antrenman programları bireylerde en verimli kuvvet antrenmanı uyumlarını ortaya çıkarma konusunda yetersiz kalma riskiyle beraber aşırı yüklenme durumlarının ortaya çıkma riskini de taşımaktadır. Bu derleme çalışmasının sonuçları, alanyazında mevcut olan %1TM-MTS ilişki tablolarının bireysel direnç antrenmanı programları oluşturulmasında kabataslak bir rehber olarak bile kullanılmaması gerektiğini göstermektedir.

TABLES RELATED TO MAXIMUM REPETITION NUMBERS PERFORMED AT SPECIFIED PERCENTAGES OF ONE REPETITION MAXIMUM LOAD: TABLES DO NOT TELL US THE TRUTH

INTRODUCTION AND AIM: There are tables demonstrating the maximum repetition numbers (RM) that can be performed at specified percentages of one repetition maximum load (%1RM) in publications that are produced by world-wide known foundations and exercise scientists. These tables are regarded as bench mark in the prescription of training programs due to their practical use. However, RMs performed at %1RM show variations depending on some factors such as exercise type, equipment type, recruited muscle group, muscle endurance characteristics, balance requirement of exercise, body posture, range of motion, movement tempo, training status, gender, etc. (1). These tables do not foresee possible RM variations due to these aforementioned factors since these tables are produces depending on "average" research data related to some specific resistance exercises. Some internationally well-known exercise-related foundations and scientist generally depend on these RM-%1RM tables while explaining the adjustment of training load and repetition numbers in the context of prescription of resistance training programs in their publications. The aim of this review is to put forth that tables available in the literature demonstrating the RMs at %1RM do not reflect reality. METHOD: Literature review. RESULTS: There are great deviations between RMs reported in tables and numbers found in scientific researches. CONCLUSION: Individualized training programs designed based on these tables include the risk of falling short of revealing the most efficient strength training adaptations as well as risk of over-loading. This review concluded that RM-%1RM tables available in the literature should not be used in the prescription of individualized resistance training programs even not as a rough framework.

SB109

12 HAFTALIK ÇABUK KUVVET ANTRENMAN PROGRAMININ GÜREŞÇİLERİN DİNAMİK DENGE, BACAK KUVVETİ, RELATİF GÜÇ, SÜRAT VE VÜCUT KOMPOZİSYONUNA ETKİSİNİN İNCELENMESİ

***[1]Kübra Kaya*, [2]Adem Poyraz**

[1]Afyon Kocatepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, AFYON
[2]Afyon Kocatepe Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, AFYON

***Email :** kubrakaya.69@hotmail.com, apoyraz63@gmail.com*

Bu çalışmanın amacı; 12 Haftalık Çabuk Kuvvet Antrenman Programının Güreşçilerin Dinamik Denge, Bacak kuvveti, Relatif Güç, Sür'at ve Vücut Kompozisyonuna Etkisinin incelenmesidir. Çalışmaya, 18-25 yaşları arasında, aktif güreş yapan, ulusal düzeyde derece yapmış 21'i denek, 21'i kontrol grubu olmak üzere toplam 42 erkek sporcu gönüllü olarak katıldı. Denek ve kontrol grubu güreşçilerin ölçümleri çalışma öncesi ve çalışma sonrası alındı. Elde edilen veriler SPSS programıyla denek ve kontrol grubu güreşçiler arasındaki farklılıkları belirlemede bağımlı gruplarda t testi uygulandı ve $p<0,05$ değeri anlamlı kabul edildi. Test sonuçları denek ve kontrol grubu güreşçilerde antrenman programına bağlı olarak vücut ağırlığı, dinamik denge, dinamik bacak kuvveti, relatif güç, power peak, power average, ve vücut yağ ölçüm değerleri arasındaki farklar istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($p>0,05$). Deneklere uygulanan testlerden10m, 20 m sürat testinde denek grubundan elde edilen ölçüm değerleri istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır ($p<0,05$). Sonuç olarak yapılan antrenman ve antrenman programı deneklerin fiziksel, fizyolojik ve antrepometrik özelliklerinde gelişim sağlandığı görülmüştür.

INVESTIGATION OFTHE EFFECTS OF 12 WEEK QUICK POWER TRAINING PROGRAMME ON DYNAMIC EQUILIBRIUM, LEG STRENGTH, RELATIVE POWER, SPEED AND BODY COMPOSITION OF WRESTLERS

The purpose of this study is to investigation of the effects of 12 week quick power training programme on dynamic equilibrium, leg strength, relative power, speed and body composition of wrestlers. In the study, a total of 42 male athletes voluntarily participated, from 18 to 25 years of active wrestling, 21 subjects and 21 control group. Measurements of the wrestler and the control group were taken before and after the study. The obtained data were used for t-test for between control group and wrestlers 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, dynamic balance, dynamic leg strength, relative power, power peak, power average and body fat measurements were statistically significant ($p> 0.05$). Measurements obtained from the subjects in the10 m, 20 m sprint test were statistically insignificant ($p<0.05$). As a result, it has been observed that the training and training program has improved the physical, physiological and antiprometric properties of the subjects.

SB111

12 HAFTALIK EKSANTRİK-PLİOMETRİK ANTRENMAN PROGRAMININ GENÇ GÜREŞÇİLERİN ANAEROBİK PERFORMANS, EL PENÇE KUVVETİ, BACAK KUVVETİ, SÜRATİ VE KALP ATIM SAYISI ÜZERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

[2]Samet Şanslı, [1]İsmail Kaya

[1]Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, KÜTAHYA
[2]Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, KÜTAHYA

Email : *sanslisamet@gmail.com, ismail.kaya@dpu.edu.tr*

Bu çalışmanın amacı; 12 Haftalık Eksantrik-Pliometrik Antrenman Programının Genç Güreşçilerin Anaerobik Performans, El Pençe Kuvveti, Bacak kuvveti, Sürat ve Kalp Atım Sayısı Üzerine Etkisinin araştırılmasıdır. Bu araştırmada 15-19 yaş grubu 15'i denek, 15'i kontrol grubu olmak üzere toplam 30 güreşçi gönüllü olarak katıldı. Ölçümlere katılan denek ve kontrol grubu sporcuların antrenman programlarına bağlı olarak fizyolojik ve fiziksel parametrelerinin başarı oranlarında ki değişkenleri incelenmeye çalışıldı. Araştırmaya konu olan sporcularda Boy, Kilo, Durarak Uzun Atlama(cm). Dikey Sıçrama, El Pençe Kuvveti, Bacak kuvveti, 20m. sürat koşusu ve Kalp atım sayısı alındı. Elde edilen veriler SPSS programıyla Denek ve Kontrol grubu sporcular arasındaki farklılıkları belirlemede α=0.05 anlamlılık düzeyinde bağımsız iki grup için t-test uygulanmıştır. Sonuçların anlamlılık derecesi P<0,05-0,01 seviyelerinde kabul edilmiştir. Yapılan çalışmada antrenman sonrası Pliometrik antrenman programının güreşçilerin İKAS, dikey sıçrama, durarak uzun atlama, bacak kuvveti, sol el kavrama kuvveti denek grubu lehine anlamlı derecede farklılıklar ortaya koyduğunu göstermiştir. Bu çalışmada elde edilen bulgular; Pliometrik antrenman programlarının genç güreşçilerin İKAS, dikey sıçrama, durarak uzun atlama, bacak kuvveti, sol el kavrama kuvveti üzerinde etkili olduğunu göstermektedir.

INVESTIGATION OFTHE EFFECTS OF 12 WEEK EKSANTRIC-PLIOMETRIC TRAINING PROGRAMME ON ANAEROBIC PERFORMANCE, HAND GRIP STRENGTH, LEG STRENGTH, SPRINT AND PULSE OF YOUNG WRESTLERS

The objective of this study is to examine the effects of 12 week eccentric-plyometric training programme on anaerobic performance, hand grip strength, leg strength, 20 m. sprint, and pulse of young wrestlers. In this study, 15-19 age group 30 wrestlers who are 15 subjects and 15 control group were determined as study population. They all participated in the study voluntarily. Changes in physiological and physical parameters based on training programmes were analyzed. Demographic data were, Height, Weight, standing long jump (cm), vertical leap, hand grip strength, leg strength, pulse, 20 m. sprint, Obtained data were used for t-test for independent two groups with SPSS 17,00 programme, with α=0.05 significance level, to determine differences with subject group and control group. Besides, standart deviation and averages were analyzed and evaluated. Significance level was accepted as P<0,05-0,01. Plyometric training programme showed that İKAS; standing long jump (cm), vertical leap, hand grip strength, leg strength, pulse, 20 m. sprint, revealed significant differences in favour of subjects. Test results showed that Findings obtained from this study presented that Plyometric training programs have effects on IKAS, vertical leap, standing long jump, leg strength and left hand grip strength of young wrestlers.

SB112

GENÇ FUTBOLCULARIN ANTROPOMETRİK VE BAZI MOTORİK ÖZELLİKLERİNİN MEVKİLERE GÖRE KARŞILAŞTIRILMASI

***[1]Cihan Mert Cengiz*, [1]Gürbüz Büyükyazı, [1]Hüseyin Özkamçı**

[1]Dokuz Eylül Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi,İZMİR

Amaç: Genç futbol oyuncularının bazı fiziksel ve fizyolojik parametrelerini oynadıkları mevkiler ile karşılaştırarak mevkiler arasında bu özellikler açısından fark olup olmadığını değerlendirmek ve antrenman programlamasına katkı sağlamaktır.

Gereç ve Yöntem: Çalışmaya 2017-2018 Futbol Sezonu'nda TFF 2.Lig'de mücadele eden bir takımın U16-U17 yaş (15,5±0,6 yaş) grubunda oynayan 23 futbolcu gönüllülük esasına göre alınmıştır. Katılımcıların antropometrik özelliklerini değerlendirmek için Vücut Yağ Yüzdesi ve Vücut Kütle İndeksleri ölçülmüştür. Motorik özelliklerin belirlenmesi için Yo-Yo IRT 1, CMJ, Rast ve 10-30 Metre Sürat Testleri uygulanmıştır.

Bulgular: Katılımcıların VO_2max değerlerinde savunma (53,59±2,01 ml/kg/dk) ve forvet (50,37±2,58 ml/kg/dk) oyuncuları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır(p=0,03). Minimum güç değerleri açısından orta saha (297,59±47,01 W) ve kanat oyuncuları (240,2±27,63 W) arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir (p=0,045). 30 metre sürat testi sonucunda savunma (4,28±0,15 sn) ve orta saha (4,15±0,12 sn) oyuncularının arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark olduğu tespit edilmiştir (p=0,025). Diğer parametrelerde mevkiler arsında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmamıştır (p>0,05).

Sonuç: Yaptığımız araştırma sonuçlarının U16-U17 yaş kategorilerinde bir referans değer olarak ele alınabileceği düşünülmekte, daha yüksek katılımcı sayılarının olduğu araştırmalar yapılması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Futbol, mevkiler, RAST, VO_2Max

COMPARISON OF ANTROPOMETRIC AND SOME MOTOR SKILLS OF YOUNG FOOTBALL PLAYER ACCORDING TO THE POSITIONS

ABSTRACT

Purpose: The aim of this study to compare the physical and physiological parameters of young soccer players and to evaluate whether they are different in terms of their characteristics and to provide training programs.

Material and Method: 23 football players who played in U16-U17 age group of TFF 2nd League team voluntary were participated in this study. Body fat percentage and Body Mass Index were measured for anthropometric characteristics. Yo-Yo IRT1, CMJ, Rast and 10-30 Meter Speed Tests were applied for physiologic parameters.

Results: There was a statistically significant difference in the VO_2max values of the participants defense (53.59 ± 2.01 ml / kg / min) and forward (50.37 ± 2.58 ml / kg / min) players (p=0.03). Significant differences were found between the midfield (297.59 ± 47.01 W) and wing players (240.2 ± 27.63 W) with respect to minimum power values (p = 0.045). As a result of the 30-meter sprint test, it was found that there was a statistically significant difference between defense (4.28 ± 0.15 sec) and midfield players (4.15 ± 0.12 sec) (p = 0.025). No significant difference was found among the other parameters (p>0,05).

Conclusion: The results of our research are considered as a reference value in the U16-U17 age categories. It is recommended to carry out researches with high numbers of participants.

Key Words: Soccer, positions, RAST, VO_2Max

SB119

8 HAFTALIK TEMEL YÜZME EĞİTİMİNİN 5-6 YAŞ GRUBU ANAOKULU ÇOCUKLARINDA KUVVET VE STATİK DENGEYE ETKİSİ

[1]Süleyman Zilayaz, [1]Zeynep İnci Karadenizli

[1]Düzce Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Düzce

Email : *ayazslymn@gmail.com, incikaradenizli@duzce.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanı amacı, 8 haftalık temel yüzme eğitiminin 5-6 yaş grubu anaokulu çocuklarında kuvvet ve statik dengeye etkisinin incelenmesidir. Yöntem: Çalışmamıza, 5-6 yaş grubunda olan, 10'u çalışma grubu, 10'u kontrol grubu olmak üzere toplam 20 anaokulu öğrencisi gönüllü olarak katılmıştır. Çalışma grubu ve kontrol grubundaki her çocuğun ön test ve son testler için; boy ve ağırlık ölçümleri alınmış, kuvvet testleri (tenis topu fırlatma, durarak uzun atlama ve dikey sıçrama) ve statik denge testleri (flamingo) yapılmıştır. Ön testler sonrasında çalışma grubundaki öğrencilere, haftada 2 gün 1'er saat olacak şekilde 8 hafta süreyle temel yüzme eğitimi verilmiştir. Kontrol grubundaki öğrenciler ise sadece okul öncesi eğitimlerine devam etmiştir. 8 hafta sonrasında her iki gruba da son testler uygulanmıştır. Bulgular: İstatistiksel analizler için SPSS 17.0 paket programı kullanılmıştır. Başlangıçta anlamlılık değeri $p<0.05$ olarak kabul edilmiştir. Ön test ve son test ölçümlerinin analizi için verilerin tanımlayıcı istatistikleri, grup içi ön-son test sonuçlarının analizi için Wilcoxon Signed Rank Testi, gruplar arası ön-son test sonuçları için de Mann- Whitney U Testi kullanılmıştır. Yapılan istatistiksel analizler sonucunda çalışma ve kontrol grubu öntestlerinde, sadece vücut ağırlığı parametresinde fark olduğu görülmüştür, gruplar homojendir. Buna rağmen çalışma grubunda kendi içindeki ön ve sontest sonuçlarında, tüm parametrelerde anlamlı farklar olduğu, kontrol grubunda ise boy, vücut ağırlığı ve dikey sıçrama değerlerinde anlamlı farklar olduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$). Sonuç: Araştırma sonuçları ile hem çalışma, hem de kontrol grubundaki boy ve vücut ağırlığı parametrelerindeki anlamlı artışın; 5-6 yaşlarındaki çocukların antropometrik ölçümlerindeki doğal, düzenli artıştan kaynaklandığı düşünülmektedir. Diğer yandan sadece çalışma grubundaki tüm parametrelerin öntest ve sontest değerlerindeki anlamlı farkların sebebinin ise çalışmadaki yüzme eğitiminden kaynaklandığı tespit edilmiştir. Erken yaşta başlanan yüzme eğitiminin, çocuklarda psiko-motor becerilerden özellikle kuvvet ve dinamik denge gelişimine katkı sağladığı anlaşılmaktadır. Anahtar Kelimeler: Yüzme, Kuvvet, Statik Denge, 5-6 yaş

EFFECT OF 8 WEEKS OF BASIC SWIMMING TRAINING ON STRENGTH AND STATIC BALANCE IN KINDERGARTEN CHILDREN OF 5-6 AGE GROUP

Introduction and Aim: The aim of this study is to examine the effect of 8-week basic swimming training on strength and static balance in kindergarten children 5-6 years of age. Method: A total of 20 kindergarten students participated voluntarily, 10 of them were working group and 10 of them were control group. For each child in the study group and the control group, height and weight measurements were taken, strength tests (tennis ball throwing, standing jumping and vertical jumping) and static balance tests (flamingo) were performed. After the preliminary tests, students in the study group were given basic swimming training for 8 weeks, which would be 1 hour per day 2 days a week. The students in the control group continued their pre-school education. After 8 weeks post tests were applied to both groups. Finding: SPSS 17.0 package program was used for statistical analysis. The significance level at baseline was accepted as $p <0.05$. The descriptive statistics of the data for the analysis of the pre-test and post-test measures, the Wilcoxon Signed Rank Test for the analysis of intra-group pre-test results, and the Mann-Whitney U Test for inter-group pre-post test results. However, it was found that there were significant differences in all parameters in the pre and post test results within the study group and significant differences in height, body weight and vertical jump values in the control group ($p <0.05$). Result: It was determined that all the parameters found significant differences in the pretest and posttest values in the study group were caused by the swimming training in the study. It is understood that early swimming training contributes to the development of strength and dynamic balance especially in psycho-motor skills in children. Keywords: Swimming, Force, Static Balance, Motor Skills

SB128

GENÇ ERKEK FUTBOLCULARIN RESMİ MÜSABAKALAR ESNASINDAKİ İÇ YÜK VE DIŞ YÜK PROFİLLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Onat Çetin*, [1]Malik Beyleroğlu**

[1]Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi,SAKARYA

Email : *onatcetin2007@gmail.com, mbeyler@sakarya.edu.tr*

Giriş: Futbolda sporcuların maçlar ve antrenmanlar esnasında maruz kaldıkları iç ve dış yükleri takip etmek, oyuncuların sahadaki performanslarını iyileştirilmesine ve uygun antrenman programları tasarlanmasına olanak vermektedir. Fakat genç futbolcuların resmi maçlar esnasında iç ve dış yük profillerinin incelendiği araştırmalar yetişkinlere oranla oldukça sınırlı sayıdadır.

Amaç: Bu araştırmanın amacı genç erkek futbolcuların resmi maçlar esnasındaki iç (internal) ve dış (external) yüklerinin belirlenmesi, elde edilen verilerin yaş kategorileri ve oyun içi mevkilere göre karşılaştırılmasıdır.

Yöntem: Araştırmaya Türkiye Gelişim Liglerinde 3 farklı yaş kategorisinde mücadele eden toplam 206 genç futbolcu gönüllü olarak katılmıştır (U16 n=66, U17 n=66, U19 n=74). Katılımcılar 15 resmi müsabaka esnasında GPS tabanlı sporcu takip sistemi (Polar Team Pro Finland - Sensor GPS 10Hz, MEMS Motion Sensor 200 Hz) ile takip edilmiştir. Elde edilen verilerin analizinde SPSS 18 kullanılmış, güven aralığı %95 olarak seçilmiş ve p<0,05'in altındaki değerler istatistiksel olarak anlamlı kabul edilmiştir.

Bulgular: Genç futbolcuların resmi müsabakadaki kalp atım hızı ortalama değerleri 170,23±8,87KAH/d, kalp atım hızı yüzdelik ortalama değerleri ise %85,50±4,41KAHmaks. olarak bulunmuştur. Futbolcuların en fazla süreyi %80-90KAHmaks. şiddet aralığında geçirdiği (%41) görülmüştür. Toplam koşu mesafeleri ortalama olarak U16=8869,86±740m (104,44±20,02m/d), U17=8954,77±746m (108,35±17,35m/d), U19=10027,97±873m (106,15±16,63m/d) şeklindedir. En fazla mesafe kat eden oyuncular orta saha merkez oyuncularıdır (p=0,001). Orta saha kenar oyuncuları maksimum hız verileri en yüksek oyunculardır (30,64±1,76 km/h). Sprint sayıları (>19km/h) U16=45,38±12, U17=49,21±10, U19=53,41±14 şeklindedir. En fazla sprinti orta kenar oyuncuları gerçekleştirmişlerdir (58,66±13). Genç futbolcularda maç esnasında kat edilen sprint mesafesinin toplam mesafenin %8'i olduğu bulunmuştur.

Sonuç: Bu araştırmada iç yük göstergesi olarak alınan kalp atım hızı verilerinde yaş ve oyun içi mevkilere göre istatistiksel farklar bulunamamıştır. Fakat dış yükler olarak kabul edilen toplam koşu mesafeleri, belirli hız limitlerindeki koşu mesafeleri ve bu koşuların toplam mesafe içindeki oranları, yaş kategorileri ve mevkilere göre değişiklik göstermektedir.

INVESTIGATION OF THE INTERNAL AND EXTERNAL LOAD PROFILES OF YOUNG MALE FOOTBALLERS DURING THE OFFICIAL MATCHES

Introduction:In soccer, tracking the internal and external loads of the athletes during the matches and trainings, allows the players to improve their performances and design appropriate training programs.However, the researchs on the workloads profiles of young footballers during official matches is rather limited compared to adults.

Objective:The purpose of this study is to determine the internal and external loads of young male soccer players during official matches and compare the obtained data according to age categories and game positions.

Method:206 young soccer players who play soccer in Turkish Devolopment Leagues at three age categories participated in this research voluntarily (U16n=66, U17n=66, U19n=74). Participants were tracked with a GPS based athlete tracking system (Polar Team

Pro Finland-GPS 10Hz and MEMS Motion Sensor 200Hz) during 15 official matches. SPSS18 was used to analyze of the data, the confidence range was selected as 95% and values below $p<0.05$ were considered to be statistically significant.

Results:Mean values of heart rate of young players during matches were 170,23±8,87HR/m and pertentage mean values of max.heart rate were %85,50±4,41HRmax. Players spend the most time between %80-90HRmax heart rate intensity (%41). The total running distances of players on average are U16=8869,86±740m (104,44±20,02m/min), U17=8954,77±746m (108,35±17,35m/min), U19=10027,97±873m (106,15±16,63m/min). Center midfielders covered the greatest distances(p=0,001). Wide-Midfielders performed the highest speed values (30,64±1,76km/h). The number of sprints (>19km/h) are U16=45,38±12, U17=49,21±10, U19=53,41±14. Wide-Midfielders performed the most sprints (58,66±13). It has been seen that the sprint distance of young soccer players during the match is 8% of the total distance.

Conclusion: There were no statistically significant differences in age and game positions among the heart rate data obtained as the internal load indicator. However, the total running distance, running distances at certain speed limits, and the ratios of these runs in total distance considered as external loads, vary according to agecategories and game position.

SB131

KADIN FUTSAL OYUNCULARINDA HAZIRLIK VE MÜSABAKA SEZONU DAYANIKLILIK PERFORMANSININ BELİRLENMESİ

***[1]Bürke Köksalan*, [2]Nurper Özbar**

[1]Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Anabilimdalı, Düzce
[2]Düzce Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Düzce

***Email :** burke_koksalan008@hotmail.com, nurperozbar@duzce.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Kadın futsal oyuncularında hazırlık ve müsabaka döneminde (8 haftalık süreç) dayanıklılık özelliğinin belirlenmesi amacı ile yapılan çalışmamıza Düzce Üniversitesi Kadın Futsal Takımı sporcularından (antrenman yaşı 5.14±0.86yıl, yaş 21.28±1.38yıl, boy 163.28±4.87cm, vücut ağırlığı 54.30±5.33kg) 14'ü gönüllü olarak katılmıştır.

Yöntem: Sporcuların vücut kompozisyonlarını belirleyebilmek için boy, kilo ve Beden Kitle İndeksi (BKI), aerobik kapasitelerini belirleyebilmek için Yo-yo aralıklı toparlanma testi 1 (Yo-yo Intermediate Recovery Test 1 - YIRT1), anaerobik kapasitelerini belirleyebilmek için tekrarlı sprint testi (Repeated Sprint Ability - RSA) ve laktat konsantrasyonlarını belirleyebilmek için ise parmak ucundan laktat ölçümü yapılmıştır. Testler esnasındaki kalp atım seviyelerinin tespit edilebilmesi için ise Polar V800 cihazı kullanılmıştır. İstatistiksel değerlendirme için SPSS paket programından yararlanılmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Kadın futsal oyuncularında hazırlık sezonunda Vücut ağırlığı, BKI, %yağ oranı, maksimal oksijen tüketimi (MaxVO2), katedilen mesafe, YIRT1 sonrası laktat, yorgunluk zamanı, yorgunluk indeksi, toparlanma nabzı ve RSA sonrası laktat değerleri ön testte sırasıyla; 54.30±5.33kg, 20.38±2.04kg/cm2, 17.52±3.57%, 40.36±1.16ml/kg/dk, 471.42±138.72m, 11.22±1.60mmol, 1.50±0.77sn, 8.15±2.79%, 132.07±10.00atım/dk, 11.87±1.59mmol, son testte ise sırasıyla 52.06±5.38kg, 19.53±2.05kg/cm2, 15.65±4.08%, 41.60±1.14ml/kg/dk, 620.00±136.55m, 13.76±1.88mmol, 0.88±0.41sn, 5.92±2.98%, 122.64±8.22atım/dk, 13.35±1.28mmol olarak tespit edilmiştir. Çalışmamız sonucunda kadın futsal oyuncularının performansları değerlendirildiğinde hazırlık döneminde yapılan testlerden elde edilen veriler ile müsabaka döneminde yapılan testlerden elde edilen veriler arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık olduğu belirlenmiştir ($p<0.01$). Spearman korelasyon testi sonuçlarına göre Laktat ile toparlanma zamanı arasında $p<0.05$, toparlanma nabzı arasında $p<0.01$ düzeyinde, MaxVO2 ile toparlanma zamanı arasında $p<0.01$, yorgunluk indeksi arasında $p<0.05$ düzeyinde anlamlılık olduğu tespit edilmiştir. Yine aynı şekilde toparlanma zamanı ile yorgunluk indeksi arasında $p<0.05$, en iyi zaman arasında $p<0.01$ düzeyinde anlamlılık olduğu belirlenmiştir.

Anahtar kelimeler: Dayanıklılık, Futsal, Laktat, Tekrarlı Sprint, Yo-Yo aralıklı toparlanma testi

DETERMINING THE ENDURANCE PERFORMANCE IN WOMEN FUTSAL PLAYERS DURING THE SEASON OF PREPARATION AND COMPETITION

Introduction and Aim: 14 of the Duzce University women futsal players (training age 5.14±0.86years, age 21.28±1.38year, height 163.28±4.87cm, and body weight 54.30±5.33kg) participated voluntarily in our study aimed at determining the endurance performance in women futsal players during the period of preparation and competition.

Method: Height, weight and body mass index (BMI), Yo-yo intermediate recovery test 1 (YIRT1), repeated sprint ability (RSA) and fingertip lactate measurement are used for determining body compositions, aerobic capacities, anaerobic capacities and lactate concentrations of players respectively, whereas Polar V800 device is operated for making firm of heart rate during the tests. For statistical evaluations, it is benefited from SPSS software package.

Findings and Conclusion: At pre-test of women futsal players during the preparation season, Body weight, BMI, body fat percentage, maximal oxygen update (VO2Max), travelled distance, lactate after YIRT1, fatigue time, fatigue index, recovery pulse and lactate values after RSA are determined as follows: 54.30±5.33kg, 20.38±2.04kg/m2, %17.52±3.57, 40.36±1.16ml/kg/min, 471.42±138.72m, 11.22±1.60mmol, 1.50±0.77sc, %8.15±2.79, 132.07±10.00pulse/min, 11.87±1.59mmol; at post-test these values are 52.06±5.38kg, 19.53±2.05 kg/m2, %15.65±4.08, 41.60±1.14ml/kg/min, 620.00±136.55m, 13.76±1.88mmol, 0.88±0.41sc, %5.92±2.98, 122.64±8.22pulse/min, 13.35±1.28mmol, respectively. As a consequence of our study, It is found that there are significant statistical differences between test results at preparation season and at competition season when performances of women futsal players are evaluated ($p<0.01$). According to spearman correlation test results, P-values have been found out to be $p<0.05$ between lactate and recovery speed, $p<0.01$ between recovery pulse, $p<0.01$ between VO2Max and recovery time and $p<0.05$ between fatigue indexes. Likewise, the statistical differences between recovery time and fatigue index and between best times are $p<0.05$ and $p<0.01$ levels respectively.

Keywords: Endurance, Futsal, Lactate, Repeated Sprint, Yo-Yo Intermediate Recovery Test.

SB153

YÖN DEĞİŞTİRMELİ KOŞU PERFORMANSLARININ FONKSİYONEL HAREKET TARAMA TESTLERİ VE DENGE DÜZEYLERİ İLE İLİŞKİSİ

***[1]Çağlar Edis*, [2]Faik Vural**

[1]Bayburt Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu, BAYBURT
[2]Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İZMİR

Email : *,*

Giriş ve Amaç Yön değiştirmeli koşular futbol gibi aziklik branşlarda performansı belirleyen en önemli fiziksel özellik olarak görülmektedir. Bunun nedeni; çabukluk becerisinin denge, koordinasyon, kuvvet ve algılama gibi birden fazla beceriyi kapsayan karmaşık bir yapıya sahip olmasıdır. Özellikle denge becerisinin ani hızlanma ve ani duruş süreci içerisinde vücudun dengesinin korunmasında ve farklı bir yöne hareketlenmenin başlangıç sürecinde etkili olduğu belirtilmektedir. Ancak literatürde bu tür bilgilerin genel bilgiler şeklinde verildiği ve özellikle kas kuvveti, koordinasyonu ve denge özelliklerini bir arada ölçüldüğü çalışmaların sınırlı sayıda olduğu görülmektedir. Literatürdeki eksiklikler doğrultusunda bu çalışmanın amacı statik/dinamik denge özellikleri ile birlikte çabukluğun birden fazla farklı ölçüm metodu ile belirlenmesi ve bunların Fonksiyonel hareket tarama (FMS) test sonuçları arasındaki ilişkilerin belirlenmesidir. Yöntem Çalışmaya bölgesel amatör ligde futbol oynayan 17 futbolcu dâhil edildi (yaş= 22,05 ±4,54, boy= 178,94±6,74 cm, vücut ağırlığı= 72,29±4,16 kg). İlk aşamada denge verileri Tecnobody cihazı kullanılarak Statik (çift bacak gözler kapalı/açık, tek bacak gözler açık) ve dinamik (40-30-20 zorluk derecelerinde gözler açık çift ve tek bacak) olarak gerçekleştirildi. İkinci aşamada sporcuların FMS ölçümleri gerçekleştirilip, son aşamada ise 505, Illinois ve T-çabukluk testleri ile çalışma sonlandırıldı. Bulgular FMS total skorlarının denge ile olan ilişkilerinin negatif yönde olduğu saptanmıştır (r değeri -.487 ile -.711 arasında). FMS skorlarından hurdle step sol ve inline lunge sol ile Illinois ve T çabukluk testleri arasında negatif yönde korelasyon olduğu belirlenmiştir (r değeri -.495 ile -.538 arasında). Denge skorları ve çabukluk becerileri arasında ise hem negatif hem de pozitif yönde tartışmalı sonuçlar elde edilmiştir. Sonuç Çalışmanın sonucuna göre çabukluk düzeylerinin belirlenmesi üzerinde etkinliği belirlenen FMS skorlarının da denge düzeylerinden etkilendiği görülmektedir. Bu nedenle çabukluk özelliklerinin belirlenmesinde çabukluk testleriyle beraber denge ve FMS uygulamalarının da birlikte kullanılması sporcuların performanslarının belirlenmesinde daha etkili geri bildirimler sağlayabilecektir.

IS THE CHANGE OF DIRECTION PERFORMANCE RELATED TO THE FUNCTIONAL MOVEMENT SCREEN TEST SCORES AND BALANCE LEVELS?

Introduction Change of direction (COD) is seen as the most important physical ability in acyclic branches like football. This is because it is includes multiple skills such as balance, coordination, strength and perception and balance is effective in the protection of the body balance during sharp acceleration and deceleration process. However, such information is given in the form of general information in literature and that there is a limited study in which strength, coordination and balance characteristics are measured together. In line with this deficiency, the purpose of this study is to determine the relationship between the balance functional movement screen (FMS) test and COD. Method 17 amateur soccer players were included in the study (age= 22.05±4.54, height = 178.94±6.74 cm, body mass= 72.29±4.16 kg). In the first stage, the balance was performed using a Tecnobody device as static (bipedal/unipedal with eyes open) and dynamic (40- 30-20 difficulty bipedal/unipedal eyes open). In the second stage, FMS measurements of the athletes were performed and at the last stage, test sessions were finished with 505, Illinois and T-agility tests. Results The relationship between FMS total scores and balance was found to be negative (r values -.487 to -.711). FMS scores were determined to be negative correlation between the hurdle step left and in-line lunge left and the Illinois and T agility tests (r values -.495 and -.538). Negative and positive results were obtained between the balance scores and the agility skills. Conclusion These data indicate FMS scores are effective on determining both COD performances and balance levels of the footballers. Therefore, the use of balance and FMS test applications together with COD tests will provide more effective feedback in determining the performances of the athletes.

SB154

DENGE, ÇEVİKLİK, DAYANIKLILIK, KUVVET VE FUTBOL PAS TEKNİĞİ DÜZEYLERİ: DAR ALAN OYUNLARINDAKİ FUTBOLA ÖZGÜ TEKNİK BECERİLER İLE İLİŞKİLİ MİDİR?

***[1]Çağlar Edis*, [2]Faik Vural, [2]S. Rana Varol**

[1]Bayburt Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu, BAYBURT
[2]Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İZMİR

Giriş ve Amaç Denge, dayanıklılık, kuvvet, çabukluk ve pas tekniği özellikleri futbola özgü teknik becerileri uygulamada oldukça önemlidir. Fakat literatürde bu özelliklerin birlikte ele alınarak futboldaki teknik becerileri etkileme düzeyleri ile ilişkilendirildiği bir çalışma bulunmamakta ve bu özelliklerden hangilerinin teknik beceriler ile ilişki olduğu yönünde net bilgiler de yer almamaktadır. Bu nedenle çalışmada oyunun yoğun bölümlerini yansıtan 3:3 oyunculu dar alan oyunlarındaki (DAO) teknik becerilerin; dayanıklılık, kuvvet, çabukluk, denge ve pas tekniği testi ile olan ilişkilerinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Yöntem Çalışmada yer alan 24 futbolcu tarafından (yaş 16,41±0,50, boy 175,88±0,078 m, vücut ağırlığı 63,05±9,09 kg) sırasıyla; basınç merkezi (COP) değişim düzeyleri testi, 1 tekrar maksimum kuvvet testi (skuat) ile dikey sıçrama testleri, maksimal oksijen tüketiminin (VO2max) belirlenmesi amacıyla Yo-Yo aralıklı toparlanma testi ve Illionis çeviklik testi gerçekleştirildi. Futbola özgü teknik becerilerin uygulanma düzeyleri; kontrol pas ve serbest topa dokunma kuralı ile farklı saha boyutlarında (her bir oyuncu için 50 m2 ve 100 m2) 3:3 oyunculu DAO'larda gerçekleştirildi. Bulgular Çalışmadan elde edilen temel bulgular; DAO'lardaki alan genişlediğinde, ön-arka ve sağa-sola COP değişim düzeylerinin teknik beceriler ile ilişkili olduğunu (r=-.40 ile -.60 arasında), oyun alanı daraldığında ise COP değişimlerine ek olarak hız ve ortalama değerlerinin de teknik beceriler ile ilişkili olduğunu gösterdi (r=-.40 ile -.46 arasında). Bunlara ek olarak; 100m2 alanda oynanan kontrol pas oyunlarındaki ikili mücadeleler ile VO2max değerleri (r=.05), 50m2 alanda oynanan serbest oyunlardaki isabetli paslar ile çabukluk düzeyleri (r=-.52) ve 100m2 alanda oynanan serbest oyunlardaki isabetli pas ve başarısız şutlar ile futbol pas tekniği testi arasında anlamlı ilişkiler (r=-.45 ve -.41) belirlendi. Sonuç Araştırmanın sonuçları; sporcuların sahip oldukları fiziksel özelliklerin alan ebatları ve topla temas sayılarına bağlı olarak oyun karakteristiklerini etkilediği ve buna paralel olarak teknik becerileri etkilediğine dair bilgiler sunmaktadır.

BALANCE, AGILITY, ENDURANCE, STRENGTH AND FOOTBALL PASSING ABILITY: ARE THEY RELATED TO SOCCER SPECIFIC TECHNİCAL SKILLS IN SMALL-SIDED GAMES?

Introduction Balance, strength, agility and passing technique are very important in applying football specific technical skills. However, there is no study in the literature which shows that these characteristics are related to the technical skills, and there is no clear information about which of these features are related with technical skills. For this reason, it is aimed to determine the relations between the technical skills of small-sided games (SSG) and strength, balance, agility and passing test in the study. Method Twenty-four football players (age 16.41±0.50, height= 175.88±0.078 m, body mass 63.05±9.09 kg) participating in the study performed; centre of pressure displacement (COP), 1 repeated maximum and vertical jump, Illinois agility and Yo-Yo intermittent recovery which done for maximal oxygen uptake (VO2max) tests respectively. Technical skills were measured with SSG; which was applied different ball contacts in different pitch sizes (50-100m2 are per player). Results The current results show that the area in the SSG increase, the anterior-posterior and medial-lateral COP displacement are related to the technical skills (r=-40 to -60), conversely when the playing area decrease the velocity and variations values of the COP are also related to the technical skills (r=-.40 to -.46). Additionally; VO2max values correlated with the tackle in control pass games played in 100m2 area (r=.05), successful pass and agility (r=-.52) in free games played in 50m2 area and successful pass and unsuccessful shots in free games played in 100m2 area and soccer pass technique (r=-.45 and-.41). Conclusion The results of the study show that the physical characteristics of the athletes' influenced by game characteristics, depending on the size of the pitch and the number of ball contacts. It also provides information on the effects of technical skills.

SB158

8 HAFTALIK SÜSPANSİYON ÇALIŞMALARI İLE BİRLEŞTİRİLMİŞ BASKETBOL ANTRENMANLARININ 12-14 YAŞ ARASI BASKETBOLCULARDA DENGE ÇEVİKLİK VE DİKEY SIÇRAMA PERFORMANSI ÜZERİNE ETKİLERİNİN ARAŞTIRILMASI

***[1]Onur Demirarar*, [2]Bahtiyar Özçaldıran, [3]Cansu Çoban, [3]Yeliz Özveren**

[1]Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Hareket Ve Antrenman A.B.D. Y.L. Öğrencisi, İZMİR
[2]Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Hareket Ve Antrenman A.B.D. İZMİR
[3]Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Spor Sağlık A.B.D. Doktora Öğrencisi, İZMİR

Email : *onurdemirarar@gmail.com, bahtiyarozcaldiran@gmail.com, cnqlcns@hotmail.com, yozensoy@hotmail.com*

Çalışmamızın amacı; 8 haftalık süspansiyon çalışmaları ile birleştirilmiş basketbol antrenmanlarının, 12-14 yaş grubu basketbolcularda denge, çeviklik ve dikey sıçrama performansları üzerine olan etkilerinin araştırılmasıydı. Çalışmamıza yaş ortalaması 13 olan, 26 erkek gönüllü basketbol oyuncusu, en az 1 yıl haftanın 3 günü, her birim antrenman yaklaşık 90 dakika olacak şekilde antrenman yapıyor olmak ön koşulu ile dahil olmuştur. Araştırmamıza katılan sporcular kontrol grubu (n=13) ve deney grubu (n=13) olmak üzere randomize şekilde 2'ye ayrıldı. Deney grubundaki sporcular haftalık 3 gün basketbol antrenmanlarına ek, 8 hafta haftada 3 gün süspansiyon kuvvet antrenmanları uyguladı. Kontrol grubu ise haftada 3 gün olan basketbol antrenmanlarına devam etmiş ve bunun dışında ilave antrenman uygulamadı. Sporcuların antropometrik ve biyomotor yetilerinin ölçümleri çalışmanın başında, ön test ve son test olarak ölçüldü. Verilerin istatistiksel analizi ve değerlendirilmesinde SPSS 18.0 kullanıldı. Kontrol ve deney grubu arasında, istatistiksel açıdan anlamlı farklılıklar olup olmadığını tespit etmek için, normal dağılıma uyan değişkenler için, bağımsız örneklem t-testi ve normal dağılıma uymayan değişkenler için Mann-Whitney U testleri kullanıldı. Kontrol ve deney gruplarına uygulanan testler arasında farklılık olup olmadığını belirlemek için ise normal dağılım gösteren değişkenler için, eşleştirilmiş t-testi, normal dağılım göstermeyen değişkenler için Wilcoxon işaretli sıralar testi kullanıldı. $P<0.01$ ile $p<0.05$ istatistiksel olarak anlamlı kabul edildi. Sonuç olarak çalışmamızda uygulanan testler sonucunda katılımcıların antrenman yaşı, boy, vücut kütlesi, vücut kütle indeksi, sağ ve sol bacak uzunluğu ölçümlerinde anlamlı farklılıklar görülmedi ($p>0.05$). 8 hafta sonra deney grubundaki sporcuların, denge ve dikey sıçrama parametrelerinde ($p <0.01$), ($p<0.05$) anlamlı farklılıklar bulundu. Çeviklik parametresindeki farkın ise istatistiksel olarak anlamlı olmadığı bulundu ($p>0.05$).

Anahtar Sözcükler; Basketbol; Süspansiyon Antrenmanı; Dikey Sıçrama; Denge; Çeviklik.

INVESTIGATION THE EFFECTS OF A 8 WEEKS SUSPENSION WORK-OUTS COMBINED WITH BASKETBALL TRAINING IN 12- 14 YEARS OLD BASKETBALL PLAYERS ON BALANCE AGILITY AND VERTICAL JUMP PERFORMANCES

In this study, we aimed to investigate the effects of 8-week suspension exercises unified with basketball training in 12-14 years old basketball players on balance, agility and vertical jump performances. 26 male volunteer basketball players with an average age of 13 years participated in our study. Volunteers have regularly trained 90 minutes of basketball for 3 days a week for at least 1 year. The participating athletes were randomly divided into control group (n=13) and experimental group (n=13). The athletes in the experimental group performed suspension exercise three times a week for 8 weeks in addition to basketball training. The control group continued to basketball practice three days a week, but did not perform additional training. The anthropometrics and the biomotors were measured at the beginning of the study as pre-test and post-test. SPSS 18.0 was used for statistical analysis and evaluation of the data. In order to determine whether statistically significant differences exist between the control and the experimental group, we used Mann-Whitney U tests for the non-normal distributions variables and independent sample t-test for normal distribution variables. In order to determine whether there is any difference between the tests applied to control and experimental groups, we used paired t-test for normal

distribution variables and Wilcoxon signed rank test for non-normal distribution variables. $P<0.01$ and $p<0.05$ were considered as statistically significant. As a result of the tests performed in our study, there were no significant differences in the training age, height, body mass, body mass index, right and left leg length measurements ($p>0.05$). After 8 weeks, significant differences were found in the balance and vertical jump parameters ($p<0.01$), ($p<0.05$) of the athletes in the experimental group. The difference in agility parameters was found to be statistically insignificant ($p>0.05$).

Key words; Basketball; Suspension Training; Vertical Jump; Balance; Agility.

SB170

KADIN FUTBOLCULARDA 8 HAFTALIK CORE ANTRENMAN PROGRAMININ BAZI PERFORMANS PARAMETRELERİNE ETKİSİ

[2]Nurper Özbar, [1]Bürke Köksalan, [2]Nuri Topsakal, [2]Ayla Taşkıran

[1]Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Anabilimdalı, Düzce
[2]Düzce Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Düzce

Email : *nurperozbar@duzce.edu.tr, burke_koksalan008@hotmail.com, nuritopsakal@duzce.edu.tr,*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı, kadın futbolcularda uygulanan 8 haftalık core antrenman programının belirlenen performans parametreleri üzerine etkisini araştırmaktır.

Yöntem: Çalışma grubunu Türkiye Kadınlar 1. Liginde futbol oynayan 34 lisanslı kadın futbolcu oluşturmaktadır. Katılımcılar, çalışma (n=17) ve kontrol (n=17) grubu olacak şekilde iki eşit gruba ayrılmıştır. Çalışma gönüllülük esasına dayalı olup, katılımcıların en az 4 yıllık spor geçmişine sahip olmaları tercih edilmiştir. 8 hafta süreyle, haftada 3 gün ve günde 30 dk rutin antrenman programına ek olarak core antrenman programı çalışma grubuna uygulanmış, kontrol grubuna ise rutin antrenman programı dışında ilave hiçbir uygulama yapılmamıştır. Antrenman programının uygulanmasından önce ve sonra tüm katılımcılara boy, vücut ağırlığı, beden kütle indeksi, denge, sürat, çabukluk, esneklik ve kuvvet testleri yapılmıştır. İstatistiksel değerlendirmede SPSS istatistik paket programı kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırmamızda çalışma grubu ile kontrol grubu arasında kuvvet, esneklik, denge ve sürat parametreleri açısından ön testlerde istatistiksel analiz sonucunda anlamlı farklılığa rastlanmamıştır ($p>0.05$). Son testlerde ise, kuvvet parametrelerinden mekik testinde $p<0.01$ düzeyinde, şınav, eller belde dikey sıçrama, kollar serbest dikey sıçrama, durarak uzun atlama, bacak kuvveti ve sırt kuvveti testinde $p<0.05$ düzeyinde anlamlı farklılık olduğu belirlenmiştir. Yine aynı şekilde, otur uzan ve y-balance testinde gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa rastlanmazken ($p>0.05$), flamingo denge sağ ayak ve sol ayak testinde $p<0.01$ düzeyinde, 30m sprint ve T-testi sonuçlarında ise $p<0.05$ düzeyinde anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir.

Sonuç: Sonuç olarak rutin futbol antrenman programına ek olarak yapılan core antrenmanın bazı performans parametrelerinde anlamlı artışlar sağladığı belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Core antrenman, kadın futbolu, denge, sürat, çabukluk, esneklik, kuvvet.

EFFECTS OF 8-WEEK CORE TRAINING PROGRAM ON SOME PERFORMANCE PARAMETERS OF FEMALE FOOTBALL PLAYERS

Introduction and objectives: The purpose of this study is to research the effect of the 8-week core training program performed on women football players on predefined performance parameters.

Methods: The study group consists of 34 licensed women football players who are playing for the Turkish Women's First League. Participants are separated into two equal groups as in experimental (n=17) and control (n=17). The study is based on voluntariness and participants with at least 4 years sports background are preferred. During 8 weeks, 3 days a week and 30 minute a day in addition to the routine practice program core practice program was performed on the experimental group but besides the routine program there were no additional programs for the control group. Before and after the execution of the practice program height, weight, BMI, balance,

speed, agility, flexibility and strength tests were performed on all of the participants. SPSS statistical program was used for the statistical evaluation.

Results: There were not statistically significant differences between the experimental group and the control group in terms of the strength, flexibility, balance and speed parameters in the pretests in our study ($p>0.05$). In the posttests, sit-up test which is one of the strength parameters ($p<0.01$), push-up, counter movement jump, counter movement jump with arm, leg strength and in the back strength tests ($p<0.05$) statistically significant difference were determined. Again likewise in the sit and reach and y-balance tests there were not statistically significant differences between groups ($p>0.05$) but in the flamingo balance rights feet and left feet tests ($p<0.01$), in 30m sprint and T-test ($p<0.05$) there were statistically significant difference.

Conclusion: Consequently the core training program additional to the routine training program results in important differences in some performance parameters.

Key Words: Core training, women's football, balance, speed, agility, flexibility, strength.

SB173

FIFA VE SÜPER LİG HAKEMLERİNİN YÖNETTİĞİ FUTBOL MÜSABAKALARININ BAZI İSTATİSTİKLER AÇISINDAN ARAŞTIRILMASI

***[1]Muhammed Zahit Kahraman*, [2]Ersin Arslan, [3]İlhan Şen, [1]Muhammed Fatih Bilici**

[1]Muş Alparslan Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, MUŞ
[2]Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, VAN
[3]Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ERZURUM

***Email :** mzkahraman04@gmail.com, ersinarslan@yyu.edu.tr, ilhan.sen@atauni.edu.tr, f.bilici@alparslan.edu.tr*

Giriş ve Amaç; bu çalışmada, FIFA ve süper lig hakemlerinin yönettiği futbol müsabakalarının seyirci sayısı, gol, isabetli şut, kaçan şut, köşe vuruşu, faul, ofsayt, sarı kart ve kırmızı kart istatistikleri açısından araştırılması amaçlanmıştır. Çalışmada, Türkiye Futbol Federasyonu 2014-2015 sezonu Süper Lig müsabakalarından FIFA hakemlerinin yönettiği 30 müsabaka, süper lig hakemlerinin yönettiği 59 müsabaka olmak üzere toplamda 89 müsabaka araştırılmıştır.

Yöntem; çalışmada, 89 müsabakaya ait veriler Türkiye Futbol Federasyonu ve yayıncı kuruluş resmi internet sitesinden müsabaka bazında incelenmiş ve veriler alınmıştır. Çalışmada, elde edilen verilerin analizi SPSS istatistik programı kullanılarak yapıldı. Verilerin istatistiksel çözümlemelerinde tanımlayıcı istatistik ve α=0.05 anlamlılık düzeyinde bağımsız örneklem t-testi kullanılmıştır.

Bulgular; tanımlayıcı istatistik sonuçları incelendiğinde süper lig hakemlerinin yönettiği müsabakalarda seyirci sayısı 6642,88±6449,65 gol 2,51±1,39 isabetli şut 8,98±3,18 kaçan şut 15,14±4,70 köşe vuruşu 9,49±3,15 faul 33,75±7,16 ofsayt 4,49±2,67 kırmızı kart 0,07±0,25 sarı kart 5,15±2,05 olarak, FIFA hakemlerinin yönettiği müsabakalarda seyirci sayısı 8177,70±7299,59 gol 2,73±1,70 isabetli şut 8,63±2,88 kaçan şut 15,10±4,80 köşe vuruşu 8,57±3,32 faul 31,93±5,95 ofsayt 3,97±2,09 kırmızı kart 0,17±0,38 sarı kart 5,57±2,08 olarak gerçekleşmiştir.

Sonuç; araştırma sonucunda, FIFA hakemleri ile süper lig hakemlerinin yönettiği futbol müsabakalarında ofsayt ve kırmızı kart ortalamalarındaki farkın anlamı olduğu ($p<0,05$), seyirci sayısı, gol, isabetli şut, kaçan şut, köşe vuruşu, faul ve sarı kart ortalamalarındaki farkın ise anlamsız ($p>0,05$) olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Futbol, Hakemler, Maç İstatistikleri.

INVESTIGATION OF SOME STATISTICS IN TERMS OF THE FOOTBALL MATCHES DIRECTED BY FIFA AND THE SUPER LEAGUE REFEREES

Introduction and Purpose; the purpose of this study the football matches directed by FIFA and the super league referees the number of spectators, goals, accurate shot, missed shots, corners, fouls, offside, yellow cards and red cards is investigated in terms of statistics. In the study, Turkey Football Federation 2014-2015 season, Super League matches directed by the FIFA referees 30 match directed by the super league referees 59 match were investigated a total of 89 match.

Method; in the study, 75 matches the data for Turkey Football Federation and broadcasters on the basis of the official website of the competition were examined and data were taken. The analysis of the data obtained in this study was performed using SPSS statistical software. Descriptive statistics and α=0.05 significance level in statistical analysis of data independent samples t-test was used.

Findings; when the results are analyzed descriptive statistics has been occurred matches directed by the super league referee the number of spectators 6642,88±6449,65 goal 2,51±1,39 average accurate shot 8,98±3,18 missed shot 15,14±4,70 corner kick 9,49±3,15 foul 33,75±7,16 offside 4,49±2,67 red card 0,07±0,25 yellow card 5,15±2,05, matches directed by the super league referee the number of spectators 8177,70±7299,59 goal 2,73±1,70 accurate shot 8,63±2,88 missed shot 15,10±4,80 corner kick 8,57±3,32 foul 31,93±5,95 offside 3,97±2,09 red card 0,17±0,38 yellow card 5,57±2,08.

Conclusion; as a result of research the football matches directed by FIFA and the super league referees the difference is significant in average offside and red card ($p<0,05$), but the difference in the number of spectators , goal, accurate shot, missed shots, corners kick, fouls and yellow card is insignificant ($p>0,05$).

Keywords: Football, Referees, Match Statistics.

SB203

FUTBOLCULARDA MEVKİLERE GÖRE ANTROPOMETRİK VE SOMATOTİP ÖZELLİKLER İLE İZOKİNETİK BACAK KUVVETİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

***[1]Kubilay Cengiz**, [2]Erbil Harbili, [2]Sultan Harbili, [3]Asım Tunçel*

[1]Ziraat Bankası Spor Kulübü, ANKARA
[2]Selçuk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Konya
[3]Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Tekirdağ

Bu çalışmada amaç futbolcuların somatotipi ve izokinetik bacak kuvvetini mevkilere göre karşılaştırmak ve somatotip ile bacak kuvveti arasındaki ilişkileri göstermektir. Çalışmaya 17-35 yaş aralığında profesyonel liglerde oynayan 80 futbolcu katılmış, antropometrik ölçümleri yapılmış ve Heath Carter formülüyle somatotip özellikleri hesaplanmıştır. Dizin ekstensör ve fleksör kas kuvveti 60 ve 180 der/s'de izokinetik kuvvet dinamometre ile ölçülmüştür (Cybex NORM, USA). Kalecilerin vücut kütlesi ve boy uzunluğu diğer mevkilerden, savunma oyuncularının da orta saha oyuncularından daha yüksek olduğu bulunmuştur ($p<0,05$). Buna karşın, futbolcuların somatotipinde mevkiler arasında anlamlı bir fark gözlenmemiştir. Sol dizin relatif izokinetik fleksör kuvveti savunma ve orta saha oyuncularında kalecilerden, savunma oyuncuların da hücum oyuncularından daha yüksek olduğu belirlenmiştir ($p<0,05$). Kalecilerin 180 der/s'de sağ bacak H/Q oranının diğer mevkilerde oynayan oyuncuların H/Q oranından anlamlı düzeyde düşük olduğu bulunmuştur ($p<0,05$). Kalecilerin kaslılık bileşeni ve sol dizin H/Q oranı arasında orta düzey ($r =-0,67$, $p<0,05$) ve kalecilerin kaslılık bileşeni ve sol dizin flexor kuvveti ve H/Q oranı arasında yüksek düzey negatif ilişkiler gözlenmiştir (sırasıyla, $r=-0,73$, $r=-0,73$, $p<0,05$). Kalecilerin incelik (ektomorf) bileşeni ve sağ dizin ekstensör ve sol dizin fleksör kuvveti (sırasıyla, $r=0,71$, $r=0,67$, $p<0,05$), ve her iki bacağın fleksör ve ekstensör kuvvet arasında anlamlı yüksek düzey pozitif ilişkiler belirlenmiştir ($r=0,81$-0.88 aralığında, $p<0,01$). Sonuç olarak, kalecilerde kaslılık bileşeninin baskın bir özellik olması yerine ince ve uzun bir vücut yapısının bacak kas kuvveti ile ilişkili olduğu ortaya çıkmıştır.

Anahtar Sözcükler: Futbol; Diz; Ekstensör; Fleksör; İzokinetik; Moment; Somatotip

THE RELATIONSHIP BETWEEN ISOKINETIC LEG STRENGTH AND ANTHROPOMETRIC AND SOMATOTYPE CHARACTERISTICS ACCORDING TO THEİR PLAYING POSITIONS IN SOCCER PLAYERS

The purpose of the present study was to compare the somatotype and isokinetic leg strength according to their playing position in soccer players, and to reveal the relationship between somatotype and isokinetic leg strength. Eighty players participated in the study between 17-35 years old. Height, body mass and anthropometric characteristics of the soccer players was measured, and the somatotype was assessed using the procedure Heath and Carter. The isokinetic left and right knee strength of soccer players were evaluated at angular velocity of 60 and 180 deg/s using isokinetic dynamometer (Cybex NORM, USA). Height and body mass were significantly greater in defenders than midfielders, and in the goalkeepers than that of the players in the other playing positions ($p<0,05$). However, no significant difference was found between somatotype of the players according to playing position. The relative flexor strength of the left knee was significantly greater in defenders and midfields than that of the goalkeepers and in defenders than that of forwards ($p<0,05$). H/Q ratio in right leg of goalkeepers was significantly lower than that of the others ($p<0,05$). In goalkeepers, significant moderate negative correlation was found between mesomorphic component and H/Q of the left knee ($r = -0,67$, $p<0,05$), and significant high negative correlations were found between mesomorphic component and flexor strength ($r = -0,73$, $p<0,05$) and between mesomorphic component and H/Q. In goalkeepers, significant high positive correlations were found between ectomorphic component and flexor and extensor strength of both knees ($r = 0,71$, $r = 0,67$, $p<0,05$), and between ectomorphic component and flexor and extensor strength of both knees ($r = 0,81$-0.88, $p<0,01$). In conclusion, it was revealed that ectomorphic component was a dominant characteristic because of its the relationship with the knee extensor and flexor strength rather than mesomorphic component in goalkeepers.

SB210

FARKLI LİGLERDE YARIŞAN ERKEK ALP DİSİPLİNİ KAYAKÇILARIN DENGE PARAMETRELERİ İLE YARIŞ PERFORMANSLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

***[1]Hayati Arslan*, [1]Çağrı Çelenk**

[1]Erciyes Üniversitesi, KAYSERİ

Email : *hayatiarslan23@gmail.com, celenkc7@hotmail.com*

Amaç: Bu çalışma Türkiye kayak alp disiplini A1 ve A2 liglerindeki erkek kayakçıların statik/dinamik denge değerleri ile yarış performansları arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Yöntem: Çalışmaya alp disiplini (A1) ve (A2) liginden toplam 21 erkek kayakçı (18-27 yaş) gönüllü olarak katılmıştır. Kayakçıların statik ve dinamik denge performansları izokinetik Biodex denge sistemi ile değerlendirilmiştir. Araştırmada elde edilen verilerin istatistiksel analizinde SPSS 21 paket programı ve Student t testi, Pearson korelasyon analizi testi kullanılmıştır. Bulgular: Çalışmada A1 Ligi kayakçılarının, statik denge testi parametrelerinden "OSI" puanı ile büyük slalom yarışını bitirme süresi arasında yüksek derecede pozitif yönlü bir ilişki [r=0,739; p<0,05], "APSI" puanı ile büyük slalom yarış sonuçları arasında orta derecede pozitif yönlü bir ilişki [r=0,666; p<0,05] olduğu tespit edilmiştir. A1 Ligi kayakçılarının, dinamik denge testi parametresi "MLSI" puanı ile büyük slalom yarış sonuçları arasında orta derecede, pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir [r= 0,685; p<0,05]. Ayrıca A1 ve A2 Ligi kayakçılarının büyük slalom ve slalom yarış sonuçları karşılaştırmasında A1 ligi kayakçıları lehine istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir (p<0,05). Sonuç: Sonuç olarak A1 ligi kayakçılarının hem statik/dinamik denge hem de yarış performanslarının A2 ligi kayakçılarından daha iyi olduğu görülmüştür. Kayakçıların denge parametreleri ile yarış sonuçları arasında A1 ligi kayakçıları lehine tespit edilen farklılıklar bu kayakçıların, diğer (A2) kayakçılara göre uluslararası yarışmalara da katılmaları ile daha yoğun antrenman programlarına ve zorlu müsabaka koşullarına maruz kalmalarının bir yansısı olarak açıklanabilir.

ASSESSMENT OF THE ASSOCIATION BETWEEN BALANCE PARAMETERS AND RACE PERFORMANCES OF MALE ALPINE DISCIPLINE SKIIERS RACING IN DIFFERENT LEAGUES

Purpose: This study was conducted to compare the association between static/dynamic balance values and race performances of male skiers in Turkish skiing Alpine discipline A1 and A2 leagues. Method: A total of 21 male skiers (18-27 years of age) from Alpine discipline (A1) and (A2) leagues participated in the study voluntarily. Static and dynamic balance performances of the skiers were assessed with isokinetic Biodex balance system. SPPS 21 program and Student t test, Pearson correlation analysis test were used in the statistical analysis of the data obtained from the research. Results: A high positive association was found between A1 league skiers' statistic balance test parameter "OSI" scores and giant slalom race finishing time [r=0.739; p<0.05], while a moderate positive association was found between their "APSI" scores and giant slalom race finishing time [r=0.666; p<0.05]. A moderate, positive and significant association was found between A1 league skiers' dynamic balance test parameter "MLSI" scores and giant slalom race finishing time [r= 0.685; p<0.05]. In addition, a statistically significant difference was found between the giant slalom and slalom race results of A1 and A2 league skiers in favour of A1 league skiers (p<0.05). Conclusion: As a conclusion, it was found that A1 league skiers had both better static/dynamic balance and better racing performance than A2 league skiers. The differences between skiers' balance performance and their race results which were in favour of A1 league skiers can be explained with the facts that they participate in international races, they have more intense trainings and they are exposed to tougher racing conditions when compared with the other (A2) skiers.

SB213

FARKLI ANTRENMAN MODELLERİNDE KUVVET GELİŞİMİ, KAS VE DOKU HASARI

***[1]Taner Akbulut*, [1]Vedat Çınar, [2]Salih Öner**

[1]Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ELAZIĞ
[2]Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, VAN

***Email :** akbuluttaner23@gmail.com, ,*

Amaç: Araştırmada altı hafta boyunca uygulanan core ve ağırlık antrenmanlarının kuvvet gelişimi ve bununla birlikte meydana gelebilecek kas ve doku hasarına etkilerinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Yöntem: Araştırma grubunu aynı yaş grubunda yer alan, rekreatif amaçlı spor yapan 16 gönüllü gönüllü katılımcı oluşturmuştur. Katılımcılar core antrenman grubu (n:8) ve ağırlık antrenman grubu (n:8) olmak üzere iki gruba ayrılmıştır. Katılımcılar ait olduğu grup için belirlenen programa altı hafta boyunca haftada üç gün devam etmişlerdir. Antrenmanlar başlamadan önce ve antrenman programının sonunda olmak üzere katılımcıların performans ölçümleri (Sırt ve bacak kuvveti, el kavrama kuvveti, dikey sıçrama) alınmış ve dinlenik durumda kan örnekleri iki defa alınmıştır. Alınan kan örneklerinde AST, ALT, LDH, CK ve CK-MB seviyeleri tespit edilmiştir. Elde edilen verilerin analizinde SPSS 22 paket program kullanılmıştır. Gruplar arası karşılaştırmalarda Independent samples t testi, grup içi karşılaştırmalarda ise Paired samples t testi kullanılmıştır. Bulgular: Grup içi analizler yapıldığında; ağırlık antrenman grubunun bacak kuvveti, dikey sıçrama, CK ve CK-MB değerlerinde anlamlı farklılıklar bulunmuşken, core antrenman grubunun ise sadece sırt ve bacak kuvveti değerlerinde farklılaşmanın meydana geldiği belirlenmiştir ($p<0,05$). Sonuç: Sonuç olarak hem core hem ağırlık antrenmanlarının bazı kuvvet parametrelerinde gelişime yol açtığı, bununla birlikte özellikle ağırlık antrenmanlarının kuvvet gelişimi yanında kas hasarına da yol açtığı söylenebilir.

STRENGTH DEVELOPMENT, MUSCLE AND TISSUE DAMAGE IN DIFFERENT TRAINING MODELS

Purpose: The aim of this study was to determine the effects of during six weeks core and weight training on strength development, muscle and tissue damage which may occur. Method: The research group consisted of 16 volunteer volunteers who participated in the recreational sport in the same age group. Participants were divided into two groups, core training group (n: 8) and weight lifting training group (n: 8). Participants continued to the program for the group to which the belonged lasted for three days a week for six weeks. Participant's performance measures (Back and leg strength, hand grip strength, vertical jump) were taken and blood samples were taken twice at rest before and at the end of the training sessions. AST, ALT, LDH, CK and CK-MB levels were determined in the blood samples taken. SPSS 22 package program was used in the analysis of the obtained data. Independent samples t test was used for intergroup comparisons and Paired samples t test was used for intra-group comparisons. Results: When intra-group analyzes are made; there were significant differences in the leg strength, vertical jump, CK and CK-MB values of the weight lifting training group, it was determined that only differences in back and leg strength values occurred in the core training group($p<0,05$). Conclusion: As a result, both core and weight lifting training have led to some improvement in force parameters. It can be said that especially weight training also causes muscle damage as well as strength development.

SB215

E VİTAMİNİ TAKVİYESİYLE BİRLİKTE UYGULANAN YÜKSEK YOĞUNLUKLU İNTERVAL ANTRENMANLARIN LİPİD PROFİLİNE ETKİSİ

[1]Vedat Çınar, [1]Taner Akbulut, [2]Mücahit Sarıkaya

[1]Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ELAZIĞ
[2]Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, VAN

***Email :** , akbuluttaner23@gmail.com,*

Amaç: Bu çalışmada sekiz hafta boyunca uygulanan yüksek yoğunluklu interval antrenman ve E vitamini takiyesinin kan yağları üzerinde etkilerinin araştırılması amaçlanmıştır. Yöntem: Araştırma grubunu aynı yaş grubunda yer alan 12 gönüllü erkek karateci oluşturmuştur. Sporcular antrenman grubu (n:6) ve takviye grubu (n:6) olmak üzere iki farklı gruba ayrılmıştır. Antrenman grubuna sekiz hafta boyunca haftada üç gün tabata modeli yüksek yoğunluklu interval antrenmanlar yaptırılmıştır. Takviye grubu ise antrenmanlara ek olarak sekiz hafta boyunca E vitamini takviyesi almıştır. Çalışmanın başlangıcında ve bitiminde olmak üzere katılımcılardan dinlenik durumda iki defa kan örnekleri alınmıştır. Alınan kan örneklerinde Kollesterol, HDL, LDL, VLDL kolesterol ve trigliserit seviyeleri tespit edilmiştir. Elde edilen verilerin analizinde SPSS 22 paket program kullanılmıştır. Bulgular: Analiz sonucunda; gruplar arasında sadece VLDL kolesterol değerlerinde farklılık olduğu tespit edilmiştir. Grup içi değerlendirmelerde ise; antrenman grubunda Kollesterol ve HDL kolesterol değerlerinde farklılık bulunurken, takviye grubunda Kollesterol, HDL ve LDL kollesterol seviyelerinde anlamlı farklılıkların oluştuğu tespit edilmiştir ($p<0,05$). Sonuç: Sonuç olarak sekiz hafta süresince uygulanan yüksek yoğunluklu interval antrenmanların lipid profilinde önemli değişikliklere yol açtığı, ancak E vitamini ile birlikte uygulandığında daha etkili olabileceği söylenebilir.

THE EFFECT OF VITAMIN E SUPPLEMENTATION APPLIED WITH HIGH INTENSIVE INTERVAL TRAININGS ON LIPID PROFILE

Purpose: In this study, it was aimed to investigate the effects of high intensity interval training and vitamin E supplement on blood fats for eight weeks. Method: The study group consisted of 12 voluntary male karate do players of the same age group. Athletes were divided into two different groups as training group (n: 6) and reinforcement group (n: 6). For the training group, tabata model high intensity interval training was performed three days a week, for eight weeks. The reinforcement group received E vitamin supplementation for eight weeks in addition to the training. Blood samples were taken twice in the resting condition of the participants, begining and end of the study. Colesterol, HDL, LDL, VLDL cholesterol and triglyceride levels were determined in blood samples. SPSS 22 package program was used in the analysis of the obtained data. Results: As a result of analysis; there was significant difference only VLDL cholesterol values between groups. In inta group evaluations; there was a difference in the values of cholesterol and HDL cholesterol in the training group, it was found that there were significant differences in the levels of cholesterol, HDL and LDL cholesterol levels in the reinforcement group ($p<0,05$). Conclusion: As a result, high-intensity interval training during eight weeks caused significant changes in the lipid profile, but it may be more effective together using with vitamin E.

SB222

ACEMİ VE USTA TENİS OYUNCULARININ HEDEFLEME PERFORMANSI İLE RAKET HAREKETLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

[1]Betül Kaya, [1]Alparslan Erman, [1]Asuman Şahan, [1]İbrahim Dağyurt

[1]Akdeniz Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Antalya

Email : *ayseebetull@hotmail.com, ermana@akdeniz.edu.tr, asusahan@akdeniz.edu.tr, idagyurt@akdeniz.edu.tr*

Çalışmanın amacı, acemi ve usta tenis oyuncularının, Hedefleme Performansı (HP) ile Antrenman Yaşı (AY), İdeal Vuruş Noktası (İVN), Ortalama Top Hızı (OTH), Düz Vuruş Sayısı (DVS) ve Üstten Eğirimli Vuruş Sayısı (ÜEVS) arasındaki ilişkileri incelemektir. Çalışmaya, 1 yıldan az (0.46±0.14 yıl) tenis oynayan Acemiler (A, n=13) ve 1 yıldan fazla (6.44±5.34 yıl) tenis oynama deneyimi olan Usta oyuncular (U, n=16) gönüllü olarak katılmışlardır (n=29). Çalışmada, T3 hedefleme testi kullanıldı. Testte, karşı sahanın arka kortu iki eşit parçaya bölündü. Dip çizgiye yakın düşen toplar 3, servis çizgisine yakın düşen toplar 2 ve servis kutusuna düşen toplar ise 1 puan olarak değerlendirildi. Katılımcılara, bir elönü bir elarkası olmak üzere toplam 11 top atıldı. Bireylerden topları karşı sahanın dip çizgisine yakın atmaları istendi. Test 3 kez tekrar edildi ve ortalama değerler yüzde olarak kaydedildi. T3 testi sırasında raket tutamağına takılan bir ölçüm aracı ile raket hareketleri de kaydedildi. Çalışma sonucunda, Tüm grupta Tenis HP ile AY (r=0.85, p=0.00), İVN (r=0.71, p=0.00), OTH (r=0.81, p=0.00) ve ÜEVS (r=0.38, p=0.04) arasında anlamlı ilişki olduğu belirlenmiştir. Acemi tenisçilerde HP ile İVN (r=0.68, p=0.01), OTH (r=0.77, p=0.01) ve DVS (r=0.67, p=0.01) arasında anlamlı ilişki olduğu belirlenmiştir. Usta tenis oyuncularında ise HP ile AY (r=0.78, p=0.00), İVN (r=0.55, p=0.03) ve OTH (r=0.83, p=0.00) arasında anlamlı ilişki olduğu belirlenmiştir. Sonuç olarak, Antrenman Yaşı arttıkça Hedefleme Performansının da arttığı belirlenmiştir. Usta tenisçilerin hedefleme performansını arttırmak için; İVN ve OTH parametrelerini arttırdıkları anlaşılmaktadır. Acemi oyuncuların ise bu değişkenlere DVS'nı da ekledikleri görülmektedir. Her iki grup için de ÜEVS parametresinin etkili olmadığı belirlenmiştir. Anahtar kelimeler: Tenis, Hedefleme Performansı, Top Hızı, Usta, Acemi

THE RELATIONSHIP BETWEEN TARGETING PERFORMANCE AND RACKET MOVEMENTS OF BEGINNER AND ADVANCED TENNIS PLAYERS

The aim of the study is to examine the relationship between Targeting Performance (TP) and Tennis Experience (TE), Sweet Point (SP), Average Ball Speed (ABS), Number of Flat Strokes (NFS) and Number of Top Spin Strokes (NTSS) with beginner and advanced tennis players. Individuals who played tennis for less than 1 year (Beginner, Tennis Experience=0.46±0.14 years, n=13) and played tennis for more than 1 year (Advanced, Tennis Experience=6.44±5.34 years, n=16) voluntarily participated in the study. In the study, the T3 targeting test was conducted. The test was repeated 3 times and the best values were recorded as a percentage. During the T3 test, racket movements were recorded with a measuring instrument attached to the racket grip. Significant relationship was found between TP and TE(r=0.85, p=0.00), SP(r=0.71, p=0.00), ABS(r=0.81, p=0.00) and NTSS(r=0.38, p=0.04) on all participants (n=29). Significant relationship was found between TP and SP(r=0.68, p=0.01), ABS(r=0.77, p=0.01) and NFS(r=0.67, p=0.01) on beginner player (n=13). Significant relationship was found between TP and TE(r=0.78, p=0.00), SP(r=0.55, p=0.03) and ABS(r=0.83, p=0.00) on advanced player (n=16). As a result, it has been determined that as the TE increases, the TP too increases. It is understood that advanced tennis players increase the SP and ABS to increase the targeting performance. It is seen that beginner players add NVS to these variables. For both groups, it was determined that the NTSS parameter was not effective on TP. Keywords: Tennis, Targeting Performance, Ball Speed, Beginner, Advanced

SB224

ÜST EKSTREMİTE THERA BANT DİRENÇ ANTRENMANLARININ TENİS PERFORMANSINA ETKİSİ

***[1]Mine Gül*, [1]Gazanfer Kemal Gül, [1]Cem Ataş**

[1]Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Kocaeli

Email : *minegul7@gmail.com, gazanfergul@gmail.com, cematas-71@hotmail.com*

ÖZET Bu çalışma, üst ekstremiteye yönelik yapılan thera bant direnç antrenmanlarının tenis performansına etkisini araştırmak amacıyla yapılmıştır. Çalışmaya İstanbul GD Tennis Academy' de altyapıda tenis oynayan 14-16 yaş 12 bayan gönüllü tenisçi katılmıştır. Tenis performans testi için ITN tenis testi uygulanmış, ilk ölçüm sonrası sporcular tesadüfi yöntemle deney (n=6) ve kontrol (n=6) grubuna ayrılmıştır. Kontrol ve deney grubu tenis antrenmanlarını 8 hafta haftada 3 gün 90 dakikalık kulüp antrenmanları uygulamışlardır. Deney grubu kulüp antrenmanlarına ek (kapsam eşit olacak şekilde) antrenman öncesi 12 farklı thera bant (gri renk) çalışmaları her birim antrenmanda 3 hareket (20 tekrar-3set-1/1 dinlenme) uygulanacak şekilde programlanmıştır. 8 haftalık antrenmanların sonunda sporculardan tekrar ölçümler alınarak SPSS 22.0 programında grup içi analiz için Wilcoxon testi, gruplararası analiz için ise MannWithney-U testi yapılmıştır. Anlamlılık düzeyi p=0,05 olarak alınmıştır. Deney grubu ITN derinlik-vole-hassasiyet ve servis testlerinden kendi içinde (p=0,026) anlamlı fark bulunmuş, kontrol grubunda ise vole testinde (p=0,046) anlamlı fark bulunmuş, derinlik-hassasiyet ve servis testinde fark bulunmamıştır. İki grubun son ölçüm gruplararası analiz sonucunda derinlik ve hassasiyet testinde anlamlı fark bulunmazken (p>0,05) vole (p=0,016) ve servis testinde (p=0,016) anlamlı fark tespit edilmiştir (p<0,05). Sonuç olarak, 14-16 yaş bayan altyapı tenisçilerine uygulanan üst ekstremiteye yönelik thera bant direnç antrenmanlarının tenis performansına etkisi olduğunu söylenebilir. Anahtar Kelimeler: Tenis, Thera Bant, ITN.

THE EFFECT OF THERA BAND RESISTANCE WORKS ON UPPER EXTREMITY ON TENNIS PERFORMANCE

ABSTRACT This study was carried out to investigate the effect of thera band resistance training on upper extremity on tennis performance. 12 volunteer tennis players aged 14-16 years who played tennis in infrastructure at Istanbul GD Tennis Academy participated in the study. For the tennis performance test, ITN tennis test was applied. After the first measurement, the athlete was divided into random (n = 6) and control (n = 6) groups. The control and experimental group performed tennis training for 8 weeks 3 days a week and 90 minutes club training. The experiment group was programmed to apply 3 different movements (20 repetitions-3set-1/1 rest) to each of the unit workouts for 12 different thera band (gray color) exercises before the training in addition to the club workouts. At the end of the 8-week training sessions, re-measurements were taken from the athletes and the Wilcoxon test was used for in-group analysis and the MannWithney-U test was used for group analysis in the SPSS 22.0 program. There was a significant difference in the ITN depth-volley-sensitivity and service tests (p = 0,026) and in the voluntary test (p = 0,046) in the control group, no difference was found in depth-precision and service test. There was no significant difference in depth and precision test between two groups (p> 0,05) and in service (p = 0,016) and service test (p = 0,016). As a result of the research, it can be said that thera band resistance training for the upper limb applied to the 14-16 year old female tennis players has an effect on tennis. Key words: Tennis, Thera Band, ITN.

SB232

DUVAR ÇALIŞMALARININ TENİS BECERİSİNE ETKİSİ

***[1]Mine Gül*, [1]Gazanfer Kemal Gül, [1]Aydın Akat**

[1]Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Kocaeli

***Email :** minegul7@gmail.com, gazanfergul@gmail.com, akat_aydin@hotmail.com*

Bu çalışmada, 10-11 yaş erkek sporculara 8 hafta uygulanan duvar çalışması antrenmanlarının tenis becerisine etkisi amaçlanmıştır. Çalışmaya İzmit Türkan Dereli Okullarında okuyan, antrenman yaşı 1,17±0,39 yıl, yaş 10,33±0,49 yıl, boy 138,08±5,21 cm ve vücut ağırlığı ortalaması 32,33±5,89 kg olan 12 erkek gönüllü katılmıştır. Deney ve kontrol grubunun tenis beceri testleri için, Dewitt-Dugan, Dyer Pano ve Wall Catch testleri ön ve son test ölçümleri alınmıştır. Ön testler sonrasında sporcular rastgele yöntemle deney (n=6) ve kontrol (n=6) olarak iki eşit gruba ayrılmışlardır. Her iki grup da 8 hafta, haftada 3 gün 60 dk tenis antrenmanı uygularken, deney grubu kendi antrenmanları içinde (kapsam eşit olacak şekilde) 20 dk duvar çalışmaları yaptırılmıştır. Antrenmanlar bitiminde son ölçümler alınmış, istatistiksel analiz için SPSS 22.0 paket programında grup içi analiz için Wilcoxon testi ve gruplar arası analizler için MannWithney-U testi yapılmıştır. Anlamlılık düzeyi o,o5 olarak alınmıştır. Deney grubunun ilk ve son ölçümlerinde, Wall Catch (p=0,039), Dyer pano, servis, panoya servis atışı ve sürat testi (p=0,027) ve forehand (p=0,023), backhand (p=0,038) vuruşlarında anlamlı farklılık bulunmuştur (p<0,05). İsabet vuruş testi sonuçlarında anlamlı farklılık bulunmamıştır (p>0,05). Kontrol grubunun ilk ve son ölçümlerinde Dyer Pano (p=0,026) ve sürat testlerinde (p=0,041) anlamlı farklılık bulunmuş (p<0,05), Wall Catch, servis, panoya servis atışı, forehand, backhand ve isabet vuruş testlerinde anlamlı farklılık bulunamamıştır (p>0,05). Deney ve kontrol grubu son ölçümlerinde Wall Catch ve backhand (p=0,021), forehand (p=0,050), isabet vuruş (p=0,032)ve sürat testi (p=0,030) sonuçlarında anlamlı farklılık bulunmuş (p<0,05), Dyer pano, servis testi ve panoya servis atışı testi sonuçlarında anlamlı farklılık bulunmamıştır (p>0,05). Sonuç olarak, bu çalışmada uygulanan duvar çalışmaları 10–11 yaş grubu erkek tenisçilerde olumlu sonuçlarından dolayı kullanılabilir bir yöntem olduğu söylenebilir. Anahtar Kelimeler: Tenis, Duvar çalışması, Tenis becerisi.

THE EFFECT OF WALL WORKINGS ON TENNIS SKILLS

In this study, it was aimed to influence the tennis skill of wall training exercises applied to 10-11 year old male sportsmen for 8 weeks. Studying at Izmit Türkan Dereli Schools, the training age was 1,17 ± 0,39 years, age 10,33 ± 0,49 years, height 138,08 ± 5,21 cm and body weight average 32,33 ± 5,89 kg 12 male volunteers participated. Pre and post test measurements of Dewitt-Dugan, Dyer Board and Wall Catch tests were taken for the tennis skill tests of the groups. After preliminary testing, the equaly were divided into two equal groups as random (n = 6) and control (n = 6) groups. Both groups performed 60 minutes of tennis training for 8 weeks, 3 days per week, while the experimental group had 20 minutes of wall work within their own training (with equal coverage). For the statistical analysis, the Wilcoxon and the MannWithney-U test were performed in the SPSS 22.0 package program. The level of significance is taken as o, o5. Significant differences were found of the experimental group in the Wall Catch (p = 0,039), Dyer Board, service, panel service beat and speed test (p = 0,027), forehand (p = 0,023) and backhand (p = 0,038) p <0.05). There was no significant difference in hit test results (p> 0,05). There was a significant difference of the control group in the Dyer Board (p = 0,026) and speed tests (p = 0,041) (p <0,05) (p> 0.05). Significant differences were found in the results of Wall Catch and backhand (p = 0,021), forehand (p = 0,050), hit (p = 0,032) and speed test (p = 0,030). As a result, it can be said that the wall studies can be used because of positive results in 10-11 age male tennis players. Key words: Tennis, Wall work, Tennis skill.

SB234

TERABANT ANTRENMANLARININ 10-12 YAŞ KIZ YÜZÜCÜLERDE 50M SERBEST STİL PERFORMANSINA ETKİSİ

***[1]Gazanfer Kemal GÜL*, [1]Mine Gül, [1]Sena Akbaş**

[1]Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Kocaeli

Email : *gazanfergul@gmail.com, minegul7@gmail.com, akbas.sena@gmail.com*

Bu çalışmada, 10-12 yaş grubu kız yüzücülerde uygulanan 8 haftalık terabant antrenmanların 50 metre serbest stil yüzme derecelerine etkisinin tespit edilmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya Kocaeli Gölcük Belediye Spor Yüzme Kulübünde antrenmanlarına devam eden 10-12 yaşında 16 kız yüzücü gönüllü olarak katılmıştır. Sporcular ilk ölçümün ardından rastgele yöntemle deney (n=8) ve kontrol (n=8) grubuna ayrılmıştır. Kontrol grubu yaş ortalaması 10,5±0,76 yıl, boy 145±8 cm ve vücut ağırlık ortalamaları 39,28±9,12 kg, deney grubu yaş 11.25±0,89 yıl, boy 142,5±7,56 cm ve vücut ağırlık ortalamaları 39,02±6,60 kg olarak tespit edilmiştir. Deney ve kontrol grupları haftalık kulüp yüzme antrenmanlarına eşzamanlı katılmışlardır. Deney grubuna ek olarak 22 farklı terabant hareketi 30 dk saat süreyle artan yüklenme prensibine uygun olarak antrenmanları içerisinde değiştirilerek uygulatılmıştır. Antrenmanlar sonunda son ölçümler alınarak veriler, SPSS 22.0 programında grup içi analizde Wilcoxon Testi, gruplar arası karşılaştırılmasında Mann Whitney U Testi ile analiz edilmiştir. Anlamlılık düzeyi p=0,05 olarak alınmıştır. Uygulanan antrenman sonunda, grupların Wilcoxon testi grup içi değerlendirmelerinde deney grubunun kulaç uzunlukları (p=0,016) ile 50 metre serbest yüzme değerlerinde anlamlı bir fark bulunmuş (p=0,012), kulaç sıklığı değerlerinde anlamlı bir fark bulunmamıştır (p=0,147). Kontrol grubunun; kulaç sıklığı (p=1,000), kulaç uzunlukları (p=,317) ve 50 m yüzme değerleri değerlendirilmesinde ise anlamlı bir fark bulunmamıştır (p=,046). Grupların Mann Whithney U testine göre son ölçümleri değerlendirildiğinde; kulaç uzunlukları (p=0,370), kulaç sıklıkları (p=0,206) ve 50 m yüzme performans değerlerinde anlamlı bir farka rastlanmamıştır (p=0,093). Sonuç olarak, 10-12 yaş kız yüzücülerde karada uygulanan terabant antrenmanlarının 50 metre serbest yüzme stiline olumlu etkileri olduğu söylenebilir. Anahtar Kelimeler: Yüzme, Thera Bant, Serbest Stil, Antrenman.

EFFECTS OF THERABAND TRAINING ON 50M FREE STYLE PERFORMANCE AT 10-12 AGE GIRL SWIMMERS

In this study, it was aimed to determine the effect of 8-week terabut trainings applied to 10-12-year-old girl swimming groups on 50-meter free-style swimming grades. Sixteen girls aged 10-12 years who participated in the survey as volunteers participated in the training at Kocaeli Gölcük Municipality Sports Swimming Club. The athletes were randomly assigned to the experiment (n = 8) and control (n = 8) groups after the first measurement. The mean age of the control group was 10,5 ± 0,76 years, the height was 145 ± 8 cm and the mean body weight was 39,28 ± 9,12 kg. The age of the experimental group was 11,25 ± 0,89 years and the height was 142,5 ± 7,56 cm and body weight averages of 39,02 ± 6,60 kg. Experiment and control groups participated in weekly club swimming exercises simultaneously. In addition to the experiment group, 22 different terabundes movements were applied by changing within the training according to the increasing load principle for 30 minutes. At the end of the training, the last measurements were taken, the Wilcoxon test was used in the in-group analysis in the SPSS 22.0 program, and the Mann Whitney U test was used in the comparison between the groups. Significance level was taken as p = 0,05. At the end of the training, no significant difference was found between the females length (p = 0,016) and 50 meter free swimming values of the experimental group (p = 0,012) and femur frequency values in the Wilcoxon test group of the groups (p = 0,147). The control group; There was no significant difference in the females' frequency (p = 1,000), femur length (p =, 317) and swimming values of 50 m (p =, 046). When the groups were assessed for their last measurements according to the Mann Whithney test; (p

SB235

TENİSÇİLERDE ÇABUKLUK ÇALIŞMALARININ DENGE VE ÇEVİKLİK PERFORMANSINA ETKİSİ

[1]Gazanfer Kemal Gül, [1]Mine Gül, [1]Merve Aktaş

[1]Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Kocaeli

Email : *gazanfergul@gmail.com, minegul7@gmail.com, merveakttass@gmail.com*

Araştırmada, 8-12 yaşındaki kız tenisçilere uygulanan çabukluk antrenmanların denge ve çeviklik performansına etkisini incelenmesi amaçlanmıştır. İstanbul Garanti Koza Arena Spor Kulübünde ±2 yıldır antrenman yapan, yaş 10±1,416 (yıl), vücut ağırlığı 38,496±6,863 (kg) ve boy ortalaması 1,41±0,09 (m) olan 16 kız sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Antrenmanlara başlamadan önce sporculara yaş (yıl), boy (cm), ağırlık (kg), statik denge ve yıldız (çeviklik) testleri uygulanmış ve sporcular ilk ölçümlerin ardından rastgele yöntem ile deney (n=8) ve kontrol (n=8) grubuna ayrılmışlardır. Kontrol grubu 8 hafta, haftanın 3 günü ve 60 dakika kulüp tenis teknik taktik antrenmanlarını yaparken, deney grubu kulüp antrenmanlarına (kapsam eşit olacak şekilde) çabukluk antrenmanı ilave edilerek çalışmıştır. Son ölçümler tekrarlanmış, elde edilen veriler SPSS 22.0 programında grup içi Wilcoxon ve gruplar arası Mann Withney-U testi ile analiz edilmiştir. Deney grubunun grup içi statik denge (p=0,102) ve yıldız (çeviklik) (p=0,012) ölçüm analizlerinde anlamlı fark tespit edilmiştir (p<0,05). Kontrol grubunun grup içi statik denge ölçümünde anlamlı fark tespit edilmiş (p=0,102), yıldız (çeviklik) (p=,944) ölçüm analizinde anlamlı fark tespit edilememiştir (p>0,05). Deney ve kontrol grubu gruplar arası analiz sonucunda anlamlı fark bulunmamıştır (p>0,05). Sonuç olarak, 8-12 yaş kız tenisçilere uygulanan çabukluk antrenmanlarının denge ve çeviklik performansına etkisi olduğu antrenmanlarda uygulanabilir bir yöntem olduğu söylenebilir. Anahtar Kelimeler: Tenis, Çabukluk, Denge, Çeviklik, Performans.

THE EFFECT OF QUICKNESS TRAINNIG ON TENNIS PERFORMANCE TO TENNIS PLAYERS

ABSTRACT

The aim of this study was to investigate the effects of rapidity training on balance and agility performance of 8-12 year old girl tennis players. Sixteen female athletes participating in the Garanti Koza Arena Sports Club who were trained for ± 2 years, with a body weight of 38,496 ± 6,863 (kg) and a height average of 1,41 ± 0,09 (m) . Before starting the training, the athletes were tested for age (years), height (cm), weight (kg), static balance and star (agility) tests and the athletes were randomly tested (n = 8) and control They are separated. While the control group had 8 weeks, 3 days a week and 60 minutes club tennis technical tactical training, the experimental group worked by adding quickness training to the club's workouts (with equal scope). Final measurements were repeated, and the obtained data were analyzed by Wilcoxon in-group and Mann Withney-U test between groups in SPSS 22.0 program. Significant difference was found in the intra-group static balance (p = 0,102) and star (agility) (p = 0,012) measurements of the experimental group (p <0,05). Significant difference was found in the intra-group static balance measurement of the control group (p = 0,102) and no significant difference was found in the star (agility) (p =, 944) measurement analysis (p> 0,05). There was no significant difference between the groups in the experimental and control groups (p> 0,05). As a result, it can be said that it is a feasible method in the training where the rapidity training applied to the 8-12 year old girl tennis players affects the balance and agility performance. Key words: Tennis, Quickness, Balance, Agility, Performance.

SB245

UEFA 2016 AVRUPA FUTBOL ŞAMPİYONASINDAKİ MAÇLARIN TEKNİK VE TAKTİK PERFORMANS ANALİZLERİ

[1]Murat Yıldız, [1]Aykut Eren Canüzmez, [1]Bahtiyar Özçaldıran

[1]Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İZMİR

Email : *yldzmrt90@gmail.com, aykut@canuzmez.org, bahtiyar.ozcaldiran@ege.edu.tr*

Çalışmanın amacı, UEFA 2016 Avrupa Futbol Şampiyonası'nda grup ve eleme aşamasındaki maçların teknik ve taktik performans göstergelerinin takımların başarı durumu üzerine etkilerini araştırmaktır. Çalışma birinci ve ikinci yarı ve tüm maç olmak üzere üç zaman dilimini kapsayan 51 maçtan oluşmaktadır. Maçlar, takımların başarılı (n=56) ve başarısız (n=46) maç sonuçları olarak ikiye ayrılmıştır. Teknik verilerin toplanması için OPTA Sportsdata'dan yararlanılmıştır. Taktik verileri, ulusal yayıncı kuruluş tarafından yayınlanan maçların BandiCam 4.0.2.1352 versiyon video kayıt programıyla bilgisayar ortamında kaydedilmiştir. Veriler, video görüntülerinin LongoMatch 0.20.8 sürümü video analiz programına aktarılarak bilgisayarlı notasyon analizi yöntemiyle toplanmıştır. Taktik eylemlerin güvenilirliğini intra-korelasyon testi ile yapılmıştır. Çalışmada tanımlayıcı istatistikler ile parametrik olmayan Ki-kare (X2) bağımsızlık testinden yararlanılmıştır. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre isabetli-isabetsiz şut ve pas sayıları, uzun-kısa ve geri pas sayıları ve rakip yarı alanda oyun yönünü değiştirme ile ilgili teknik etkinlikler ve maç sonuçlarına göre belirlenen başarı durumu arasında anlamlı ilişkiler görülmüştür ($p \leq 0,05$). Geçişlerin sayısı-süresi ve golden önceki hücum stillerinin sayısıyla alakalı taktik eylemler ile takımların başarı durumları arasında anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir ($p \leq 0,05$).

Sonuç olarak, takımlar, savunmadan hücuma geçerken, kendi yarı alanında isabetli kısa paslarla 20 sn. içerisinde gerçekleştirilen ataklarda daha fazla isabetli şut imkanı bulmuşlardır. Özellikle 20 sn. 'lik hızlı hücumlar ile 10 sn. içerisinde sonuçlandırılan kontra ataklarla daha etkili atak organizasyonları geliştiren ve top rakibe geçtikten sonra 10 sn. içerisinde baskı yaparak topu geri kazanan ve de savunmaya destek veren oyuncu sayısı daha fazla olan takımlar başarılı maç sonuçları elde etmişlerdir.

Anahtar Kelimeler: Teknik Analiz, Taktik Analiz, Maç Analizi, Oyun Geçişleri, Oyun Tarzları

TECHNICAL AND TACTICAL PERFORMANCE ANALYSIS OF MATCHES IN UEFA 2016 EUROPEAN FOOTBALL CHAMPIONSHIP

The aim of this study was to investigate the effects of technical and tactical performance indicators of the matches in the group and knockout stages at UEFA 2016 European Football Championship on the success status of teams. The study consists of 51 matches in the championship by covering three time periods: first half, second half and total. Matches are divided into two categories: the results of successful (n=56) and unsuccessful (n=46) matches of the teams. OPTA Sportsdata was used to collect technical data. For the analysis of tactical parameters, matches were recorded by video recording software while national broadcaster on the air. Video footages were transferred to LongoMatch 0.20.8 version video analysis software and data were collected by computerized notation analysis method. For reliability test of tactical actions intra-correlation test was applied. In the study, descriptive statistics and nonparametric Chi- square (X2) independence test were used. Significant relationships were observed at $p \leq 0.05$ between the technical events related to the number of shots on-off target, success-failed passes, short-long- backward passes, changing the game direction and the achievement status. Besides significant correlations were found between the tactical actions related to transitions, attacking styles before score a goal and the success status of the teams ($p \leq 0.05$). As a result, the teams that completed attacks by making transitions up to 20 sec. with short passes from their own half field, found more accurate shooting opportunities. Especially they have developed more effective attacking organizations by preferring 20 sec. fast attacks and 10 sec. counter attacks. In addition, teams that regain ball within 10 sec. and support more players to defence have achieved successful match results.

Keywords: Technical Analysis, Tactical Analysis, Match Analysis, Game Transitions, Game Styles

SB249

BASKETBOLUN DEĞİŞEN OYUN YAPISI: NBA VE EUROLEAGUE ÖRNEKLERİ

[1]Göktuğ Ertetik, [1]Tugay Durmuş, [1]Övünç Erdeveciler, [1]Gülfem Ersöz

[1]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

Email : *ertetik@ankara.edu.tr, tgydrms@gmail.com, ovunc_erdeveciler@hotmail.com, gersoz@ankara.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı, Basketbol oyununda son yıllarda değişen oyun kuralları ve yeni ortaya çıkan oyun stratejileri doğrultusunda oyunun yapısında herhangi bir değişimin olup olmadığını saptamaktır. Bu sebeple, Amerikan ulusal basketbol ligi(NBA) ve Avrupa Kulüpler Basketbol Ligi(Euroleague) takımlarının son 15 yıldaki bazı istatistiksel parametreleri değerlendirilerek, oyunun yapısında ne gibi değişikliklerin olduğunu karşılaştırmak hedeflenmiştir.

Yöntem: Yapılan çalışmada, 2002 ve 2018 yılları arasındaki tüm sezonlarda, normal sezonda oynanan müsabakalar değerlendirmeye alınmıştır. Çalışma kapsamında, iki sayılık ve üç sayılık atış denemeleri ve isabet oranları, iki ve üç sayılık atış kullanım oranlarının değişimi, ribaund, asist, top çalma, top kaybı ve blok gibi istatistiksel kategoriler analiz edilmiştir. Çalışmada kullanılan veriler www.nba.com ve www.euroleague.net sitelerinden temin edilmiştir. İki lig arasında oyun süresi ve oyun kuralları bakımından farklılıklar bulunduğu için karşılaştırma liglerin kendi içinde yapılmış ve değişim bu doğrultuda değerlendirilmiştir.

Bulgular: Çalışma sonucunda, 2002 yılında Nba normal sezonunda takımların maç başına ortalama olarak kullandıkları üç sayılık atış denemesi 13,77 iken bu rakam 2018 yılında 29 olmuştur. 2002 yılında Euroleague'de normal sezonda takımlar maç başına ortalama 18,4 kez üç sayılık atış denemesi yaparlarken 2018 yılında bu rakam 22,9 olmuştur. Nba'de 2002 yılında takımların hücum tercihinde üç sayılık atış oranı %17 iken 2018 yılında bu rakam %34'e çıkmıştır. Euroleague'de ise 2002 yılında hücumda üç sayılık atış tercih oranı %30, 2018 yılında ise %38'dir. Çalışma kapsamında değerlendirme kapsamında olan ribaund, asist, top çalma, top kaybı ve blok istatistiklerinde istatistiksel olarak herhangi bir anlamlı fark bulunamamakla birlikte, bu kategorilerde de değişiklikler olduğu gözlenmiştir.

Sonuç: Sonuç olarak basketbol oyunun son 15 yıllık gelişimi ve değişimi incelendiğinde, oyunun yapısının hücum tercihleri açısından değişmiş olduğu görülmekte ve bunun daha çok üç sayılık atış tercihlerinin artmasından kaynaklandığı düşünülmektedir.

EVOLUTION OF BASKETBALL THROUGH YEARS: NBA AND EUROLEAGUE

Introduction: The purpose of this study is determine if there are some changes in general basketball gameplans as a result of changing rules in past few years and emerging game plan strategies. Therefore, this study has intend to compare the changes in gameplans by evaluating several statistical parameters of National Basketball Association (NBA) and Euroleague Basketball teams in past 15 years.

Methods: In this study, for all seasons and regular season games between 2002-2018 were evaluated. As content of study some statistical categories such as: 2-point and 3-point shot attempts and success rate, changes in using rate of 2-point and 3-point shots, rebound, assist, steal, turnover and block has been analyzed. The data used in this study collected from www.nba.com and www.euroleague.net. Because of the differents at playing time and rules in both league, comparison made within each league and changes evaluated in this way.

Results: As a result of this study: In 2018 NBA regular season, average 3-point shot attempts by a team was 29 per game while it was 13.77 per game in 2002 regular season. In 2002 Euroleague regular season, teams attempted 18.4 3-pointers per game. In 2018 this number become 22.9. In 2002's NBA, teams preferred to take 17% of total shots as 3-pointers. In 2018 they took 34% of them as 3-

pointers. In 2002 3-point shot selection was 30% in Euroleague. In 2018 it was 38%. In the evaluation of this study there weren't any significant differences in categories of rebound, assist, steal turnover and block. But these categories has also changed. Discussion:

As we look at the evolution and changes in game of basketball in past 15 years, it can be seen that game plan has changed as offense selection and it is thought that this is mainly due to the increase in preference of three-point shooting.

SB254

ALT EKSTREMİTEDEKİ BAZI YAPISAL FARKLILIKLAR İLE ERKEN VE GEÇ DÖNEM TORK ÜRETİM ORANLARI VE MYOELEKTRİK AKTİVİTELERİN İLİŞKİSİ

[1]Trakya Üniversitesi Kırkpınar Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, EDİRNE

Giriş ve Amaç: Kas kasılmasının erken evresinde (0-200 ms) üretilebilecek kuvveti belirleyen tork üretim oranı (TÜO), patlayıcı kuvvet gelişiminin takibi ve diz sakatlıklarının önlenebilmesi bakımından oldukça önemlidir. Yapılan bu çalışmanın amacı alt ekstremite yapısal dizilimini etkileyen faktörlerden biri olan quadriceps (Q) açısının, diz ekstansör kaslarına ait erken dönem (ETÜO) (0-100 ms) ve geç dönem (GTÜO) (100-200 ms) TÜO ve myoelektrik aktivitelerle ilişkisini incelemektir.

Yöntem: Çalışma, iyi antrene 38 erkek basketbolcu (ortalama yaş: 22,3±2,5 yıl) ile yapıldı. Manuel gonyometre ile Q açısı ölçülen katılımcılar, normal (<11°) ve anormal Q açısı (>10°) değerlerine sahip olanlar şeklinde iki gruba ayrıldı. Tork üretim oranı, izokinetik dinamometrede 60, 120 ve 180°/s açısal hızlarda konsantrik/konsantrik modda ölçüldü. Myoelektrik aktivitelerin belirlenmesi için yüzeyel elektromiyografi (EMG) kullanıldı.

Bulgular: Gruplar arası ETÜO ve GTÜO incelendiğinde 60 ve 120°/s açısal hızlarda istatistiksel bakımdan anlamlı fark gözlemlenmiştir ($p<0,05$) fakat 180°/s açısal hızda fark bulunamamıştır. Ayrıca EMG verileri de gruplar arası istatistiksel olarak anlamlı bir farka sahip değildir. Q açısı ile 60, 120 ve 180°/s açısal hızlardaki tüm TÜO arasında orta şiddette ve negatif ilişki tespit edilmiştir (180°/s ETÜO r= -0,34, 180°/s GTÜO r= -0,35, 120°/s ETÜO r= -0,40, 120°/s GTÜO r= -0,48, 60°/s ETÜO r= -0,55, 60°/s GTÜO r= -0,59; $p<0,05$).

Sonuç: Alt ekstremitenin yapısal farklılıkları ile diz ekstansör kaslarına ait ETÜO ve GTÜO arasında negatif bir ilişki vardır. Yapısal değişkenler göz önünde bulundurularak, anormal Q açısı gibi değişkenlere sahip sporcularda uygun direnç antrenmanlarıyla tork üretim oranlarının geliştirilmesinin önemli olduğu ve böylece atletik gelişim sayesinde diz sakatlıklarının da önlenebileceği düşünülmektedir.

Anahtar kelimeler: Alt ekstremite, elektromiyografi, izokinetik, patlayıcı kuvvet, quadriceps açısı, tork üretim oranı

RELATIONSHIP BETWEEN CERTAIN STRUCTURAL DIFFERENCES IN LOWER EXTREMITY WITH EARLY AND LATE RATE OF TORQUE DEVELOPMENT AND MYOELECTRİCAL ACTIVITY

Introduction and Aim: The rate of torque development (RTD), which determines the force that can be develop in the early phase of muscle contraction (0-200 ms), is very important in terms of tracking explosive strength improvement and preventing knee injuries. The purpose of this study was to investigate the relationship of quadriceps (Q) angle which affects the structural alignment of the lower extremity with early (ERTD) (0-100 ms) and late rate of torque development (LRTD) (100-200 ms) of the knee extensor muscles and myoelectrical activity.

Methods: The study was carried out with 38 well-trained male basketball players (mean age: 22.3±2.5 years). The participants were divided into two groups with normal (<11°) and abnormal Q angle (>10°) values. Rate of torque development was measured in concentric/concentric mode at 60, 120 and 180°/s angular velocities in an isokinetic dynamometer. Surface electromyography (EMG) was used to determine the myoelectrical activity.

Results: When ERTD and LRTD were examined, statistically significant difference was observed at 60 and 120°/s ($p<0.05$). However, no difference was found at 180°/s. In addition, EMG data do not have a statistically significant difference between groups. Moderate and negative correlation was found between all RTD at 60, 120 and 180°/s with Q angle (180°/s ERTD r= -0.34, 180°/s LRTD r= -0.35, 120°/s ERTD r= -0.40, 120°/s LRTD r= -0.48, 60°/s ERTD r= -0.55, 60°/s LRTD r= -0.59; $p<0.05$).

Conclusion: There is a negative correlation between the structural differences of the lower extremity and the ERTD and LRTD of the knee extensor muscles. Considering the structural variables, it is thought that it is important to improve the rate of torque development with appropriate resistance training in athletes with variables such as abnormal Q angle, and thus knee injuries can be prevented through athletic development.

Keywords: Electromyography, explosive strength, isokinetics, lower extremity, quadriceps angle, rate of torque development

SB263

GENÇ TENİS OYUNCULARININ FİZİKSEL PERFORMANSLARININ İNCELENMESİ

[1]Bülent Kilit, [2]Erşan Arslan

[1]Namık Kemal Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, TEKİRDAĞ
[2]Siirt Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, SİİRT

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

Giriş ve Amaç: Bu araştırmanın amacı genç erkek ve kadın tenis oyuncularının fiziksel performans cevaplarının incelenmesidir. Yöntem: Araştırmaya 22 erkek (yaş: 11,2±0,3 yıl; boy: 149,1±6,8 cm; vücut ağırlığı: 37,5±5,3 kg) ve 19 kadın (yaş: 11,24±0,45 yıl; boy: 148,4±5,3 cm; vücut ağırlığı: 38,7±5,8 kg) tenis oyuncusu katılmıştır. Toplam 41 ulusal seviyedeki tenis oyuncusuna fiziksel testler kullanılarak: pençe kuvveti, 20-metre sürat, sağlık topu atma (forehand-backhand), aerobik dayanıklılık (hit&turn) test ölçümleri yapıldı. Bulgular: Çalışma sonucunda, erkek ve kadın sporcuların koşu içeren test sonuçlarının (20 metre sürat ve aerobik kapasite) birbirlerine yakın oldukları, bundan farklı olarak erkek sporcuların kadın sporculara göre üst ekstremite (pençe kuvveti, sağlık topu atma) test sonuçlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur ($p<0,05$). Sonuç: Bu sonuçlar genç tenis oyuncularında fiziksel kapasite geliştirmek için uygun antrenman programlarının oluşturulmasında kullanılabilir.

EVALUATION OF PHYSICAL PERFORMANCE S OF YOUNG TENNIS PLAYERS

Introduction And Purpose: The aim of this study is to evaluate the physical performance responses of young male and female tennis players. Methods: A total of 41 national tennis players, 22 men (age: 11.2 ± 0.3 years, 149.1 ± 6.8 cm, body weight: 37.5 ± 5.3 kg) and 19 women (age: 11.24 ± 0, 45 years, height: 148,4 ± 5,3 cm, body weight: 38,7 ± 5,8 kg) participated in this study. Physical performance tests include; hand grip strength, 20-meter sprint, medicine ball throw (forehand-backhand) and aerobic endurance (hit & turn test) measurements. Results: As a result of this study, male and female athletes' running based test results (20-meter sprint and aerobic capacity) were close to each other and male athletes had higher upper extremity (hand grip strength and medicine ball throw (forehand-backhand)) test results than female athletes ($p < 0.05$). Conclusions: These results can be used to develop appropriate training programs in order to develop physical capacity in young tennis players.

SB267

KADIN VE ERKEK TENİS OYUNCULARININ MAÇ DEĞİŞKENLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

[2]Erşan Arslan, [1]Bülent Kilit

[1]Namık Kemal Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, TEKİRDAĞ
[2]Siirt Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, SİİRT

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

Giriş ve Amaç: Bu araştırmanın amacı kadın ve erkek tenis oyuncularının maç değişkenlerinin incelenmesidir. Yöntem: Araştırmaya 10 erkek (yaş: 22.1±3.8 yıl; boy: 178±3.6 cm; vücut ağırlığı:75.4±6.4 kg) ve 6 kadın (yaş: 17.1±3.8 yıl; boy: 169±4.6 cm; vücut ağırlığı:59.4±6.4 kg) tenis oyuncusu katılmıştır. Maç sırasındaki notasyonel ve aktivite değişkenleri; ralli süresi (RS), dinlenme süresi (DS) ve aktif oyun süresi (AOS) incelenmiş, Polar RC-3 (dahili GPS) model portatif göğüs bandı ile kalp atım hızı (KAH) kayıt edilmiştir. Bulgular: Sonuçta erkek ve kadın oyuncuların sırasıyla ölçüm değerleri; KAH= 151,6±17 atım/dk-158,7±16 atım/dk; RS= 5,5±4,4-8,2±5,6; DS= 19,5±13- 18,7±15, AOS= %22,3±3,3- 28,3±4,7; olarak tespit edilmiştir. Sonuç: Bu sonuçlar ile kadın oyuncuların erkek oyunculara göre maç içerisinde daha fazla efor sarf ettikleri ve daha fazla aktif oyun süresine sahip oldukları, bundan farklı olarak erkek oyuncuların kadın oyunculara göre oyunu daha şiddetli oynadığı tespit edilmiştir. Sonuç olarak, maç sırasında elde edilen bu bulgular ile sporcuların antrenman programlarının tasarlanmasında antrenörler tarafından kullanılabilir.

EVALUATION OF MATCH CHARACTERISTICS OF MALE AND FEMALE TENNIS PLAYERS

Introduction And Purpose: The aim of this study is to evaluate the match characteristics of male and female tennis players. Methods: A total of 16 tennis players, 10 men (age: 22.1±3.8 years, 178±3.6 cm, body weight: 75.4±6.4 kg) and 6 women (age: 17.1±3.8 years, height: 169±4.6 cm, body weight: 59.4±6.4 kg) participated in this study. Match characteristics include; duration of rally (DR), resting time (RT), effective playing time (EPT) during the games. Heart rate (HR) was monitored using two heart rate monitor integrated GPS over two outdoor clay court matches. Results: As a result of this study, female tennis players had higher HR (151,6±17 vs. 158,7±16), DR (5,5±4,4 vs. 8,2±5,6) and EPT (%22,3±3,3 vs. 28,3±4,7) than male tennis players except for RT (19,5±13 vs. 18,7±15). Results: As a result of this study showed that female tennis players were more active than male players and thus female players consumed more energy. Contrast to female, male players played in high intensity during the games. Conclusions: These findings obtained during the match can be used by coaches in designing athletes' training programs.

SB270

NORMOBARİK ORTAMDA FARKLI HİPOKSİK KOŞULLARIN KASSAL KUVVET VE KASSAL DAYANIKLILIK PERFORMANSI ÜZERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

***[1]Ahmet Atlı*, [2]Gülfem Ersöz**

[1]Iğdır Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, IĞDIR
[2]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

***Email :** atliahmett@gmail.com, gulfem.ersoz@ankara.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Araştırmacılara göre; hipoksik koşullarda kuvvet performansının etkilenip etkilenmeyeceği, yani hipoksik ortamın kuvvet performansında olumsuz bir etkiye neden olup olmayacağı düşünülmesi gereken ilk nokta olarak belirtilmektedir (Scott ve ark., 2014). Bu çalışma, normobarik ortamda farklı hipoksik koşulların kassal kuvvet ve kassal dayanıklılık performansı üzerine etkisini belirlemek amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Çalışmaya son 1 yıldır haftada en az 3 gün düzenli olarak kuvvet antrenmanı yapan 15 erkek öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcıların normoksik (1000 m), orta şiddetli hipoksik (2500 m) ve yüksek şiddetli hipoksik (3500 m) olmak üzere üç farklı koşulda; 1 RM tam squat, % 60 1 RM tam squat kassal dayanıklılık, 1 RM bench press ve % 60 1 RM bench press kassal dayanıklılık değerleri alınmıştır. Üç farklı hipoksik koşulda uygulanan tüm testlerin öncesinde ve sonrasında; katılımcıların kalp atım hızları, kan basınçları, kan laktat konsantrasyonları, algılanan zorluk dereceleri ve oksijen saturasyon değerleri ölçülerek belirlenmiştir.

Bulgular: Analiz sonuçlarına göre normobarik ortamda farklı hipoksik koşullar arası kalp atım hızı, kan basıncı, kan laktat konsantrasyonu, algılanan zorluk derecesi ve oksijen saturasyonu ortalamalarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilirken ($p<0,05$); alt ekstremite kassal kuvvet, alt ekstremite kassal dayanıklılık, üst ekstremite kassal kuvvet ve üst ekstremite kassal dayanıklılık ortalamalarında ise istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$).

Sonuç: Çalışmada elde edilen sonuçlar, normobarik ortamda farklı hipoksik koşulların kassal kuvvet ve kassal dayanıklılık performansı üzerine herhangi bir etkisinin olmadığını göstermektedir.

Kaynaklar: Scott BR, Slattery KM, Sculley DV, Dascombe BJ (2014). Hypoxia and resistance exercise: A comparison of localized and systemic methods. Sports Med. 44: 1037-1054.

INVESTIGATION OF THE EFFECT OF DIFFERENT HYPOXIC CONDITIONS ON THE MUSCULAR STRENGTH AND MUSCULAR ENDURANCE PERFORMANCE IN NORMOBARIC ENVIRONMENT

Introduction and Aim: According to the researchers; it is stated as the first point to be considered whether the strength performance will be affected in hypoxic conditions, that is, whether the hypoxic environment will cause a negative effect on strength performance (Scott et al., 2014). This study was conducted to investigate the effect of different hypoxic conditions on muscular strength and muscular endurance performance in normobaric environment.

Method: 15 male students who perform regularly resistance training for at least 3 days a week for the last 1 year, voluntarily participated in this study. Under three different conditions: normoxic (1000 m), moderate hypoxic (2500 m) and high intensity hypoxic (3500 m); participants' 1 RM full squat, 60 % 1 RM full squat muscular endurance, 1 RM bench press and 60 % 1 RM bench press muscular endurance values were taken. Before and after all tests applied in three different hypoxic conditions; participants' heart rates, blood pressures, blood lactate concentrations, rated perceived exertion, and oxygen saturation values were determined by measuring.

Result: According to the results of the analysis, while there was a statistically significant difference in heart rate, blood pressure, blood lactate concentration, rated perceived exertion and oxygen saturation averages between different hypoxic conditions in normobaric environment ($p<0,05$); there was no statistically significant difference in the lower extremity muscular strength, lower extremity muscular endurance, upper extremity muscular strength and upper extremity muscular endurance averages ($p>0,05$).

Conclusion: The obtained results in study show that there is no effect on the muscular strength and muscular endurance performance of different hypoxic conditions in the normobaric environment.

References: Scott BR, Slattery KM, Sculley DV, Dascombe BJ (2014). Hypoxia and resistance exercise: A comparison of localized and systemic methods. Sports Med. 44: 1037-1054.

SB292

RAKET SPORLARI İLE UĞRAŞAN SPORCULARIN DOMİNANT VE NONDOMİNANT KOLLARININ KEMİK MİNERAL YOĞUNLUĞUNUN İNCELENMESİ

[1]Tülin Atan, [1]Şaban Ünver, [2]Fevziye Canbaz Tosun, [1]İzzet İslamoğlu, [1]Abdurrahim Kaplan

[1]Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, SAMSUN
[2]Ondokuz Mayıs Üniversitesi Tıp Fakültesi/Dahili Tıp Bilimleri Bölümü, SAMSUN

Email : *takman@omu.edu.tr, saban.unver@omu.edu.tr, fcanbaz@omu.edu.tr, izzetislamoglu@gmail.com, abdurrahim.kaplan@omu.edu.tr*

Raket sporlarında üst ekstremite özellikle kol ve omuz bölgesi yoğun olarak kullanılmaktadır. Bu araştırmanın amacı, raket sporcularının dominant ve nondominant kollarının kemik mineral yoğunluklarını (KMY) karşılaştırmaktır. Çalışmaya yaş ortalaması 22,46±2,41 yıl olan, en az 10 yıldır masa tenisi (n=12), badminton (n=6) ya da tenis (n=6) sporu yapan 24 lisanslı erkek sporcu ve yaş ortalaması 21,45±1,74 yıl olan 22 sedanter erkek (kontrol grubu) gönüllü olarak katıldı. Katılımcıların KMY değerleri (Humerus-Radius-Ulna) DEXA ile ölçüldü. Sporcuların ve kontrol grubunun dominant nondominant kolları arasındaki KMY farkına bağımlı örneklem t-Testi ile bakıldı. Sporcuların lumbar spine ve femoral neck KMY değerleri kontrol grubundan anlamlı düzeyde yüksek bulundu ($p<0.05$ ve $p<0.01$). Gruplar arasında Radius/Ulna KMY değerlerinde anlamlı farklılık tespit edilmedi ($p>0.05$). Ayrıca BMD değerlerinin arasındaki yüzdesel fark Lumbar Spine' da 8,08%, Femur Neck'te 14,28% olarak sporcular lehinde bulundu. Sporcuların dominant kol proksimal humerus (19.85%) ve humeral shaft (12.02%) KMY değerlerinin nondominant koldan istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptandı ($p<0.01$ ve $p<0.05$). Kontrol grubunda ise dominant ve nondominant KMY arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmedi ($p>0.05$). Dominant kol KMY değerleri sporcular ve kontrol grubu arasında karşılaştırıldığında, sporcuların proksimal humerus ve humeral shaft KMY değerleri kontrol grubundan daha yüksek bulundu ($p<0.05$). Nondominant kol KMY değerleri sporcular ve kontrol grubu arasında farklılık göstermedi ($p>0.05$). Sonuç olarak sporcuların dominant kol KMY değerleri, spor yapmayanlardan daha yüksektir. Ayrıca kontrol grubunun iki kol KMY değerleri arasında farklılık yok iken, sporcuların dominant kol humerus KMY nondominant koldan daha yüksektir. Sporcularda iki kol arasında olan bu farklılık sağlak ya da solak olma durumundan ziyade, uğraşılan raket sporunun bir etkisi olduğunu göstermektedir.

EXAMINATION OF RACKET SPORTS PLAYERS' DOMINANT AND NONDOMINANT BONE MINERAL DENSITY OF ARMS

The purpose of this study is to compare the bone mineral density (BMD) of dominant and non-dominant arms of athletes in racket sports. 24 licensed male athletes playing table tennis (n=12), badminton (n=6) or tennis (n=6) for at least 10 years with an average age of 22,46±2,41 years and 22 sedantary males (control group) with an average age of 21,45±1,74 years participated in the study voluntarily. BMD (Humerus-Radius- Ulna) values of the participants were measured with DEXA. Lumbar spine and femoral neck BMD values of the athletes were found to be significantly higher than those of the control group ($p<0.05$ and $p<0.01$). No statistically significant difference was found between Radius/Ulna BMD values of the groups ($p>0.05$). In addition, percentage difference between BMD values was found to be in favour of athletes as 8.08% in lumbar spine and as 14.28% in femur neck. Dominant arm proximal humerus (19.85%) and humeral shaft (12.02%) BMD values of athletes were found to be statistically significantly higher than the non-dominant arm ($p<0.01$ and $p<0.05$). When dominant arm BMD values were compared between athletes and the control group, proximal humerus and humeral shaft BMD values of the athletes were found to be higher than those of the control group ($p<0.05$). Non-dominant arm BMD values were not found to differ between athletes and the control group ($p>0.05$). As a conclusion, dominant arm BMD values of the athletes were found to be higher than those of the participants who didn't do sports. In addition, while there were no differences between both arm BMD values of the control group, athletes' dominant arm humerus BMD was higher than that of non-dominant arm. This difference between two hands in athletes shows that the racket sport played has an effect on the difference rather than the state of being right-handed or left-handed.

SB299

YÜKSEK ŞİDDETLİ DAR ALAN OYUNLARININ PROFESYONEL FUTBOLCULARIN MEVKİLERİNE GÖRE TEKRARLI SPRİNT BECERİLERİ ÜZERİNE ETKİLERİ

***[1]Selçuk Tarakcı*, [2]Veysel Küçük**

[1]MARMARA ÜNİVERSİTESİ, İSTANBUL
[2]MARMARA ÜNİVERSİTESİ

Email : *tarakciselcuk@gmail:com, veysel,kucuk@marmara.edu.tr*

Dar alan oyunları gerek gerçek maç formatına uygunluğu gerekse futbolun aralıklı oyun yapısına uygunluğu ile son zamanlarda en çok tercih edilen antrenman çalışmaları olmuştur. Bu araştırmanın amacı profesyonel futbol oyuncularının yüksek şiddetli dar alan oyunlarının (2v2, 3v3); futbolcuların mevkilerine tekrarlı sprint performansları üzerine etkilerini araştırmaktır. Araştırmaya Türkiye Spor Toto Süper Lig 2. Lig takımlarında yer alan 20 profesyonel futbolcu katılmıştır. Örneklem grubunun boy ortalamaları 178.60±5.18cm, vücut ağırlıkları ortalamaları 72±4.10kg, BKİ ortalamaları 22.60±0.99. Çalışmada performans değerleri ön ve son test olarak değerlendirilmiştir. Futbolcuların tekrarlı sprint performanslarını belirlemek amacıyla 12x20m Tekrarlı Sprint testi uygulanmıştır. Araştırmada, t testinin (ön test – son test) parametrik olmayan alternatifi olan Wilcoxon T testi modeli kullanılmıştır. Araştırmamıza katılan futbolculara 8 hafta süresince haftada 2 gün takım antrenmanlarının Tekrarlı Sprint performans ortalama değerleri göz önüne alındığında da ön test (2,66sn) ve son test (2,24sn) arasında olumlu bir etki olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuçlar göz önüne alındığında, dar alan oyunlarının profesyonel futbolcuların tekrarlı sprint performansları üzerinde pozitif etkisi olduğu söylenebilir.

THE EFFECTS OF HIGHT-INTENSITY SMALL-SIDED GAMES ON PROFESSIONAL FOOTBALLER REPEATED SPRINT ABILITY ACCORDING TO POSITION.

Small sided-games have been the most preferred training exercises in recent times with the convenience of intermittent game structure of football, also it is conform to the real match format. The purpose of this study was to investigate the effects of high-intensity small sided- games (2v2, 3v3) of professional soccer players repeated sprint performances. 20 professional football players participated in this study who are playing in the Turkhis second league. The mean age of the sample group was 178.60 ± 5.18cm, body weights were 72 ± 4.10kg and mean BMI was 22.60 ± 0.99. In the study, performance values were evaluated as pre- and post-test. The 12x20m Repeated Sprint test were applied to determine the repeated sprint ability of the football players. In the study, the Wilcoxon T test was used as a non - parametric alternative to the t test (pre - test and post - test). It was found effect between pre-test (2.66sn) and post-test (2.24sn) when the repeated sprint performance mean values of team training 2 days a week for 8 weeks were taken into account, It was determined that the participating footballers had a positive effects. Given these results, it can be said that small-sided games have a positive effect on the repeated sprint performances of professional soccer players.

SB300

YÜKSEK ŞİDDETLİ DAR ALAN OYUNLARININ PROFESYONEL FUTBOLCULARIN MEVKİLERİNE GÖRE POZİTİF İVMELENME ÜZERİNE ETKİLERİ

[1]Selçuk Tarakcı, [2]Veysel Küçük

[1]MARMARA ÜNİVERSİTESİ, İSTANBUL
[2]MARMARA ÜNİVERSİTESİ

Email : *tarakciselcuk@gmail:com, veysel,kucuk@marmara.edu.tr*

Modern futbolda oyun hızının-şiddetinin giderek artması ve antrenman uygulamalarında fizyolojik ve fiziksel gerekliliklerin de değişmesi ile futbolcularda maksimum performansa ancak antrenmanlarda verilen uyaranların gerçek maç değerlerine ulaşması ile gerçekleşebilir. Bu anlamda dar alan oyunları gerek gerçek maç formatına uygunluğu gerekse futbolun aralıklı oyun yapısına uygunluğu ile son zamanlarda en çok tercih edilen antrenman çalışmaları olmuştur. Bu araştırmanın amacı profesyonel futbol oyuncularının yüksek şiddetli dar alan oyunlarının (2v2, 3v3); futbolcuların mevkilerine göre pozitif ivmelenme (30metre) performansları üzerine etkilerini araştırmaktır. Araştırmaya Türkiye Spor Toto Süper Lig 2. Lig takımlarında yer alan 20 profesyonel futbolcu katılmıştır. Örneklem grubunun boy ortalamaları 178.60±5.18cm, vücut ağırlıkları ortalamaları 72±4.10kg, BKİ ortalamaları 22.60±0.99. Çalışmada performans değerleri ön ve son test olarak değerlendirilmiştir. Futbolcuların Pozitif ivmelenme değerlerini belirlemek amacıyla 30m sprint testi uygulanmıştır. Araştırmada, t testinin (ön test – son test) parametrik olmayan alternatifi olan Wilcoxon T testi modeli kullanılmıştır. Araştırmamıza katılan futbolculara 8 hafta süresince haftada 2 gün takım antrenmanlarının Pozitif İvmelenme performansı üzerinde ön test son test farkına bakıldığında istatistiki olarak anlamlı fark bulunmuştur ($p<0,05$).Pozitif İvmelenme performans ortalama değerleri göz önüne alındığında da ön test (4,29sn) ve son test (4,05sn) arasında olumlu bir etki olduğu tespit edilmiştir. Sonuç olarak, yüksek şiddetli dar alan oyunlarının profesyonel futbolcuların pozitif ivmelenme performansları üzerine pozitif etkisi olduğu tespit edilmiştir.

THE EFFECTS OF HIGHT-INTENSITY SMALL-SIDED GAMES ON PROFESSIONAL FOOTBALL PLAYERS POSITIVE ACCELERATION ACCORDING TO POSITION

With the increasing speed of play in modern football, and the changing physiological and physical requirements in practice, the maximum performance of the players can only be achieved by the stimuli given in the trainings to the actual match values. In this sense, small-sided games have been the most preferred training exercises lately with their suitability for the real match format and their compatibility with the game structure of football. The purpose of this study was to investigate the effects of high-intensity small sided-games (2v2, 3v3) of professional soccer players positive acceleration performances. 20 professional football players participated in this study who are playing in the Turkhis second league. The mean age of the sample group was 178.60 ± 5.18cm, body weights were 72 ± 4.10kg and mean BMI was 22.60 ± 0.99. In the study, performance values were evaluated as pre- and post-test. A 30m sprint test were used to determine the positive acceleration performance values of footballers. In the study, the Wilcoxon t test model, which is the nonparametric alternative of t test (pre – test-final test) was used. There was a statistically significant difference between the two groups in terms of the positive Acceleration performance of team exercise during 8 weeks ($p<0.05$).Given the average values of positive Acceleration performance, it was found that there was a positive effect between the pre-test (4,29 sec) and the final test (4,05 sec). As a result, high-intensity small-sided games have a positive effect on the positive acceleration performances of professional players.

SB301

SOLUNUM KAS ANTRENMANIN NEFESLİ ÇALGICILARDA ÜFLEMEYE VE ŞANCILARDA SES PERFORMANSINA ETKİSİ

[1]Özgür Bostancı, [2]Seyhan Bulut, [1]Coşkun Yılmaz, [1]M.Yalçın Taşmektepligil

[1]Ondokuzmayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, SAMSUN
[2]Ondokuzmayıs Üniversitesi Devlet Konservatuvarı/ Müzik SAMSUN

Email : *bostanci@omu.edu.tr, seyhan.bulut@omu.edu.tr, csknylmz@windowslive.com, myalcint@omu.edu.tr*

Solunum Kas Antrenmanın Nefesli Çalgıcılarda Üflemeye Ve Şancılarda Ses Performansına Etkisi Amaç: Şancılar ve Bakır Üflemeli enstrümanlar da ses oluşumunun başlıca kaynağı doğal olarak nefestir (Sundberg,1987). Dolayısıyla solunum organlarının etkili kullanımı müzisyenler için önemlidir (Antoniadou, 2012). Bu sanatçıların ses üretmek için yaptığı solunum manevraları, solunum kas antrenmanın (SKA) sürekli bir formu olarak düşünülebilir. Eğitimli şarkıcılarda ve bakır üflemeli enstürman kullananlarda artmış solunum kas kuvvetinin hava akışı ve fonasyona etkisi tam olarak bilinmemektedir. Çalışma'nın amacı, SKA'ının bakır üflemecilerde üflemeye ve şancılarda ses performansı üzerinde ölçülebilir etkilerinin incelenmesidir. Yöntem: Çalışmaya şancı(n:20), bakır üfleme sanatçısı(n:10) katılmıştır. Her iki grup kendi aralarında denek ve kontrol grubu olmak üzere 4 gruba ayrılmıştır. Katılımcıların dört haftalık SKA öncesi ve sonrası solunum fonksiyon testleri, solunum kas kuvvetleri, müzikal performansları değerlendirilmiş ve ayrıca Kişisel Bilgi Formu, performans sonrası Borg zorlanma, Kendini Değerlendirme Envanterleri uygulanmıştır. SKA'ı POWERbreathe Classic model ile MİP değerinin %40 ayarlanıp, haftalık olarak 1 kademe(10 cmH2O) artırılmıştır. Grupları ön-son test farklılıkları Paired T testi ile, p<0,05 önem seviyesinde belirlenmiştir. Bulgular: Çalışmaya katılan sanatçıların yaş ortalamaları 34,80±7,21yıl, vücut ağırlığı 78,14±25,66kg, boy uzunlukları 1,73±,11m, VKİ, 25,78±6,68kg/m2, sanat yılları 10,31±4,55yıl olarak bulunmuştur. Grupların solunum fonksiyon ön ve son test sonuçlarında ŞD ve BÜD grubu deneklerde FEV1/FVC dışındaki tüm parametrelerde anlamlı artış gözlenmiş (p<0,05), kontrol grubunda ise anlamlı bir farkın olmadığı belirlenmiştir. BORG skalasında, ŞD(%-38), BÜD(%-30) farklılık bildirilmiştir. Nota sürelerinde, İnce BÜK(%-8) azalırken, ŞD(%79),BÜD(%27), ŞK(%3) artış, Kalında ŞD(%42), BÜD(%61) artış, kontrol gruplarında düşüş görülmüştür. Şancılarda fonasyon sürelerinde, ŞD (p=0.001) anlamlı, ŞK (p=0,39) anlamlı farklılık olmadığı hesaplanmıştır. Sonuç: SKA sanatçıların solunum kas kuvvetlerini artırıp esnekliği sağladığından, akciğerlere daha fazla havanın girmesini sağlamaktadır. Kuvvetlenen solunum kasları ayrıca subglottal basınçlarını yükselttiği ve akciğerdeki FRC kapasitesini devreye sokup daha fazla hava giriş ve çıkışına sebep olduğu için şancılarda müzik performanslarını geliştirmektedir. Anahtar Kelimeler: Şancılarda ses performansı, solunum ve ses, bakır üflemeciler ve performans

THE EFFECT OF THE RESPIRATORY MUSCLE TRAINING BLOWİNG IN THE WIND INSTRUMENT PLAYERS AND SINGER VOICE PERFORMANCE

The Effect of The Respiratory Muscle Training Blowing in The Wind İnstrument Players and Singer Voice Performance Purpose: The main source of the voice formation in the wind instruments and singers is the naturally breathing (Ray, 2017). The effective use of respiratory organs is therefore important for musicians (Antoniadou, 2012). The breathing maneuvers these artists make to produce voice can be thought of as a continuous form of respiratory muscle training (SKA). The effect of increased respiratory muscle strength on airflow and phonation is not fully known in trained singers and those using wind instruments. The aim of the study is to examine the SKA of the measurable effects of wind instrument on blowing and on the sound performance in the singers. Method: Singer (n: 20), wind instrumentalists (n: 10) participated in the study. Participants' respiratory parameters, respiratory muscle strengths and musical performances were assessed and Personal Information Form, Borg Strain Survey, Self-Assessment Inventory (KD) before and after four-week SKA were applied. The SKA POWERbreathe Classic model was built at 40% threshold of the MRP value. It has been increased weekly by 1 step (10 cmH2O). Pre-post test differences of groups, Paired T test, at p <0.05 significance level. Results: The study participating singers the average has been found age of 34,80 ± 7,21 years, body weight 78,14 ± 25,66kg, height length 1,73 ±, 11m, BMİ, 25,78 ± 6,68 kg / m2, art years 10,31 ± 4,55 years. In the pre- and post-test results of the respiratory function groups, there

has been a significant increase in all the parameters except the FEV1 / FVC (p <0,05) in the SD and BUD group subjects. whereas there was no significant difference in the control group. The BORG score was reported to differ between SD (% 38) and BUD (% 30). In the period of the tones, the

SB303

SOLUNUM KAS ANTRENMANIN ŞANCILARDA SES PERFORMANSINA AKUT ETKİSİ

[1]Özgür Bostancı, [1]Coşkun Yılmaz, [1]M.Yalçın Taşmektepligil

[1]Ondokuzmayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, SAMSUN

Email : *bostanci@omu.edu.tr, csknylmz@windowslive.com, myalcint@omu.edu.tr*

Solunum Kas Antrenmanın Şancılarda Ses Performansına Akut Etkisi Amaç: Ses üretiminin merkezi parçası olan solunum sistemi, vokal kıvrımlar fonasyona katılmaya başladığında ortaya çıkan subglottik basıncı (Ps) düzenler (Sundberg,1987; Ray,2017). Yüksek akciğer hacimlerinde Ps en üst seviyededir. SKA, egzersiz yoluyla solunum kaslarının kuvvetini ve işleyişini iyileştirmeyi amaçlayan bir teknik olarak tanımlanır (Cossette ve ark.,2008; Dries ve ark.,2017). Solunum kas kuvvetindeki değişiklikler, solunum desteğinin mekanizmasında ve şarkı tekniğinde değişikliğe yol açabilir. Bu çalışma'nın amacı, Solunum Kas Antrenmanın (SKA) Şancılarda Performansa Akut Etkisinin Araştırılmasıdır. Materyal ve Metot: Çalışmaya Samsun Devlet Opera ve Balesi Müdürlüğünde görevli 20 (n:10kadın, n:10erkek)şancı katılmış, denek ve kontrol grubu olmak üzere iki gruba ayrılmıştır. Katılımcıların 30 nefes alıp vermeden oluşan tek setlik SKA öncesi ve sonrası solunum parametreleri, solunum kas kuvvetleri, müzikal performansları değerlendirilmiş ve Kişisel Bilgi Formu, performans sonraları Borg zorlanma anketi, Kendini Değerlendirme Envanteri(KD) uygulanmıştır. SKA POWERbreathe Classic model ile MİP değerinin %40 eşiğinde yaptırılmıştır. Ses kayıtları kayıt odasında, sabah 09:00-12:00 saatleri arasında ayakta alınmıştır. Bulgular: Çalışmaya katılan sanatçıların ortalamaları şancı denek (ŞD) ve şancı kontrol(ŞK) için sırasıyla; yaş,(ŞD)33,17±2,99, (ŞK);23,43±5,47 yıl, vücut ağırlıkları 83,67±20,90, 66,14±16,69 kg, boyları ise, 1,74±,11cm, 1,73±,15cm, sanat yılları ise 10,00±2,19, 6,71±1,70 yıl, olarak hesaplanmıştır. Sanatçıların antrenman öncesi ve sonrası değerlerinde ŞD grubunda KD ($p<0,01$), borg zorlanma skalası($p<0,04$), fonasyon süresinde($p<0,001$), Süre ince ($p<0,005$)ve Süre kalın($p<0,001$) anlamlı farklılık görülürken, diğer parametrelerde anlamlı farklılık olmadığı, ŞK grubunda ise KD (0,047) skalasında anlamalı farklılıklar görülmüştür. Solunum fonksiyon ve kas kuvvet değerlerinde ise, ŞD grubunda tüm değerlerde(FVC, FEV1 FEV1/FVC, PEFmax, MİP, MEP) anlamlı farklılık görülürken, ŞK grubunda ise görülmemiştir. Sonuç: SKA sanatçıların solunum kas kuvvetlerini artırıp esnekliği sağladığından, akciğerlere daha fazla havanın girmesini sağlamaktadır. Kuvvetlenen solunum kasları ayrıca subglottal basınçlarını yükselttiği ve akciğerdeki FRC kapasitesini devreye sokup daha fazla hava giriş ve çıkışına sebep olduğu için şancılarda müzik performanslarını geliştirmektedir. Anahtar kelimeler: Şancılarda solunum kas antrenmanı,

ACUTE EFFECT OF RESPIRATORY MUSCLE TRAINING ON VOICE PERFORMANCE OF ARTISTS

Acute Effect of Respiratory Muscle Training on Voice Performance of Artists Purpose: The respiratory system, which is the central part of the sound production, subglottic pressure (Ps) edit that emerge when vocal folds begin to participate in phonation (Sundberg, 1987; Ray, 2017). Ps is the highest level in high lung volumes. SKA is defined as a technique aimed at improving the strength and functioning of respiratory muscles through exercise (Cossette et al., 2008, Dries et al., 2017). Changes in respiratory muscle strength may lead to changes in the mechanics of breath support and singing technique. The purpose of this study is to investigate the acute effect of Respiratory Muscle Training on the performance of the singers. Method: The study was attended by 20 (n:1 woman, n:10 man) singers working in Samsun State Opera and Ballet Directorate, and two groups including the test subject and the control group were separated. The participants' have been practiced the only set of 30 breathing. Before and after SKA, respiratory parameters, respiratory muscle strengths and musical performances were assessed and Personal Information Form, Borg Strain Survey, Self-Assessment Inventory (KD) before and after SKA were applied. The SKA POWERbreathe Classic model was built at 40% threshold of the MRP value. Voice recordings were taken in the recording room from 9 am to 12 am in the morning. Results: The averages of the participating artists were as follows: for the test subject (ŞD) and for the control (ŞK) The mean age of the participant respectively was (ŞD) 33,17±2,99, (ŞK) 23,43±5,47 years, the body weights were 83,67±20,90, 66,14 ± 16,69 kg, height, 1,74 ±,11cm, 1,73±,15cm, art years 10,00±2,19 and 6,71±1,70 years were calculated as. Before and after the training of the singers, Significant differences were found in ŞD group ($p <0,01$), borg strain rating ($p <0,04$), duration of phonation

SB309

FARKLI SPOR BRANŞLARINDAKİ SPORCULARIN FİZİKSEL VE KUVVET PARAMETRELERİNİN İKİLİ KARŞILAŞTIRMASI

[1]Savaş Ayhan, [1]Muhsin Duran, [1]Ercan Tizar, [2]Gönül Rezzan Tizar, [3]Veysi Akpolat

[1]Dicle Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu, Diyarbakır
[2]Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Elazığ
[3]Dicle Üniversitesi Tıp Fakültesi, Diyarbakır

Email : *savasayhan2011@gmail.com, muhsinduran80@gmail.com, ercantizar@gmail.com, ercantizar@gmail.com, drvakpolat@gmail.com*

Bu çalışmanın amacı; farklı spor branşlarındaki fiziksel ve kuvvet parametrelerinin karşılaştırmasıdır. Çalışmaya 2015-2016 sezonunda Diyarbakır ilin, Kayapınar belediyesi bünyesinde üçüncü ligde eden aktif olarak mücadele basketbol, hentbol ve voleybol takımlarındaki toplam (N=45) sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Takım değerlendirmeleri basketbol – voleybol, basketbol – hentbol ve voleybol – hentbol ikili karşılaştırmalar şeklinde yapıldı. Sporcuların demografik özellikleri olarak; sporcu özgeçmişi, yaş, boy, kilo, gibi parametreler değerlendirmeye alınırken, fiziksel özellikler olarak; omuz genişliği, göğüs çevresi, kol çevresi, ön kol çevresi, bel çevresi, triceps, abdomen, suprailiac, kulaç uzunluğu, gibi parametreler teste tabi tutuldu. Sporcuların kondüsyonel parametrelerinde de sağ pençe kuvveti, sol pençe kuvveti, dikey sıçrama, durarak uzun atlama, bacak kuvveti, sırt kuvveti gibi özellikler değerlendirmeye alındı. Basketbol – hentbol ikili karşılaştırmalarda boy, kilo bakımından anlamlı sonuç bulundu ($p \leq 0.05$) Anahtar Kelimeler: Basketbol, Hentbol, Voleybol, Kuvvet, Vücut kompozisyonu

BILATERAL COMPARISON OF PHYSICAL AND FORCES PARAMETERS OF SPORTS IN DIFFERENT SPORTS BRANDS

The purpose of this study is; is to compare physical and force parameters in different sports branches. A total of (N = 45) athletes from basketball, handball and volleyball teams voluntarily participated in the third league in Diyarbakır province and Kayapınar municipality in 2015-2016 season. Team evaluations were made in the form of basketball - volleyball, basketball - handball and volleyball - handball in binary comparisons. As the demographic characteristics of the athletes; While the parameters such as the athlete's resume, age, height, weight are taken into consideration, as physical characteristics; parameters such as shoulder width, chest circumference, arm circumference, forearm circumference, waist circumference, triceps, abdomen, suprailiac, fascia length were tested. The parameters such as right paw force, left paw force, vertical jump, standing jump, leg strength, back strength were also evaluated in the conditional parameters of the athletes. There were significant results in terms of height and weight in basketball - handball binary comparisons ($p \leq 0.05$)

Keywords: Basketball, Handball, Volleyball, Force, Body composition

SB315

BAĞIL YAŞ ETKİSİ: ADÖLESAN BASKETBOLCU DAHA ERKEN DOĞARSA PERFORMANSI DAHA İYİ OLUR MU?

***[1]Ramazan Taşçıoğlu*, [2]Ozan Atalag, [1]Yılmaz Yüksel, [1]Serdar Kocaekşi**

[1]Anadolu Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ESKİŞEHİR
[2]University Of Hawaii-Hilo Kinesiology And Exercise Sciences, HAWAII

***Email :** ramazantascioglu@windowslive.com, ozan@hawaii.edu, yilmazyuksel@anadolu.edu.tr, skocaeksi@anadolu.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Doğum tarihi, yaş kategorileri için oyuncu seçiminde temel bir faktördür. Spor alanyazınında, bağıl yaş etkisi (BAE) yılın ilk aylarında doğan oyuncuların son aylarında doğanlara göre oyuncu seçimi sürecinde daha avantajlı olduğunu anlatmak için kullanılır. Bu araştırmanın amacı, adölesan erkek basketbolcularda bağıl yaş etkisini değerlendirmek ve performans parametresi olarak verimlilik oranları ve oynadıkları süreler açısından doğum çeyreklerini analiz etmektir. Yöntem: Araştırma 506 (Xage:15.87±.39) adölesan erkek basketbolcu üzerinde yapılmıştır. Tüm veriler Türkiye Basketbol Federasyonu (TBF) resmi web sitesinden elde edilmiştir. Oyuncular doğdukları aya göre yılın dört çeyreği temel alınarak gruplandırılmıştır. Verimlilik ölçütü olarak Hollinger tarafından geliştirilen verimlilik oranı formülü kullanılmıştır. Oyuncuların verimlilik oranları iki kovaryetli (oynama süresi ve oyuncu yaşı) tek faktörlü kovaryans analizi, oyuncuların oynama süreleri tek yönlü varyans analizi ve doğum çeyrekleri ise ki-kare testi ile karşılaştırılmıştır. Bulgular: Ki-kare testi sonucuna göre yılın ilk çeyreğinde diğer çeyreklere göre daha fazla oyuncu olduğu bulunmuştur. ($p<.05$). Performans parametreleri ile doğum çeyrekleri arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p>.05$). Sonuç: Yılın ilk aylarında doğmuş olan oyuncuların milli takımlar için seçilme olasılıkları daha yüksek olsa da, performans parametreleri daha sonra doğanlar ile karşılaştırıldığında anlamlı bir fark göstermemiştir.

Anahtar kelimeler: Yetenek seçimi, verimlilik oranı, spor performansı, erkek oyuncu, basketbol.

THE RELATIVE AGE EFFECT: WILL THE PERFORMANCE BE BETTER IF THE ADOLESCENT BASKETBALL PLAYER IS BORN EARLIER?

Introduction and Aim: Birth date is a fundamental factor within player selection for age categories. In sport science literature, relative age effect (RAE) refers to the concept that players born earlier in the year have an advantage on player selection process over those born later. The purpose of this study was to assess the RAE on adolescent male basketball players and to analyze whether there was a difference between birth quarters (BQ) according to their minutes played and efficiency ratings as performance parameters. Methods: Research was conducted on 506 (Xage:15.87±.39) adolescent male basketball players from 40 teams. All data was obtained from the publicly announced statistical page of the official website of the Turkish Basketball Federation (TBF). All players were divided into 4 BQs. Player efficiency rating (PER) formula which was developed by John Hollinger was used as an efficiency rating measure. The efficiency ratings of players were compared using one way analysis of covariance (ANCOVA) with two covariances (minutes played and age of players). In addition, BQs were assessed with chi-square test and minutes played of players were compared using one way analysis of variances. Results: Overall, chi-square test showed that more players were born in first BQ than in all other BQs ($p<.05$). No significant difference between BQs and performance measures was found ($p>.05$). Conclusion: While the players born in the first months of the year were more likely to be selected for the national teams, performance parameters did not show any significant difference when compared to the players who were born later in the year.

Keywords: Talent selection, efficiency rating, sport performance, male player, basketball.

SB322

KRONOTİP VE DÜZENLİ EGZERSİZ YAPMANIN UYKU KALİTESİ ÜZERİNE ETKİSİ

[2]İsmail Can Açıkel, [1]K. Alparslan Erman, [1]Neşe Toktaş

[1]Akdeniz Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antalya
[2]Antalya

Email : *isocanbesyo@gmail.com, ermana@akdeniz.edu.tr, nesetoktas@akdeniz.edu.tr*

Çalışmanın amacı, düzenli egzersiz yapan ve yapmayan bireylerin kronotip puanı ve uyku kalitesi arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Ayrıca; egzersiz yapan ve yapmayan bireyler ile sabahçıl ve akşamcıl olan bireylerin uyku kalitesi puanları arasındaki farkı incelemektir. Çalışmaya 300 birey gönüllü olarak katılmıştır (Kadın; n=141, yaş=25,16±6,42 yıl, boy=166,06±6,02 cm, ağırlık=59,32±10,04 kg. Erkek; n=159, yaş= 25,26±6,01 yıl, boy=178,93±6,93 cm, ağırlık=78,61±11,40 kg,). Katılımcılar, fiziksel aktivite yapanlar (Haftada en az 3 gün, günde en az 30 dk. n=150) ve yapmayanlar (n=150) olarak iki gruba ayrılmışlardır. Katılımcılara kişisel bilgi formu, sabahçıl-akşamcıl anketi ve Pitsburg uyku kalitesi ölçekleri uygulanmıştır. Kronotip değerlendirmesinde, düşük puan (16-41) akşamcıl, yüksek puan (59-86) ise sabahçıl tipi temsil etmektedir (ara tip 42-58 puan) . Uyku kalitesi puanında ise yüksek puanlar uyku kalitesinin kötü olduğu, düşük puanlar ise uyku kalitesinin iyi olduğu anlamına gelmektedir. Elde edilen sonuçlara göre, tüm katılımcıların kronotip puanı ile uyku kalite ölçeği puanları arasında negatif yönlü anlamlı ilişki olduğu görülmektedir (r=-0.17,P=0.00). Kadınlarda (r=-0.17,P=0.03) ve erkeklerde de (r=-0.17,P=0.04) kronotip puanı ile uyku kalite puanı arasında da negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Egzersiz yapan (8.55±1.77 puan) ve yapmayan (9.41±2.20 puan) bireylerin uyku kalite puanları karşılaştırıldığında, egzersiz yapanlar lehine anlamlı fark olduğu belirlenmiştir (t=-3.70,p=0.00). Kadın (Egzersiz yapanlar; 8.37±1.80 puan, n=86, Egzersiz yapmayanlar; 9.30±2.09 puan, n=73,t=-3.01,P=0.00) ve erkek (Egzersiz yapanlar; 8.80±1.73 puan,n=64, Egzersiz yapmayanlar; 9.51±2.30 puan, n=77,t=-2.03,P=0.04) katılımcılar ayrı ayrı değerlendirildiğinde ise egzersiz yapan ve yapmayanların uyku kalite puanları arasında (egzersiz yapanların lehine) anlamlı fark olduğu belirlenmiştir. Sabahçıl (8.00±1.77 puan,n=42) ve akşamcıl (9.15±2.09 puan,n=68) bireylerin uyku kalite puanları arasında ise sabahçıl bireylerin lehine anlamlı fark olduğu görülmektedir (t=-2.96,p=0.00). Çalışmadan elde edilen sonuçlara göre, egzersiz yapan katılımcıların uyku kalitelerinin yapmayanlardan daha iyi olduğu söylenebilir. Bunun yanında, sabahçıl bireylerin uyku kalitelerinin akşamcıl bireylerden daha yüksek olduğu bildirilebilir. Sonuç olarak, egzersiz yapmak ve kendini sabah saatlerinde zinde hisseden bireylerin uyku kalitelerinin daha yüksek olabileceği söylenebilir.

EFFECT OF CHRONOTYPE AND REGULAR EXERCISE ON SLEEP QUALITY

The aim of the study was to examine the relationship between the chronotype score and sleep quality of individuals who regularly exercise and do not exercise. Examine of the difference between sleep quality scores or morningness and eveningness of individuals who regularly doing exercise and do not exercise. 300 subjects voluntarily participated in the study. Participants were divided into two groups who doing regular exercise (at least 3 days per week, at least 30 minutes per day n=150) and do not exercise (n=150). Participants, personal information form, morningness- eveningness questionnaire and Pitsburg sleep quality scales were applied. In the chronotype evaluation, low score (16-41) represents the eveningness and high score (59-86) represents the morningness (intermediate type 42-58 points). In the sleep quality score, high scores mean that sleep quality is poor and low scores mean sleep quality is good. According to the results, it is seen that all participants had a negative correlation between the chronotype and the sleep quality scale scores (r=-0.17,P=0.00). The sleep quality scores of the subjects in the morningness (8.00±1.77 points, n=42) and eveningness (9.15±2.09 points, n=68) were found to be significantly different in favor of morningness individuals (t=-2.96, p=0.00).

According to the results, it can be said that the sleep qualities of the participants who doing exercise are better than who do not exercise. However, it can be said that the sleeping qualities of morningness individuals are higher than the eveningness individuals. As a result, it can be said that sleeping qualities of individuals may be higher when they doing exercise and feel themselves in the morning.

SB323

TENİSE YENİ BAŞLAYALAR İÇİN BİR HEDEFLEME TEST (T3) ÖNERİSİ

[2]Ayşe Nur Darvas, [1]K. Alparslan Erman, [1]Asuman Şaahan

[1]Akdeniz Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antalya
[2]Antalya

Email : *aysenurbesyo@gmail.com, ermana@akdeniz.edu.tr, asusahan@akdeniz.edu.tr*

Çalışmanın amacı, Teniste Hedefleme (TH) performansı %50'nin altında (G1) ve üstünde (G2) olan ve tenise yeni başlamış bireyler için uygun bir yer vuruş (elönü-elarkası) test önermektir. Çalışma sonucunda uygulanan testin G2 için daha uygun olacağı hipotezi sınanmıştır. Çalışmaya, 19-26 yaş arası Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri (n=118) gönüllü olarak katılmışlardır. Katılımcılar daha önce tenis eğitimi almadıklarını beyan etmişlerdir. Uygulanan test için tenis kortunun arka bölümü dip çizgiye paralel olarak iki eşit parçaya ayrılmıştır. Sırası ile dip çizgiye yakın düşen toplara 3, servis çizgisinin arkasına düşen toplara 2 ve servis kutusuna düşen toplara ise 1 puan verilmiştir. Katılımcılara bir elönü bir elarkası olmak üzere 11 top atılmıştır. 20-30 dk. sonra ise test tekrar edilmiştir. Çalışmada, TH testi 20-30 dk. ara ile iki (Ö1 ve Ö2) kez uygulanmıştır. Elde edilen iki performanstan, maksimum ve ortalama değerler elde dilerek katılımcılar G1 ve G2 gruplarına ayrılmışlardır. Tüm grubun, TH performansı; Ö1'de 56.71±15.06%, Ö2'de ise 58.26±17.23% olarak belirlenmiştir. İki ölçümün maksimum değerinin 62.94±15.27% ve ortalama değerinin ise 57.48±14.70% olduğu saptanmıştır. Katılımcılar maksimum elde ettikleri değerlere göre gruplara ayrıldıklarında ise Ö1'de G1'in 38.28±7.85%, G2'nin ise 61.91±12.27%, elde ettiği belirlenmiştir (t=9.28,P=0.00). Ö2'de ise G1'in 36.65±8.47%, G2'nin ise 64.36±13.82% elde ettiği belirlenmiştir (t=9.70,P=0.00). Ardışık olarak yapılan iki ölçümün sonuçları birbirleri ile ilişkilendirildiğinde ve maksimum değerler dikkate alındığında; tüm grup için yüksek düzeyli anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır (r=0.66,p=0.00). G1 için zayıf düzeyli önemsiz (r=0.26,p=0.20,n=26) ilişki olduğu, G2 için ise orta düzeyli (r=0.40,p=0.00,n=92) anlamlı ilişki olduğu belirlenmiştir. Ortalama değerler dikkate alındığında ise; G1 için çok zayıf düzeyli önemsiz (r=0.17,p=0.32,n=37) ilişki olduğu, G2 için ise zayıf düzeyli (r=0.33,p=0.00,n=81) anlamlı ilişki olduğu belirlenmiştir. Sonuç olarak, tenise yeni başlamış bireylerin TH performanslarını değerlendirmek için önerilen T2 testinin, performansı %50'nin üzerinde olan bireyler için daha uygun olduğu söylenebilir. Ayrıca, değerlendirme için iki ölçüm yapılması ve yapılan ölçümlerden en iyinin değerlendirilmesinin daha uygun olabileceği düşünülmektedir.

A TENNIS TARGETING TEST (T3) PROPOSAL FOR BEGINNERS

The aim of the study was to develop an appropriate test for beginners to evaluate Tennis Targeting (TT) performance below 50% (G1) and above (G2). The hypothesis that the test applied in the study is more appropriate for G2 has been tested. Individuals aged 19-26 years (n=118) voluntarily participated in the study. Participants declared that they did not have any previous training on tennis. For the test, the back court is divided into two equal parts parallel to the baseline. Respectively; 3 points in front of the bottom line, 2 points behind the service line and 1 points in the service box were evaluated for the test. Participants were thrown 11 balls, respectively one forehand and one backhand. The test was repeated 20-30 minutes after the first test. In the study, the TT test was performed twice (M1 and M2) with 20-30 minute intervals. Participants were divided into groups G1 and G2 by achieving maximum and average values for the two performance. When the results of two consecutive measurements are related to each other and the maximum values are taken into account; it was found that there was a high level of significant relationship for the whole group (r=0.66,P=0.00). It was determined that there was a low level no significant relationship (r=0.26,P=0.20,n = 26) for G1 and it was determined that there was a significant intermediate relationship (r=0.40,P=0.00,n=92) for G2. When the average values are taken into account; there was found low level no significant relation (r=0.33,P=0.00,n=81) for G1 and there was found low level but significant relation (r=0.17,P=0.32,n=37) for G2. In conclusion, it can be said that the T3 test, which is recommended for evaluating the TT performance of beginners, is more appropriate for individuals with a test performance over 50%.

SB328

SİRKADİYEN RİTMİN DERİNLİK SIÇRAMASI ÜZERİNE ETKİSİ

[1]Evrim Ünver, [2]Volkan Durmuş , [1]Şükrü Alpan Cinemre

[1]Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Egzersiz Ve Spor Bilimleri Bölümü Spor Ve Antrenörlük ABD, Ankara
[2]Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Egzersiz Ve Spor Bilimleri Bölümü, Ankara

Email : *evrimunver@hotmail.com, , sacinemre @gmail.com*

Giriş Sınırlı sayıda çalışmalar sirkadiyen ritim (SR) etkisinin dikey sıçrama performansı üzerine etkisini incelemiştir. Yapılan çalışmalar gerilme kısalma döngüsünün (GKD) önemli bir test aracı da olan aktif sıçramanın SR'den etkilendiğini ortaya koymuştur. Bir süredir derinlik sıçraması (DS) ve ilgili parametreleri. Optimal Düşüş yüksekliği (ODY), reaktif kuvvet indeksi (RKİ), Yerde Kalış Süresi (YKS), GKD'nin önemli göstergeleri olarak kabul edilmektedir. Buna göre farklı spor branşlarında, RKİ ile belirlenen ODY'den yapılan DS'lerin GKD verimliliğini arttırdığı görülmüştür. Bu çalışmanın amacı SR'nin DS ve ilgili parametreleri üzerine etkisinin incelenmesidir. Yöntem Çalışmaya yaşları 19-28 yıl arası olan 33 sağlıklı bireyler katılmıştır (erkek n=16; kadın n=17). Katılımcılar, iki test zamanına (10:00 öncesi ve 15:00 sonrası) rastgele çağrılmışlardır. Ölçümler öncesinde katılımcılar 20 dk süre ile oturur pozisyonda dinlendirilmişlerdir. Bu sürenin sonunda dinlenik KAH (atım/dk) ve vücut sıcaklığı (C°) değerleri ölçülmüştür. Bunların yanı sıra Vücut ağırlığı (KG) ve boy uzunlukları değerleri ölçülmüştür. DS'ler ODY (cm) belirleninceye kadar gerçekleştirilmiştir. Belirlenen ODY'den elde edilen RKİ (mm/ms) ve YKS (ms) değerleri değerlendirmeye alınmıştır. Elde edilen parametrelerin analizi parametrik varsayımların yerine geldiği parametrelerde eşleştirilmiş t testi, parametrik varsayımların yerine gelmediği parametrelerde ise Wilcoxon testi uygulanmıştır. Değişkenlerin Cohen d etki büyüklükleri hesaplanmıştır. Güven aralığı %95 kabul edilmiştir. Bulgular Çalışma sonunda sadece erkeklerde sıçrama yükseklikleri ve RKİ değerlerinin akşam ölçümlerinde sabah ölçümlerine göre anlamlı olarak daha fazla olduğu görülmüştür (Sırasıyla p=0.005, EB=0.80; p=0.006, EB= 0.76). Sonuç Bu çalışmanın sonucu olarak erkeklerde DS'nin aynı zamanda plyometrik antrenman ve GKD'nin düzeyini gösteren parametrelerinin (Sıçrama yüksekliği ve RKİ) SR'den etkilendiği görülmüştür.

THE EFFECT OF CIRCADIAN RHYTHM ON DROP JUMP

Introduction Limited studies were investigated the circadian rhythm effect on vertical jump performances. Studies investigated only the effect of CR on CMJ which is one of the important test uses the stretch-shortening cycle (SSC). For a while drop jump (DJ) and related parameters such as optimal drop height (ODH), reactive strength index (RSI) and ground contact time (GCT) are getting important indicators of SSC. Especially RSI is useful to determine ODH. It is stated that training from ODH increases the efficiency of SSC which effects athletic performance in various sports. Therefore, The purpose of this study was to investigate the effect of CR on DJ and related parameters. Methods A total of 33 healthy subjects (men n= 16; women n=17) aged between 19-28 were included in this study. Subjects were randomly invited for two testing sessions during different time (before 10:00 and after 15:00) period in a day. Therefore they were rested for 20 minutes in the sitting position during each session. The resting heart rates and body temperatures were recorded at the end of the resting period. Also, body mass (kg) and heights (cm) were measured. ODH (cm), RSI (mm/ms) and GCT (ms) were determined by the end of DJ test. Paired t- test and Wilcoxon test was used in both male and female groups to determine the differences between two test periods in parametric and non-parametric variations. Cohen's d effect sizes were also calculated for all pairs. And confidence interval was accepted as %95. Results Jump heights and RSI parameters were significantly high in the male group during the afternoon (p=0.005, ES=0.80; p=0.006, ES= 0.76 respectively). Conclusion DJ parameters (JH and RSI) which are also indicators of plyometrics training level and stretch-shortening cycle are affected by CR only in males.

SB329

FUTBOLDA DEVRE ARASI KÖPÜK SİLİNDİR (FOAM ROLLER) UYGULAMANIN 2. YARI PERFORMANSINA OLAN ETKİSİ

***[1]Selçuk Kaya*, [1]Mutlu Cuğ**

[1]Sivas Cumhuriyet Üniversitesi,Sivas

Email : *slckkaya0@gmail.com, mutlucug@gmail.com*

Futbolun devre arasındaki pasif yapısı, ikinci yarıda performansın azalmasıyla sonuçlanabilir. Ayrıca foam roller (FR) hareket aralığı, nöromüsküler etkinlik ve arteriyel fonksyonları arttırabildiğinden devre arası sırasında FR'ın dahil edilmesi performans düşüşlerini azaltabilir. Bu çalışmanın amacı, devre arası boyunca pasif toparlanmaya karşı uygulanan FR egzersizlerinin ikinci yarıdaki pas ve sprint performansının yanı sıra toparlanma kalitesine olan etkisini karşılaştırmaktır. Çalışmaya, amatör bir futbol kulübünde oynayan, toplamda 13 erkek futbol oyuncusu gönüllü olarak dahil edilmiştir. On üç erkek futbolcu bir futbol müsabakasını simule etmek amacıyla 30 saniyelik dinlenme aralıkları ile 15x20 metrelik sprintleri iki kez uyguladı. Devre arasındaki 10 dakikalık sürede oyuncular ya pasif toparlanma ya da her iki bacak için her biri 45 saniye uygulama 15 saniye dinlenme periyodundan oluşan 5 FR egzersizi (quadriceps, hamstring, gluteals, adductors and gastrocnemius) yaptı. Devre arasından önce ve sonra olacak şekilde gerçekleşen testler, futbol müsabakasını simule eden tekrarlı sprint, Total Quality of Recovery skalası (TQR), Loughborough Pas Test (LSPT) ve kan laktat (LAC) ölçümlerini içermektedir. Her test ve sprint sonunda kalp atımları kaydedildi. LSPT, TQR, kan laktatı ve sprint performansları bağımlı, zaman (birinci ve ikinci yarı) ve toparlanma yöntemleri (pasif yada FR) ise bağımsız değişkenler olarak ele alındı. Çalışmada çift yönlü tekrarlı anova kullanılmıştır.Hem egzersiz hem de kontrol grubu için ölçüm öncesi ve sonrası arasındaki bağımsız değişiklikleri incelemek için eşleştirilmiş örneklem t-testi uygulandı. Sonuçlar, sprint hızı ölçümlerinin pasif toparlanma uygulamasında anlamlı bir şekilde azaldığını gösterdi (6.46 metre/saniyeden 6.29 metre/saniyeye,p=.00), ancak FR uygulamasında birinci yarıdan ikinci yarıya belirgin bir değişim gözlenmedi (6.39metre/saniyeden 6.35metre/saniyeye, p=.18). LSPT (p> .05), TQR (p>.05), Kalp hızı (p>.05) arasında anlamlı bir grup farkı yoktu. Kan laktat düzeyleri pasif grupta anlamlı derecede azalırken (9.1'den 7.23mmol / lt'ye,p =.04'e), futbola özgü performansı etkilemedi. Sonuç olarak sprint hızındaki düşüşleri azaltmak için devre arası kullanılan FR egzersizlerinin faydalı olabileceğine dair bazı kanıtlar vardır.

THE EFFECT OF FOAM ROLLING DURING THE HALF-TIME PERIOD ON SECOND HALF SIMULATED SOCCER-SPECIFIC PERFORMANCE

The passive nature of the half time period with soccer can result in second half performance decrements. As foam rolling(FR) can increase range of motion, neuromuscular efficiency and enhance arterial function, the inclusion of FR during half time may attenuate performance decrements. The objective of this study was to compare FR versus passive recovery during the half time period on second half soccer pass, sprint performance as well as quality of recovery. Thirteen male soccer players simulated a soccer match by performing two bouts of 15X20 meter sprints with 30-s rest intervals. The bouts were separated by 10min with either a passive recovery or they performed five FR exercises on both legs for 45-s each with 15-s rest. Tests were conducted before and following the half time period and consisted of Total Quality of Recovery(TQR),Loughborough Soccer Pass Test(LSPT),blood lactate(LAC) and sprint velocity of the simulated soccer match. Heart rates(HR) were recorded at the end of each test session and each sprint. Dependent variables were LSPT,TQR, blood lactate, and sprint performances. Independent variables were time (first and second half) and intervention (passive and FR). Two way repeated measure anova within subject factor.Paired sample t-tests were performed to examine independent changes for both the exercise and the control group from pre to post measurements. Results showed that sprint speed measures significantly decreased with the passive condition (from 6.46m/s to 6.29m/s,p=.00),however no significant change was observed in the FR intervention (from 6.39 m/s to 6.35 m/s,p=.18) from first to second half. There were no significant group differences on LSPT(p>.05),TQR(p>.05),Heart rate(p>.05) (beginning to second half). While blood lactate levels significantly decreased with the passive group(from 9.1 to 7.23mmol/lt,p=.04),it did not affect soccer specific performance. In conclusion, there is some evidence that FR may be beneficial at half time to attenuate sprint speed impairments.

SB338

GENÇ YÜZÜCÜLERDE ALT VE ÜST EKSTREMİTEYE YÖNELİK KISA SÜRELİ YORGUNLUĞUN POSTURAL SALINIMA ETKİSİ

[2]Gökhan Deliceoğlu, [1]Elif Numanoğlu, [3]Tuğba Kocahan, [3]Erkan Tortu

[1]Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü, Ankara
[2]Kırıkkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Kırıkkale
[3]Spor Genel Müdürlüğü, Sağlık İşleri Dairesi Başkanlığı

Email : *deliceoglugokhan@kku.edu.tr, elif.numanoglu@metu.edu.tr, tugba.kocahan@sgm.gov.tr, tortuerkan@hotmail.com*

Amaç: Araştırmanın amacını genç yüzücülerde alt ve üst ekstremiteye yönelik kısa süreli yorgunluğun postural salınıma etkisinin incelenmesi oluşturmaktadır.

Yöntem: Araştırmaya Türkiye Olimpiyat Hazırlık Merkezi (TOHM) yüzme branşındaki 58 erkek yüzücü (Xyaş=14,56±1,90yıl; Xva=61,28±7,49kg; Xbu=170,78±5,24 cm) ve 39 kadın yüzücü (Xyaş=14,72±2,20yıl; Xva=58,05±9,18kg; Xbu=168,03±9,03cm) katıldı. Postural salınım parametrelerini ölçmek için Kistler© marka forve plate kullanıldı. Alt (Xzirvegüç=10,63±1,75 W/kg) ve üst (Xzirvegüç=7,43±1,98 W/kg) ekstremiteye yönelik yorgunluk oluşturmak amacıyla Wingate© bisiklet ergometresi kullanıldı. Yüzücüler öncelikli olarak sırasıyla 10 sn çift, sol ve sağ ayak üzerinde milimetrik birimde olacak şekilde postural salınımların test edilmesi ardından Wingate ısınma protokolü ardından 30 sn alt ekstremiteye ait Wingate Bisiklet Ergometresinde kısa süreli yorgunluk verildi. Hemen ardından test öncesi yapılan sırayla postural salınımları tekrar test edildi. Bu işlem üst ekstremite içinde ertesi gün tekrar edildi.Yüzücülerin alt ve üst ekstremite yorgunluk öncesi ve sonrası postural salınımları arasındaki farklılık için tekrarlı ölçümler için ANOVA yapıldı. İstatistiksel anlamlılık değeri $p<0.05$ olarak kabul edildi. Tüm istatistiksel analizler SPSS 17,0 paket programı kullanılarak yapıldı.

Bulgular: Genç yüzücülere uygulanan üst ekstremiteye yönelik yorgunluk öncesi ve sonrasındaki postural salınım değerleri cinsiyetlere göre incelendiğinde çift, sol ve sağ ayak üzerindeki toplam ve sağa sola salınımda farklıklar görülmemektedir ($p>0,05$). Aynı grubun alt ekstremiteye yönelik yorgunluğa özgü salınımlarında ise çift ayak toplam postural salınımda farklılık görülürken, çift ayak öne geri, sağa sola, sol ve sağ ayak toplam ve sağ-sola salınımlarda ise farklılık görülmemektedir ($p>0,05$). Ancak alt ve üst ekstremiteye yönelik yorgunluğa özgü sol ve sağ ayak üzerindeki öne-geri salınımlarda ise farklılık görülmektedir ($p<0,05$). Bütün yönlerdeki postural salınımlarda kadınların daha düşük değerlere sahip olduğu gözlenmiştir.

Sonuç: Yüzücülerin karadaki postural salınımlarının kas kuvvet dağılımları ile ilgili bir gösterge olarak kabul edilmesi bağlamında cinsiyetler bakımından alt ve üst ekstremiteye yönelik yorgunluğun benzer etki oluşturduğu belirlenmiştir. Sonuç olarak alt ve üst ekstremiteye yönelik yorgunluk kadın ve erkek yüzücülerdeki postural salınımı aynı oranda arttırdığı söylenebilir.

EFFECT OF SHORT-TERM FATIGUE ON LOWER AND UPPER LIMBS TO POSTURAL OSCILLATION IN YOUNG SWIMMERS

Purpose: The purpose of the study is to investigate the effects of short-term fatigue of lower and upper limbs to postural release in young swimmers.

Methods: 58 male and 39 female swimmers from Turkish Olympic Preparation Center participated. Kistler Forve Plate was used to measure postural oscillation parameters. Wingate Bicycle Ergometer was used to create fatigue to the lower and upper extremities.After testing the postural oscillations of both feet and left and right foot in millimetric units for 10 seconds which was

followed by Wingate Bicycle Ergometer warm up protocol, 30 seconds of short term fatigue was created. Immediately thereafter, postural oscillations were retested in the same order of pre-test. ANOVA was performed to measure the differences between male and female swimmers' postural oscillations. Statistical significance was accepted as $p < 0.05$. All statistical analyzes were performed using SPSS 17.0.

Findings: When the values of postural oscillations before and after fatigue applied to the upper extremities are examined, there was no significant difference in total and right to left oscillations on the pairs, left and right feet in all swimmers. ($p > 0,05$). In the fatigue-specific oscillations of lower extremities of the same group, while there was a difference detected in the total postural oscillations of the two feet, there was no difference between the two pairs in front of the foot, right and left, left and right feet in total and right-left oscillations ($p > 0,05$). However, there is a difference between frontal and backward oscillations on the left and right feet of the upper and lower extremities ($p < 0,05$). It has been observed that females have lower values in postural releases in all directions.

Result: This research shows that fatigue for the upper and lower extremities increases the postural oscillations in both male and female swimming groups.

SB339

ATLETLERİN BRANŞLARI İLE SÜRAT, DİKEY SIÇRAMA, ANAEROBİK GÜÇ, VÜCUT KOMPOZİSYONU VE REAKSİYON ZAMANLARININ İLİŞKİLENDİRİLMESİ

***[1]Erkan Tortu*, [2]Gökhan Deliceoğlu, [3]Tuğba Kocahan, [3]Erkan Tortu, [1]Adnan Hasanoğlu**

[1]Spor Genel Müdürlüğü, Sağlık İşleri Dairesi Başkanlığı, Ankara
[2]Kırıkkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi,Kırıkkale
[3]Spor Genel Müdürlüğü, Sağlık İşleri Dairesi Başkanlığı,Ankara

***Email :** tortuerkan@hotmail.com, deliceoglugokhan@kku.edu.tr, tugba.kocahan@sgm.gov.tr, tortuerkan@hotmail.com, adnan.hasanoglu@sgm.gov.tr*

Giriş ve Amaç: Araştırmanın amacını farklı branşlarda ki atletlerin sürat, dikey sıçrama, anaerobik güç, vücut kompozisyonu ve reaksiyon zamanlarının ilişkilendirilmesi oluşturmaktır. Yöntem: Araştırma grubu; atlamalar branşında 13 (Xyaş=18,25± 1,82 yıl; Xva=68,09± 6,48 kg) orta mesafe branşında 13 (Xyaş=18,97± 2,09 yıl; Xva=60,09± 7,80 kg), sprint branşında 12 (Xyaş=17,69± 1,76 yıl; Xva=64,24± 9,20 kg) ve atmalar branşında 13 (Xyaş=17,81± 1,57 yıl; Xva=81,93± 16,67 kg) sporcularda oluşmaktadır. Araştırma grubunun vücut kompozisyonları Tanita MC 780, boy uzunlukları, Holtain Portatif Stadiometre ile dikey sıçrama ölçümleri Kistler Force Plate Sistemi, sürat analizi Opto jump, işitsel reaksiyon ölçümü Witty fotosel ve anaerobik güç için ise Monark 894 E cihazları ile kullanılmıştır. Atletlerin sürat, dikey sıçrama, anaerobik güç, vücut kompozisyonu ve reaksiyon zamanlarının karşılaştırılmasına ilişkin ANOVA testi yapılmıştır. Gruplar arası farklılığı bulmak için ise Bonferroni testi uygulanmıştır. İstatistiksel anlamlılık değeri $p<0.05$ olarak kabul edildi. Tüm istatistiksel analizler SPSS 17,0 paket programı kullanılarak yapıldı. Bulgular: Analiz sonuçları göre; atmalar, atlamalar, sprint ve orta mesafe branşlarındaki atletlerin sürat analizinde Sol ve sağ ayak yerde ve havada kalış süresinde havada kalış sürelerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmektedir ($p<0,05$). Koşu sırasındaki sol ve sağ ayak adım uzunluğu ile sürat analizinde 5,10, 20 ve 30 m geçiş sürelerinde parametresinde gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı fark görülmektedir ($p<0,05$). Anaerobik güç ile squat ve aktif sıçrama parametrelerinde branşlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmektedir ($p<0,05$). Ancak atletizm branşındaki sporculara uygulanan işitsel reaksiyon yetisinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmemektedir. Sonuç: Çalışmanın bulguları doğrultusunda; işitsel reaksiyon dışındaki parametrelerde atletlerin branşa özgü karakteristik özelliklerini yansıttığı görülmektedir. Ancak bazı branşlardaki baskın özelliğin dışındaki parametrelerin de geliştirilmesi gerektiği sonucuna varılmaktadır.

ASSOCIATING SPEED, VERTICAL JUMP, ANAEROBIC POWER, BODY COMPOSITION AND REACTION TIMES WITH THE BRANCHES OF ATHLETES

Introduction and purpose: The aim of the research is to establish the relationship between speed, vertical jump, anaerobic power, body composition and reaction times of athletes in different branches. Method: The study group consisted of 13 (Xage=18.25± 1.82 years; Xbw=68.09± 6.48 kg) in the jump branch and 13 (Xage=18,97± 2,09 years; Xbw=60,09± 7,80 kg) in the sprint branch and 12 (Xage=17,69± 1,76 years; Xbw=64,24± 9,20 kg) in the throwing branch 13 (Xage=17,81± 1,57 years; Xbw=81,93± 16,67 kg) in the consists of athletes. The body compositions of the research group were used with TANITA mc 780, length lengths, Holtain portable Stadium and vertical bounce measurements with Kist force Plate system, speed analysis OPTO jump, auditory response witty photocell and Monark 894 E devices for anaerobic power. ANOVA test was performed to compare the speed, vertical jump, anaerobic power, body composition and reaction times of the athletes. In order to find the difference between groups, the Bonferroni test was applied. A p value of less than 0,05 was considered statistically significant. All statistical analyses were performed using the SPSS 17.0 package program. Findings: According to the results of the analysis, there was a statistically significant difference in the time spent in the air during the left and right foot and the time spent in the air during the time spent in the air ($p<0,05$) in the speed analysis of athletes in jumping, jumping, sprint and mid-distance branches ($p <0,05$). There was a statistically significant difference between the two groups in

the mean time between the two groups ($p<0,05$). There was a statistically significant difference in anaerobic power and squat and active bounce parameters between branches ($p<0,05$). Result: In line with the findings of the study, it is observed that the parameters other than auditory response reflect the characteristic features of the athletes peculiar to the branch.

SB345

GELENEKSEL KADEMELİ TESTLER GERÇEK MAKSİMAL OKSİJEN TÜKETİMİ DÜZEYİNİ DAHA DÜŞÜK TAHMİN EDEBİLİR: DOĞRULAMA AŞAMASI BİR GEREKLİLİKTİR

***[1]Muzaffer Çolakoğlu*, [1]Özgür Özkaya, [1]Görkem Aybars Balcı**

[1]Ege Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İZMİR

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

Giriş ve Amaç: Güncel literatürde kademeli maksimal egzersiz testlerinin (KMT) akabinde gerçek maksimal oksijen tüketimi düzeyine (VO2maks) ulaşmak için sabit yüklü bir doğrulama testi (DT) yapılması gerektiği tartışılmaktadır. Ancak DT uygulamaları sonrasında neden daha yüksek VO2 yanıtı alındığı sorusuna açık bir yanıt bulunamamıştır. Bu çalışmanın amacı, geleneksel KMT uygulamalarında, kalp atım hacmi (KAH) ve/veya kardiyak çıktı (KÇ) düşüşünün, gerçek VO2maks düzeyine ulaşılamaması açısından temel faktör olup olmadığını ve KMT'yi takiben yapılacak DT uygulamalarının gerçek VO2maks değerini belirlemek için bir gereklilik olup olmadığı araştırmaktı. Yöntem: Bu çalışmaya orta ve iyi düzey antrene yedi erkek bisiklet sporcusu katıldı (VO2maks 61,7±6,13 mL·dk-1·kg-1). Submaksimal testlerden sonra, katılımcılar bitkinlikle sonlanan KMT'lere alındı. Devamında sporcuların en yüksek VO2maks değerleri, farklı günlerde sabit yüklü testlerle ve %3'lük yük artışları kullanılarak gerçekleştirildi. KÇ, KAH, arterio-venöz O2 farkı (a-vO2farkı) parametreleri, KTM ve DT seanslarda nitröz-oksit tekrar-soluma yöntemiyle ölçüldü. Elde edilen veriler arasındaki farklar, tekrarlayan ölçümler varyans analizi sonrasında post-hoc olarak LSD/Wilcoxon testleriyle değerlendirildi. Bulgular: Kalp atım sayısı (KAS) ve a-vO2farkı'nın KMT ve DT sonunda potansiyel zirve değerlerine ulaştığı gösterildi (KAS sırasıyla 192,9±8,8 ve 190,7±7,9; p=0.187; a-vO2farkı sırasıyla %17,1±1,6 ve %16,9±1,1; p=0.389). Ancak KAH (sırasıyla 128,8 ±11,2'ye kıyasla 137,3±11,2 mL; p = 0.013) ve KÇ (sırasıyla 24,8 ± 2,02'ye kıyasla 26.2 ± 2.71 L·dak-1; p=0.332) yanıtları DT'ye kıyasla KMT uygulamalarında daha düşük bulundu. VO2 yanıtları DT'de KMT'ye kıyasla %4 daha yüksekti (sırasıyla 61,7±6,13 ve 59,1±6,2 mL·dk-1·kg- 1; p=0.019). Sonuç: KMT potansiyel VO2maks'ı açığa çıkarmada yetersiz kaldı ve sadece zirve VO2'ye ulaşılabildi. Bu sonuç muhtemelen KMT testinde DT'ye kıyasla alınan daha düşük KAH yanıtlarından kaynaklandı. Bu nedenle, KMT'yi takiben yapılacak DT, VO2maks'ı belirlemek için bir gereklilik gibi görünmektedir. Anahtar Kelimeler: Doğrulama aşaması, kardiyak çıktı, kalp atım hacmi, tekrar soluma, zirve oksijen tüketimi.

A TRADITIONAL INCREMENTAL TEST MAY UNDERESTIMATE REAL MAXIMAL OXYGEN CONSUMPTION: A VERIFICATION PHASE IS A NECESSITY

Introduction and Aim: In the current literature, it is discussed that a constant-load verification phase (VP) should perform following a graded maximal exercise test (GXT) to achieve true maximal O2 consumption (VO2max). However, there hasn't been a clear answer for the question why there is usually greater VO2 responses evaluated by the VP. The purpose of this study was to examine if stroke volume (SV) and/or cardiac output (Qc) decrements during the GXT is the main factor for underestimation of real VO2max, and whether the VP following the GXT is a necessity to truly determine the VO2max. Method: Seven moderate to well-trained male cyclists volunteered for this study (VO2max: 61.7±6.13 mL·min-1·kg-1) Following submaximal tests, participants were asked to perform GXT until exhaustion. Then, constant-load VP was performed on different days by using 3% greater workloads until athletes reached the highest VO2 response. Qc, SV, arterio-venous O2 difference (a-vO2diff) were evaluated both GXT and VP sessions by nitrous-oxide re-breathing method. After the repeated-measures analyses, possible significant differences were investigated by post-hoc LSD/Wilcoxon. Results: It was shown that heart rate (HR) and a-vO2diff reached their potential peak values at the end of both GXT and VP (192.9±8.8 vs. 190.7±7.9 bpm; 17.1±1.6 vs. 16.9±1.1%, respectively; p=0.187, p=0.389). However, SV (128.8±11.2 vs. 137.3±11.2 mL, respectively; p=0.013) and Qc (24.8±2.02 vs. 26.2±2.71 L·min-1, respectively; p=0.332) attenuated in GXT when compared to the VP. VO2 responses were therefore ~4% higher in VP than GXT (61.7±6.13 vs. 59.1±6.2 mL·min-1·kg-1, respectively; p=0.019). Conclusion: GXT provided only peak VO2 but not a potential VO2max. This is likely to result from lower SV response

observed in GTX as compared to VP. Therefore, VP seems as a necessity to determine real VO2max following GXT. Key Words: Cardiac output, peak oxygen uptake, rebreathing, stroke volume, verification phase

SB346

HALTERCİLERDE ALT VE ÜST EKSTREMİTE ANAEROBİK GÜÇ VE KAPASİTESİNİN STATİK KUVVET PARAMETRELERİ İLE İLİŞKİLENDİRİLMESİ

***[1]Gökhan Deliceoğlu*, [2]Tuğba Kocahan, [2]Erkan Tortu, [3]Adnan Hasanoğlu**

[1]Kırıkkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi,Kırıkkale
[2]Spor Genel Müdürlüğü, Sağlık İşleri Dairesi Başkanlığı,Ankara
[3]Spor Genel Müdürlüğü, Sağlık İşleri Dairesi Başkanlığı, Ankara

***Email :** deliceoglugokhan@kku.edu.tr, tugba.kocahan@sgm.gov.tr, tortuerkan@hotmail.com, adnan.hasanoglu@sgm.gov.tr*

Giriş ve Amaç: Araştırmanın amacını haltercilerin alt ve üst ekstremite anaerobik güç ve kapasitelerinin statik kuvvet parametreleri ile ilişkilendirilmesi oluşturmaktadır. Yöntem: Araştırmaya TOHM halter branşındaki (Xyaş=17,28±1,80 yıl; Xva=66,45±9,916 kg; Xbu=162,27± 4,45 cm) 43 halterci katıldı. Statik kuvvet parametrelerini ölçmek için sporcunun altına yerleştirilmiş platform üzerindeki Kistler © ile sabitlenmiş barı çekiş anında statik kasılma ya da kuvvet gerçekleştirmesi istendi. Alt ve üst ekstremite anaerobik güç ve kapasiteye ait parametrelerin test edilmesi için Wingate© bisiklet ergometresi kullanıldı. Ardından haltercilerden kendi diz eklemlerine göre uygun yüksekliğe ayarlanmış platformun üzerine çıkmaları ve barı maksimum çekiş değeri gözlenene kadar en fazla 3 sn olacak şekilde yukarı yöne çekmeleri istendi. Alt ve üst ektremite wingate testleri için 5 dk'lık ısınma protokolü ardından 30 sn'lik test uygulandı ve soğuma protokolüne geçildi. Haltercilerin alt ve üst ekstremite anaerobik güç ve kapasitelerinin statik kuvvet parametreleri ile ilişkisinin belirlenmesi için regresyon analizi yapıldı. Bulgular: Analiz sonuçlarına göre, squat çekiş maksimum kuvvet ile alt ekstremite zirve güç, ortalama güç ve en düşük güç arasında orta düzeyde anlamlı bir ilişki görüldü (R=607, R2=,368, p<0,05). Maksimum squat çekiş kuvveti ile üst ekstremite zirve güç, ortalama güç ve en düşük güç arasında orta düzeyde anlamlı bir ilişki görüldü (R=,677, R2=,458, p<0,05). Squat çekiş kuvvette devamlılık ile üst ekstremite zirve, ortalama ve en düşük güç arasında orta düzeyde anlamlı bir ilişki görüldü (R=668, R2=,446, p<0,05). Squat çekiş kuvvette devamlılık ile alt ekstremite zirve, ortalama ve en düşük güç arasında orta düzeyde anlamlı bir ilişki görüldü (R=,592, R2=,350, p<0,05). Regresyon sonuçları incelendiğinde alt ve üst ekstremite wingate testi sırasında oluşturulan ortalama güç, maksimum güç ve kuvvette devamlılığın squat çekiş kuvvetini etkilediği söylenebilir. Sonuç: Haltercilerin halteri kaldırışı sırasında uyguladıkları maksimum kuvvetin geliştirilmesi ile uygulanan güç süresinin bağlantılı olduğu bir başka değişle kuvvette devamlılığın geliştirilmesinin haltercilerin koparma sırasındaki kuvvet üretimini etkileyeceği şeklinde yorumlanabilir.

ASSOCIATING THE ANAEROBIC POWER AND CAPACITY OF THE UPPER AND LOWER EXTREMITY IN THE WEIGHTLIFTING WİTH STATIC FORCE PARAMETERS

Introduction and purpose; The aim of the study is to correlate the upper and lower extremity anaerobic power and capacity of weightlifting with static force parameters. Method: 43 weightlifters in the Turkish Olympic preparatory center (tohm) branch (Xage=17,28±1,80 years; Xbw=66,45±9,916 kg; Xlength=162,27± 4,45 cm) participated in the study. In order to measure the static force parameters, the trainees on the platform under the athlete were asked to perform static contractions or forces at the moment of traction. The Wingate © Bicycle ergometer was used to test the parameters of the upper and lower extremity anaerobic power and capacity. Then the weightlifters were asked to rise above the platform set to the appropriate height according to their knee joints and to move the bar up to 3 seconds until the maximum traction value is observed. For the lower and upper extremite 30 sec wingate test was applied and the cooling protocol was switched on. Results: according to the analysis results, there was a significant correlation between squat traction maximum force and lower extremity peak power, mean power and lowest power. There was a significant correlation between maximum squat traction force and peak peak power, mean power and lowest power. There was a significant correlation between the duration of squat traction and the peak of upper extremity, mean and lowest power. There was a significant

correlation between the continuity of squat traction strength and the lower extremity peak, mean and lowest power. Conclusion: the improvement of the maximum force applied during the weightlifting that can be interpreted as the improvement of the strength of weightlifting during the weightlifting of weightlifting in other words that the strength of the weightlifting is connected with the power period applied with the improvement of the maximum force applied during the weightlifting.

SB348

FARKLI TÜRDEKİ GERİBİLDİRİMLERİN BASKETBOLA ÖZGÜ OYUN PERFORMANSI VE FİZYOLOJİK CEVAPLARI ÜZERİNE ETKİSİ

[1]Elif Mengi, [1]B.Utku Alemdaroğlu, [1]Gökçe Erturan-İlker, [1]Yusuf Köklü

[1]Pamukkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Email : *elifmengi35@gmail.com, utkualemdaroglu@yahoo.com, gokce.erturan@gmail.com, ykoklu@pau.edu.tr*

Farklı Türdeki Geribildirimlerin Basketbola Özgü Oyun Performansı ve Fizyolojik Cevaplar Üzerine Etkisi

Elif Mengi; Utku Alemdaroğlu; Gökçe Erturan İlker; Yusuf Köklü Pamukkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Giriş: Son yıllarda oyuna özgü antrenmanlarla ilgili çalışmalar göstermiştir ki pek çok değişken, oyun performansını, fizyolojik ve kinematik cevapları etkilemektedir. Psikolojik faktörlerin performansı oluşturan öğelerden biri olduğu düşünüldüğünde, antrenörler tarafından sporculara verilen geribildirimlerin performansı etkilediği bilinmektedir (Thorndike, 1932).

Amaç: Çalışma, pozitif ve negatif geribildirimlerin basketbolda oyuna özgü antrenmanların kalp atım hızı(KAH), laktik asit(LA), algılanan zorluk derecesi(AZD) ve oyun performansı üzerindeki etkisini incelemek amacıyla gerçekleştirilmiştir.

Yöntem: Çalışmaya U18 yaş grubu 12 erkek basketbolcu katılmıştır. Oyunlarda tüm basketbol kuralları geçerli olacak şekilde ve duraksamaya izin verilmeden tam sahada oynatılmıştır. 3'e 3 takımlar oluşturulmuş, 4 dakika 4 set şeklinde, setler arası 3 dakika dinlenme verilerek, sırası ile pozitif sözel geribildirim, negatif sözel geribildirim ve geribildirim verilmeden oyun oynatılmıştır. Oyunlarda sporcuların kalp atım hızları polar marka göğüs bantları kullanılarak GPSport AMS yazılımından elde edilmiştir. Oyunlar kaydedilmiş ve teknik aksiyon sayıları belirlenmiştir. Her oyunun sonunda sporculara onluk algılanan zorluk derecesi değeri sorulmuştur. Dördüncü setin bitiminden 3 dakika sonra sporculardan kan alınarak laktat cevapları belirlenmiştir. Gruplar birbirleri ile yer değiştirilerek tüm geri bildirimleri almaları sağlanmıştır. Geri bildirimler aynı antrenör tarafından aynı ses tonu ile aynı sıklıkta verilmiştir. Elde edilen değişkenler arasındaki farklara Tekrarlı Ölçümlerde Varyans Analizi ve Magnitude-Based Inferences (Klinik anlamlılık testi) ile bakılmıştır.

Bulgular: Uygulamalar arasındaki değerlerde anlamlı fark bulunmazken. Klinik anlamlılık testi sonucu pozitif geribildirimin teknik aksiyon sayısını ve laktik asit değerlerini yükselttiği (likely) tespit edilmiştir.

Sonuç: Pozitif geribildirimin basketbolcuların teknik özelliklerini ve fizyolojik cevaplarını artırdığı görülmüştür. Basketbol antrenörlerine oyuna özgü antrenmanlarda pozitif geribildirim kullanmaları önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: KAH, LA, AZD, Oyuna özgü antrenmanlar, Geri bildirim

THE IMPACT OF DIFFERENT TYPES OF FEEDBACK ON BASKETBALL SPECIFIC GAME PERFORMANCE AND PHYSOLOGICAL RESPONSES

The Impact of DIfferent Types of Feedback on Basketball SpecIfIc Game Performance and PhysologIcal Responses

Introduction: In recent years studies have shown work on game-specific training many variables affect game performance, physiological and kinematic responses. It is known that feedback given to sportsmen by coaches influences performance when psychological factors are thought to be one of the components of performance (Thorndike, 1932).

Aim: The study included positive and negative feedbacks on the basketball, game-specific training heart rate(HR), lactic acid(LA), rating of perceived exertion(RPE) and game performance.

Method: 12 male basketball players participated in the study. Games were played on full court, with all rules being valid and without being allowed to pause. 3 person teams formed, 4 sets of 4 minutes were given, 3 minutes of rest between sets were given, positive verbal feedback, negative verbal feedback were given and the game was played without feedback. The athlete's HR was obtained from GPSport AMS software using polar brand chest straps. The games are recorded and the number of technical action is set. The end of each game, RPE by the athletes was asked. 3 minutes after the end of the fourth set, blood was taken from the athletes and the lactate responses were determined. Groups were replaced with each other to receive all feedback. Feedback was given by the same coach at the same frequency and tone. The differences between the obtained variables were examined by Variance Analysis and Magnitude-Based Inferences(MBI) in Repeated Measurements.

Results:Clinical significance test showed no significant difference in the values between the treatments. The result of positive feedback showed that the number of technical action and lactic acid increased.

Discussion: Positive feedback has been shown to increase basketball players' technical features and physiological responses. Basketball coaches are advised to use positive feedback during game-specific training.

Key Words: HR, LA, RPE, Specific Games, Feedback

SB352

FUTBOLCULARDA FARKLI YÖNTEMLER İLE BELİRLENEN İÇ VE DIŞ YÜKLERİN İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ

***[1]Utku Alemdaroğlu*, [1]Yusuf Köklü, [1]Harun Türkdoğan, [1]Ayşenur Akbaş, [1]Eser Çalı, [1]Gökhan Çiçek**

[1]Pamukkale Üniversitesi,DENİZLİ

Email : *ualemdaroglu@pau.edu.tr, , , , ,*

Futbolcularda farklı yöntemler ile belirlenen iç ve dış yüklerin ilişkilerinin incelenmesi Eser Çalı; Gökhan Çiçek; Utku Alemdaroğlu; Harun Türkdoğan; Ayşenur Akbaş; Yusuf Köklü Pamukkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Giriş: Antrenman yükü kavramı son dönemlerde yaygın şekilde kullanılan kavramların başında gelmektedir. Bu kavram sporcuların maruz kaldığı dış yüklerin (kat edilen mesafe, şut yada atış sayısı v.b) sporcularda yarattığı iç yükler (fizyolojik cevaplar) olarak bilinmektedir.

Amaç: Bu çalışma, Antrenmanda elde edilen dış ve iç antrenman yüklerinin aralarında ilişkilerin belirlenmesi amacı ile yapılmıştır.

Yöntem: Çalışmaya bir amatör futbol kulübünde oynayan 9 erkek futbolcu (yaş= 23,7± 3,13 yıl; boy = 177,5 ± 6,00 cm; vücut kütlesi= 72,08± 8,48 kg) gönüllü olarak katılmıştır. Sporcuların kuvvet antrenmanı dışında tüm saha antrenmanlarında GPsport (Cambera) cihazı ile yük takipleri 8 hafta boyunca yapılmıştır. Bu takipte sporcuların değişik hızarda kat ettikleri mesafeler, metabolik güç cevapları, hızlanma yükü, eşitlenmiş mesafe, kalp atım hızı cevaplarından elde edilen Edwards ve Banister antrenman cevabı değerleri ve onluk algılanan zorluk derecesi ve antrenman süresinin çarpımından elde edilen antrenmanın algılanan zorluk derecesi (AAZD) belirlenmiştir. Elde edilen değerler arasındaki ilişkilere Pearson korelasyon testi ile her bir sporcu için tek tek bakılmıştır.

Bulgular : Sonuçlar incelendiğinde AAZD değerleri ile hem Edwards hem Banister değerlerinin orta ve yüksek düzeyde ilişkiler sergilediği (r= 0,42-0,86). Edwards ve Banister birbirleri karşılaştırıldığın da ise çok yüksek ilişkiler sergiledikleri (r= 0,82-0,98) tespit edilmiştir. Buna ek olarak dış yüklerin kendi içinde ve iç yüklerle de yüksek seviyede ilişkilerinin olduğu tespit edilmiştir.

Sonuç: Bu sonuçlar göz önünde bulundurulduğunda sporcuların antrenman içinde karşı karşıya kaldıkları dış yükler ile fizyolojik cevapların bir birine benzer olduğu söylenebilir. Bu durum özellikle AAZD'nin kullanışlı ve ucuz bir yöntem olarak uygulamada değerlendirilebileceğini göstermektedir. Anahtar Kelimeler: Kat edilen mesafe, metabolik yük, hızlanma, algılanan zorluk derecesi, kalp atım hızı

RELATIONSHIPS BETWEEN INTERNAL AND EXTERNAL TRAINING LOAD IN SOCCER PLAYERS

Relationships between internal and external training load in soccer players Eser Çalı; Gökhan Çiçek; Utku Alemdaroğlu; Harun Türkdoğan; Ayşenur Akbaş; Yusuf Köklü Pamukkale University Faculty of Sport Sciences Introduction : The concept of training load is one of the most widely used concepts in recent years. This concept is known as the internal loads (physiological responses) created by the athletes during the external loads (distance covered, number of shots per shot, etc.) exposed by the athletes. Aim: This study was aimed to determine the relationships between the external and internal training loads in soccer players. Method: Nine male soccer players (age = 23,7 ± 3,13 years; height = 177,5 ± 6,00 cm; body mass = 72,08 ± 8,48 kg) from an amateur soccer club participated voluntarily in this study. In exception the strength training of the athletes, the GPsport (Cambera) device was used for 8 weeks in all field workouts. The Edwards and Banister training response, covered distance at various speeds, metabolic power responses, acceleration load, equalized distance, heart rate response, and Rating of Perceived Exertion responses of soccer players (SRPE) were determined. The correlations between the values obtained were examined individually for each athlete by Pearson correlation test. Results: When the results were examined, both the SRPE values and the Edwards and Banister values showed moderate and high correlations (r = 0.42-0.86). Edwards and Banister were highly correlated (r = 0.82-0.98) when compared to each other. In addition, it has been determined that there is a relation between the external loads and between external and internal loads. Discussion : In the lights of these results, it could be said that the athletes have similar external and internal loads in training. This shows that SRPE can be evaluated in practice as a useful and inexpensive method. Key words: The distance covered, metabolic load, acceleration, rating of perceived

SB355

SERBEST VE GREKOROMEN STİL GENÇ GÜREŞÇİLERİN FİZİKSEL UYGUNLUK DÜZEYLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

[2]Gökhan Deliceoğlu, [3]Tuğba Kocahan, [3]Erkan Tortu, [1]Ali Keleş

[1]Selçuk Üniversitesi, Konya
[2]Kırıkkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi
[3]Spor Genel Müdürlüğü, Sağlık İşleri Dairesi Başkanlığı

Email : *deliceoglugokhan@kku.edu.tr, tugba.kocahan@sgm.gov.tr, tortuerkan@hotmail.com, ali.keles@selcuk.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı, Serbest ve Greko-Romen genç güreşçiler arasındaki fiziksel uygunluk farklılıklarını karşılaştırmaktır. Yöntem: Araştırma grubu; 30 serbest stil (Xyaş=16,73± 0,59 yıl; Xva=66,02± 15,71 kg) ve 30 greko-romen (Xyaş=16,93± 1,02 yıl; Xva=71,37± 12,32 kg) stilde güreşen sporcular dan oluşmaktadır. Araştırma grubunun vücut kompozisyonları Tanita MC 780, boy uzunlukları, Holtain Portatif Stadiometre,), Postural salınım ölçümleri Kistler Force Plate Sistemi, El Kavrama Kuvveti Holtain marka el dinamometresi, Sıçrama ölçümleri Opto jump, 30 m sprint ve pro-agility testi ölçümleri için Micro Gate Witty fotosel ve anaerobik güç ölçümleri ise alt ekstremite için Monark 894 E, üst ekstremite için ise Monark 891 E cihazları ile ölçülmüştür. Serbest ve grekoromen stil güreşçilerin el kavrama kuvveti, sıçrama, 30m sprint, pro-agilty, alt ve üst ekstremite anaerobik güç değerleri arasındaki farklılığa ilişkin Mann Whitney-U testi yapıldı. İstatistiksel anlamlılık değeri $p<0.05$ olarak kabul edildi. Tüm istatistiksel analizler SPSS 17,0 paket programı kullanılarak yapıldı. Bulgular: Analiz sonuçlarına göre; serbest ve grekoromen stil güreşçilerin sağ el kavrama kuvvetlerinde, aktif sıçrama, çift ayak üzerindeki toplam, öne-geri ve sağ-sol salınım ve sürat değerlerinde (0-5m, 5-10m, 10-20m, 20-30m, 0-30m) istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmektedir ($p<0,05$). Farklılık bulunan bütün parametreler de greko-romen stildeki güreşçilerin serbest stildeki güreşçilere oranla daha iyi değerlere sahiptir. Alt ve üst ekstremite anaerobik güç, sol el kavrama kuvveti, squat sıçrama, görsel reaksiyon ve pro-agility değerlerinde ise istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmemektedir ($p>0,05$). Serbest ve greko-romen stildeki güreşçilerin baskın el kavrama kuvveti ve sürat değerleri istatiksel olarak anlamlı farklılık gösterirken, çeviklik, alt ve üst anaerobik güç değerleri benzerlik göstermektedir. Sonuç: Sonuç olarak stillerin uygulanış farklılığından kaynaklı olarak serbest ve grekoromen stildeki güreşçilerin alt ekstremite anaerobik güç değerlerinde benzerlik görülürken Grekoromencilerin üst ekstremite anaerobik güçlerinin daha iyi olduğu söylenebilir.

COMPARISON OF PHYSICAL FITNESS STANDARDS OF FREE AND GREKOROMEN STYLE YOUNG WRESTLERS

Introduction and purpose: The aim of this study is to compare the physical differences between free and Greco-Roman young wrestlers. Method: The research group consists of 30 Free styles (Xage=16,73± 0,59 years; Xbw=66.02± 15,71 kg) and 30 Greco-Roman (Xage=16,93± 1,02 years; Xbw=71,337± 12,32 kg) wrestlers in style. The body compositions of the research group were TANITA mc 780, body length lengths, Holtain portable Stadium, Postural swing measurements Kister Force Plate system, hand grip strength Holtain Brand dynamometer, bounce measurements OPTO jump, 30 m sprints and micro Gate witty photocell for pro-agility test measurements and monark 894 E for lower extremity and Monark 891 E for upper extremity. Mann Whitney-u test was performed for the difference between the hand grip strength, jump, 30m Sprint, Pro-agilty, anaerobic power values of the free and grecomen style wrestlers. A p value of less than 0,05 was considered statistically significant. All statistical analyses were performed using the SPSS 17.0 package program. Findings: According to the analysis results, there is a statistically significant difference between the free and grecoromen style wrestlers' right hand grip forces, active jump, total forward-backward and right-left swing and speed (0-5m, 5-10m, 10-20m, 20-30m, 0-30m) on Dual feet ($p<0.05$). All the different parameters have better values than the free-style wrestlers of Greek-Romanian wrestlers. There was no statistically significant difference in the upper and lower extremity anaerobic strength, left hand grip strength, squat bounce, visual reaction and pro-agility values ($p>0.05$). The dominant hand grip strength and speed values of free and Greco-Roman wrestlers differ statistically, while agility, upper and lower anaerobic power values are similar. Result: As a result, it can be said that the upper extremity anaerobic forces of the grekoromen-style wrestlers are better compared to the lower extremity anaerobic forces of the wrestlers.

SB356

TÜRKİYE U14 FUTBOL LİGİNDE BAŞARILI OLAN TAKIMLARDA BAĞIL YAŞ ETKİSİ

***[1]Asım Tunçel*, [2]Erbil Harbili, [2]Sultan Harbili**

[1]NAMIK KEMAL ÜNİVERSİTESİ BEDEN EĞİTİMİ SPOR YÜKSEKOKULU, TEKİRDAĞ
[2]SELÇUK ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ, KONYA

ÖZET Bağıl yaş etkisi yılın ilk çeyreğinde doğanların fizyolojik olarak avantajlı olmasıdır. Yılın ilk çeyreğinde doğanların dördüncü çeyrekte doğanlara göre gelişim yönünden avantajı sportif performansta da önemli avantajlar sağlamaktadır. Aynı yılda doğmuş çocuklardan ocak ayı doğumlular aralık ayı doğumlulara göre daha yüksek performansı ortaya koyabilmektedirler. Bu çalışmanın amacı son 9 sezonda Türkiye U14 gelişim ligini ilk dört sırada bitiren takımlarda bağıl yaş etkisini incelemekti. Veriler TFF arşivinden alınmış, ilk dörde kalan takımların müsabaka isim listesinde yer alan sporcular doğum tarihlerine göre üçer aylık 4 çeyreğe (Ç1-Ç2-Ç3-Ç4) ayrılmıştır. Elde edilen verilerin normal dağılımı Kolmogorov-Smirnov, homojenliği Levene testi ile değerlendirilmiştir. Veri normal dağılım gösteriyorsa çeyrelikler arası karşılaştırma tek yönlü varyans analizi ile yapılmıştır. İkili karşılaştırmalarda Bonferroni düzeltmesi kullanılmıştır. Normal dağılım göstermeyen verilerin analizinde Kruskal-Wallis testi kullanılmış, ikili karşılaştırmalar ise Mann-Whitney U testi ile yapılmıştır. Türkiye liglerinde sıralamada birinci ve ikinci sırada yer alan takımların Ç1'deki oyuncu sayısının diğer çeyrekliklerdeki oyuncu sayısından, Ç2'de doğan oyuncu sayısının da Ç3 ve Ç4'te doğan oyuncu sayısından daha yüksek olduğu bulunmuştur (sırasıyla; $F(3,63)=82.787$, $F(3,63)=51.491$, $p<0.05$). Üçüncü ve dördüncü olan takımların ise Ç1'de doğan oyuncu sayıları diğer çeyrekliklerden yüksek bulunmuştur ($F(3,63)=56.971$, $F(3,63)=19.257$, $p<0.05$). Çeyrekliklerin oyuncu sayısı takımlar arasında anlamlı farklılık göstermezken, antrenman yaşlarında istatistiksel olarak farklılık bulunmamıştır. Takım ayrımı gözetmeksizin sadece 1. çeyrek, 2. çeyrek, 3. çeyrek, 4. çeyrekte doğmuş oyuncu sayıları karşılaştırıldığında anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir ($x2 =143.027$, $p<0.05$). İlk çeyrekte doğan oyuncu sayısının diğer üç çeyrekteki oyuncu sayısından, ikinci çeyrekte doğan oyuncu sayısının üçüncü ve dördüncü çeyrekte doğan oyuncu sayısından daha fazla olduğu belirlenmiştir ($p<0.05$). Sonuç olarak U14 yaş kategorisinde bağıl yaş etkisinin başarı üzerinde etkili olduğu, spor kariyeri değerlendirmesinde ise yılın ilk aylarında doğan çocukların son aylarda doğanlara göre futbolu daha erken bıraktıkları belirlenmiştir. Anahtar Kelimeler: Futbol, Bağıl Yaş, Genç ligleri, Performans

RELATIVE AGE EFFECT IN SUCCESSFUL TEAMS OF U14 LEAGUE IN TURKEY

ABSTRACT Relative age efect (RAE) is pysiologically advantageous in the born first quarter of the year. Developmantal avantage of the players born in the first quarter of the year provide important advantages in sportive performans according to who born on fourth quarter of the year. The players who is born on January can exhibit high performance according to players born on December in the same year. The aim of this study last 9 season in the U14 Turkey development leagues was examined the effect of RAE in the top four finishers. The data were taken from TFF's archive. The players who took part in match name list were separated four quarters per three-month (BQ1,BQ2,BQ3,BQ4) according to birth date. Kolmogorov-Smirnov was used for nomal distribution, Levene test was used for homogeneity. When data showed normal distribution, comparison was performed using one way variance analysis. Bonferroni test was used for pair-wise comparisons. When data did not show nomal distribution Kruskal-Wallis test was used for comparisons, and pair-wise comparisons was performed using Mann-WhitneyU test. The players in BQ1 of the first and second row teams in Turkey ranking were significant high from other birth quarters ($F(3,63)=82.787$, $p<0.05$) while BQ2 were significant high from BQ3-BQ4 (respectively;$F(3,63)=82.787$, $F(3,63)=51.491$,$p<0.05$). The players in BQ1of the third and fourth row

teams in Turkey ranking were significant high from other BQ (respectively;$F (3,63)=56.971$,$F(3,63)=19.257$,$p<0.05$).

While the number of the players in the quarters didn't show any significant between teams, the wasn't no statistically difference in the age of training age ($p>0.05$).It was found significant differences when comparing the number of players in the quarters($x2=143.027$,$p<0.05$). Ultimately,RAE was found have an effect on the success, whereas was determinated children born in the first month of the year leave soccer earlier than those born in the last months. Key words: Soccer, Relative age, Youth competition, Performance

SB360

FUTBOLCULARDA FARKLI SETLEME YÖNTEMİ İLE YAPILAN PLİOMETRİK ANTRENMANLARIN ETKİLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

***[1]Utku Alemdaroğlu*, [1]Yusuf Köklü, [1]Nazire Yılmaz**

[1]Pamukkale Üniversitesi,DENİZLİ

Email : *ualemdaroglu@pau.edu.tr, ,*

Futbolcularda farklı setleme yöntemi ile yapılan pliometrik antrenmanların etkilerinin karşılaştırılması Nazire Yılmaz; Utku Alemdaroğlu; Yusuf Köklü Pamukkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Giriş:Seti sete bölme (Cluster setleme) yöntemi bir seti kendi arasında setlere bölme yöntemidir. Bu yöntem ile ilgili akut birçok çalışma bulunmaktadır. Ancak kronik etkisi ile ilgili çok az çalışma gerçekleştirilmiştir. Amaç:Bu çalışma futbol oyuncularına 6 hafta süreyle uygulanan geleneksel setleme ve seti sete bölme yöntemi sonuçlarının bazı motorik özellikler üzerine etkilerinin karşılaştırılması amacı ile yapılmıştır. Yöntem:Çalışma profesyonel bir futbol takımının alt yapısında oynayan 15-17 yaş aralığındaki 25 futbol oyuncusunun katılımı ile gerçekleştirilmiştir. Çalışma 3 gruptan oluşmuştur. 3 grup haftada 2 gün 6 hafta süreyle aynı futbol antrenmanlarını yapmışlardır. 1 ve 2. grup futbol antrenmanlarına ek olarak haftada 2 gün aynı pliometrik antrenmanı farklı setleme yöntemi ile (cluster; geleneksel) yaparak deney grubunu oluşturmuşlardır. 3.grup ise kontrol grubunu oluşturup hiçbir pliometrik antrenman yapmamıştır. 3 grubun çalışma önce ve sonrası antropometrik ölçümleri, aktif ve skuat sıçrama değerleri, durarak uzun atlama ölçümleri, 10-20 m sürat testi, Zig zag testi ile üç adım sıçrama test sonuçları kaydedilmiştir. Çalışma için etik kurul izni alınmıştır. Gruplar arasında fark olup olmadığını analiz etmek için testlerden elde edilen tüm değişkenler için ön ve son test sonuçları iki yönlü tekrarlı ölçümlerde varyans analizi ile karşılaştırılmıştır, grup içi değişimlere ise paired t testi ile bakılmıştır. Bulgular:Yapılan istatistiksel işlem sonucu her iki antrenman grubunun da performans değerlerinde anlamlı şekilde artış tespit edilirken(geleneksel grup zig zag test hariç) kontrol grubunda herhangi bir gelişim görülmemiştir. Gruplar arası karşılaştırma sonucunda ise cluster set grubundaki gelişmelerin geleneksel gruptan anlamlı şekilde yüksek olduğu bulunmuştur Sonuç: Bu çalışma sonucu elde edilen bulgular akut çalışmalarda elde edilen bulguları destekler niteliktedir. Buna göre patlayıcı performansı artırmada her ne kadar geleneksel yöntemde etkili olsa da. Seti sete bölme yönteminin daha uygun olduğu düşünülmektedir

Anahtar Kelimeler: Pliometrik; patlayıcı kuvvet; güç; çeviklik

COMPARISON OF THE EFFECTS OF PLIOMETRIC TRAINING WITH DIFFERENT SETTING METHODS IN FOOTBALL PLAYERS

Comparıson of the effects of pliometric training with different setting methods in football players Nazire Yılmaz; Utku Alemdaroğlu; Yusuf Köklü

Pamukkale University Faculty of Sport Sciences Introduction : Cluster setting is a method of dividing a set between sets. There are many acute studies on this method. However, very few studies have been conducted on chronic effects. Aim: The aim of these study was to compared the effects of six week traditional and cluster plyometric training on some explosive movements in soccer player Method: 25 soccer players between the ages of 15-17 who played in the sup team of an professional soccer team were participated in this study. The study consisted of 3 groups. 3 groups have done the same football training for 2 days and 6 weeks. In addition first and second group performed plyometric training with different set method (cluster, traditional) for 2 days a week. The third group did not performed any plyometric training. Three groups of anthropometric measurements, active and squat jump values, long jump measurements, 10-20 m sprint test, Zig zag test and three hope jump test results were recorded before and after the study. An ethics committee was granted for the study. The pre- and post-test results for all variables obtained from the tests were compared with the

two way variance analyzes and the paired t test was used for the intra-group changes. Results: There are statistically significant improvement both training groups. As a result of comparison between the groups, it was found that the developments in the cluster set group were significantly higher than the traditional group Discussion : The results obtained in this study support the findings obtained in acute studies. Even traditional method seems to be effective to enhancing explosive performance. It is considered that cluster method is more appropriate Key words: Plyometric; explosive force; power;

SB362

FARKLI SPRINT INTERVAL MODELLERİNİNDEN ALINAN METABOLİK VE FİZYOLOJİK AKUT YANITLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ

***[1]Hakan As*, [2]Görkem Aybars Balcı, [2]Özgür Özkaya**

[1]Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İZMİR
[2]Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İZMİR

***Email :** hakanas@windowslive.com, gorkem.aybars.balci@ege.edu.tr, ozgur.ozkaya@ege.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Geleneksel sprint interval tipi egzersizler (SIT1) Wingate tipi maksimal yüklenmelerle uygulanır. Ancak SIT1 uygulamalarında, devam eden yüklenmelerde pedal devir hızlarının dramatik bir şekilde düşmesine bağlı olarak sprint özelliği kaybedilir. Bu çalışmanın amacı pedal devir hızlarının daha yüksek seviyelerde kalabileceği yeni SIT modelleri geliştirerek, bu uygulamaların dayanıklılık geliştirici potansiyellerini değerlendirmekti. Yöntem: Çalışma, düzenli fiziksel aktivite yapan (3-5 gün/hafta) yedi erkek katılımcıyla gerçekleştirildi. Dört uyum seansını takiben, katılımcıların VO2pik düzeyleri belirlendi. Sonrasında SIT1'e (vücut kütlesinin (VK) %7,5'iyle 6×30-sn 1:8 yüklenme/toparlanma oranıyla) alternatif olarak tasarlanan SIT2; VK'nin %5'i ile maksimal yüklenerek, SIT3; sabit 120 rpm ile VO2pik'in ~%200'ünde, SIT4; VK'nin %7,5'iyle 30-sn'lik eforunun ortalama kadansı 120 rpm'in üzerinde olacak şekilde, SIT5; VK'nin %5'iyle 30-sn'lik eforun son 5-sn ortalama kadansı 120 rpm'in üzerinde olacak şekilde, SIT6; sabit 120 rpm'de izokinetik modda uygulatıldı. Solunum gazları tüm seanslar sırasında ve 3-sa'lik egzersiz sonrası dönemde kaydedildi. Ayrıca zirve kan laktatı yanıtları seansların hemen akabinde ve iki saatlik toparlanma periyodunda ölçüldü. Verilerin analizinde tekrarlanan ölçümler analiz yöntemi/LSD ve K-Related Samples/Friedman/Wilcoxon kullanıldı. Bulgular ve Sonuç: En yüksek kadans ortalaması 139 rpm'le SIT5'e aitti ($p=0.001$). Dolayısıyla SIT5 modeli SIT1, SIT2 ve SIT3'e kıyasla en yüksek Δ kan laktat yanıtını verdi (19,9 mmol·L-1; $p<0.05$). SIT5 modelinden alınan 120. dakika kan laktatı yanıtları (2,3 mmol·L-1), diğer tüm seanslarda ölçülenlerden daha yüksekti ($p<0.05$). Diğer yandan yüksek kadansların korunamadığı SIT1 ve SIT4 modellerine kıyasla SIT5 modelinde RER düzeyleri istirahat değerlerine daha uzun sürelerde düştü ($p<0.05$). Sonuç olarak daha yüksek kadans değerlerinin korunabildiği SIT5 uygulamalarının dayanıklılık geliştirici potansiyelinin daha yüksek olabileceği saptandı.

EVALUATION OF METABOLIC AND PHYSIOLOGICAL ACUTE RESPONSES OBTAINED FROM DIFFICULT SPRINT INTERVAL MODALITIES

Introduction and Aim: Traditional sprint intervals (SIT1) were consisted of Wingate-type "all-out" bursts; however, following the first sprint burst, due to dramatically decreases in cadence values, sprint specificity is missed during subsequent loads. The aim of this study was to develop alternative SIT models which allows the higher level of cadences compare to traditional SIT1, and evaluate probable effects on potential endurance development. Methods: Physically active seven male participants (3-5 days/week) were volunteered to this study. Following four familiarization sessions, participants' VO2peak levels were evaluated. Then, SIT2; with 5% of body mass (BM), SIT3; with ~200% of VO2peak by constant 120 rpm, SIT4; with %7,5 of BM by average cadence corresponded above 120 rpm throughout 30-sec; SIT5; with %5 of BM by cadence corresponded above 120 rpm during the last 5-s of burst; SIT6; with constant 120 rpm by using isokinetic mod, were developed and performed against to traditional SIT1; applied with 7.5% of BM, 6x30-sec bursts with 1:8 load/recovery ratio. Respiratory gas exchange parameters continuously recorded throughout exercises and 3-hr period of recovery. Peak lactate responses were measured immediately after exercises and during a period of two hours in recovery. Mean differences were analyzed by repeated measure analyses/LSD and K- Related Samples/Friedman/Wilcoxon. Results and Conclusion: The highest rpm was found at SIT5 (139 rpm; $p=0.001$). Thus, SIT5 gave the highest Δ blood lactate responses compared to SIT1, SIT2 and SIT3 (19.9 mmol·L-1; $p<0.05$). Due to greater cadence values at SIT5, blood lactate responses at 120th minute obtained from the SIT5 (2.3 mmol·L-1) was higher than the others ($p<0.05$). On the other hand, RER responses dropped rest values at SIT5 with a greater time delay compared to SIT1 and SIT4 ($p<0.05$). Therefore, it was proved that the SIT5 which allows greater cadence values, has a greater potential on endurance development.

SB370

DİURNAL VARYASYONUN JUDO SPESIFIK FITNES TESTiNE OLAN AKUT ETKİSİ

***[1]Özgür Eken*, [1]M. Emin Kafkas**

[1]İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Email : *ozgureken86@gmail.com, eminkafkas@hotmail.com*

Giriş ve Amaç: Gün içerisinde judo müsabakalarının başlangıç saatleri ve final saatleri olan 10.00 ve 16.00'da judoculara Sterkowicz ve Franchini (2001) yılında geliştirdiği judo spesifik fitness testi (JSFT) uygulandı. Bu çalışmanın önemi, literatürde ilk olması ve judoculara özgü performansı ölçmesidir. Çalışmanın amacı, judo spesifik fitness testi performansına diurnal varyasyonun etkisinin belirlenmesidir.

Yöntem: Yöntem: 15 milli judocu (9 kadın,6 erkek) pazartesi saat 10:00 ve 16.00'da judo müsabakasına benzer etkiye sahip olan JSFT'ye (yaş: 18.4±2.1 yıl, boy: 165±7.1 cm, vücut ağırlığı: 65.5±11.9 kg, vücut kütle indeksi: 23.68±3.1kg / m2) katıldı. Tüm judocular, 10 yıllık antrenman ve yarışma deneyimine sahiptir ve en az 16 saat haftalık antrenman yapan milli sporculardır. Isınma uygulaması sonrası nabız 110-120 aralığına geldikten sonra judocular JSFT'ye katıldılar. Judocuların sirkadiyen ritimlerinin belirlenmesinde Home ve Ostberg'in (1976) oluşturduğu insan sirkadiyen ritminde sabahçıl-akşamcıl tipleri belirlemede kendi kendini değerlendirme formu uygulatılmıştır.

Bulgular: Paired Sample T Testi sonuçlarına göre, Milli judocuların SJFT 2. Aşama KAH ve 3. Aşama KAH değerleri akşam lehine (16.00) düşük olduğu saptanmıştır ($p<0.05$). Testten 5 dk sonra ölçülen kalp atım hızında sabah lehine anlamlı düşüklük saptanmıştır ($p<0,05$). Testin diğer verileri incelendiğinde akşam lehine düşük KAH'na rağmen daha yüksek atış performansı gözlemlenmiştir fakat bu veriler 2. Aşama KAH hariç ($p<0.05$) istatistiksel olarak anlamlı değildir ($p>0.05$).

Sonuç: Bu bulgular ışığında, sirkadiyen ritmi ara tip olan judocuların akşam anaerobik performans verilerinin daha iyi çıkabileceği ve buna özgü antrenman programlarıyla daha da geliştirilebileceği düşünülmektedir.

ACUTE EFFECT OF DIURNAL VARIATIONS ON JUDO SPECIFIC FITNESS TEST

Introduction and Aim: During the day, the judo specific fitness test (JSFT) developed by judocular Sterkowicz and Franchini (2001) was applied at 10.00am and 16.00pm (starting and finishing hours of judo competitions). The importance of this study is to be the first in the literature and to measure the judo-specific performance. The aim of the study is to determine the effect of the diurnal variation on the performance of the judo-specific fitness test. Method: Judokas (15: 9 female,6 male) participate judo specific fitness test that had similar effects with judo competition at 10:00 and 16:00 on Monday (age: 18.4 ± 2.1 years, height: 165 ± 7.1 cm, body weight: 65.5 ± 11.9 kg, body mass index: 23.68 ± 3.1 kg / m2). All judokas are national sportsmen with 10 years of training and competition experience and at least 16 hours of weekly training. After the warm-up period, the heart rate was in the range of 110-120, the judokas participated to JSFT. To determine the circadian rhythms of the judokas, a self-assessment form was applied to determine the morning- evening type in the human circadian rhythm set by Home and Ostberg in 1976. Findings: According to Paired Sample T Test results, SJFT 2nd stage HR and 3rd Stage HR values of national judokas were lower in favor of the evening (16.00) ($p <0.05$). Significant decrease was found in the HR measured 5 minutes after the test in favor of morning ($p <0,05$). When the other data of the test were examined, higher throw performance was observed despite low HR in favor of evening but this data was not statistically significant ($p> 0.05$). Conclusion: In these findings, it is thought that the circadian rhythm intermediate type of judokas can be improved even better with the evening anaerobic performance data and appropriate training programs.

SB371

JUDO SPESIFIK ISINMANIN UCHİKOMİ FİTNES TESTİNE ve TOPARLANMAYA AKUT ETKİSİ

***[1]Özgür Eken*, [1]M. Emin Kafkas**

[1]İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Email : *ozgureken86@gmail.com, eminkafkas@hotmail.com*

Giriş ve Amaç: Jujitsu'nun soyundan gelen judo, genellikle fiziksel aktiviteden önce ısınma ile başlamaktadır (Callister et al., 1991). Yalnızca beş dakika ısınmayla yapılan UFT 'nin (uchikomi fitnes testi) fonksiyonel ısınma veya judoya özgü ısınmadan daha iyi performansa neden olup olmadığı bilinmektedir. Bu nedenle, bu çalışmanın amacı, Judo spesifik ısınmanın uchikomi fitness testine (UFT) ve toparlanmaya akut etkisini araştırmaktır.

Yöntem: 9 milli judocu saat 10:00' da judo müsabakasına benzer etkiye sahip olan judo uchikomi fitnes testine (JUFT) (yaş: 18.5±1.1 yıl, boy: 166±7.5 cm, vücut ağırlığı: 65.3±12.3 kg, vücut kütle indeksi: 23.52±2.7kg / m2) katıldı. Tüm judocular, 10 yıllık antrenman ve yarışma deneyimine sahiptir ve en az 16 saat haftalık antrenman yapan milli sporculardır. Judocular birbirini izlemeyen günlerde 3 farklı ısınma protokolü uyguladılar. Isınma protokolleri "5 dakika hafif tempo koşu (IOE)", "5 dakika hafif tempo koşu ve judo spesifik ısınma (JSI)", "5 dakika hafif tempo koşu ve linear+lateral (LLI)" dan oluşmaktadır. Birbirini takip etmeyen günlerde ısınma protokolleri sonrası UFT uygulandı. Test sonrası judocuların 1, 3 ve 5. dakikada kalp atım hızları ölçüldü. Farklı ısınma protokolleri arasındaki anlamlılık sınaması için tekrarlayan ölçümler (Repeated) ANOVA kullanıldı. Aynı zamanda ısınma protokollerini ikili karşılaştırmaları Bonferroni düzeltmeli eşli karşılaştırma testi ile analiz edildi.

Bulgular: JUFT bulguları incelendiğinde uchikomi sayıları, toplam uchikomi sayısı ve 3dk ve 5dk toparlanma süreleri arasında ısınma yöntemleri arasında istatistiksel olarak LLI lehine anlamlı farklılık görülmüştür ($p<0.05$). Kalp atım hızları (KAH) incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı olmamasına rağmen LLI lehine düşüklük belirlenmiştir ($p>0.05$).

Sonuç:Bu bulgular ışığında, linear+lateral ısınmanın JUFT bulguları dahilinde judocularda anaerobik performans ya da müsabaka öncesi performans gelişimi için tercih edildiği taktirde performansa olumlu katkıda bulunabileceği önerilmektedir.

ACUTE EFFECT OF JUDO SPECIFIC WARM UP ON UCHIKOMI FITNESS TEST AND RECOVERY

Introduction and Aim: Judo from the lineage of Jujitsu usually begins with warm-up before physical activity (Callister et al., 1991). It is known that the UFT (uchikomi fitness test), which is only warm up for five minutes, causes better performance than functional warm-up or judo specific warm-up. For this reason, the aim of this study is to investigate the acute effect of Judo-specific warm-up on the uchikomi fitness test (UFT) and recovery.

Method: The 9 national judokas participated the judo uchikomi fitnes test (JUFT) at 10:00, which had similar effect with judo competition (age: 18.5 ± 1.1 years, height: 166 ± 7.5 cm, body weight: 65.3 ± 12.3 kg, body mass index : 23.52 ± 2.7 kg / m 2). All judokas are national sportsmen with 10 years of training and competition experience and at least 16 hours of weekly training. The judokas has implemented 3 different warm-up protocols on days not following each other. The warm- up protocols consists of without warm up (WW) "5 minutes light tempo running", judo specific warm-up (JSW) "5 minutes light tempo running and judo specific warm-up and lateral+linear warm-up (LLW) "5 minutes light tempo running and linear + lateral ". On nonconsecutive days, UFT was applied after warm-up protocols. Heart rate was measured at 1, 3 and 5 minutes after the test.

Findings: When JUFT findings were examined, there was statistically significant difference between warm-up methods in favor of LLI between uchikomi counts, total uchikomi counts and 3-min and 5-min recovery times ($p < 0.05$). Although heart rate (HR) was not statistically significant, HR was lower in favor of LLI ($p > 0.05$).

Conclusion: In these findings, it is suggested that linear + lateral warm-up can be a positive contribution to performance if it is preferred for anaerobic performance or pre-competition performance development in judokas within JUFT findings.

SB374

GENÇ ERKEK VE GENÇ KADIN TENİSÇİLERİN TENİS BRANŞINA UYGUN PARAMETRELER BAKIMINDAN İNCELENMESİ

[2]Gökhan Deliceoğlu, [3]Tuğba Kocahan, [3]Erkan Tortu, [1]Selman Kaya

[1]Spor Bakanlığı, Gençlik Ve Spor İl Müdürlüğü, YALOVA
[2]Kırıkkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, KIRIKKALE
[3]Spor Genel Müdürlüğü, Sağlık İşleri Dairesi Başkanlığı, ANKARA

Email : *deliceoglugokhan@kku.edu.tr, tugba.kocahan@sgm.gov.tr, tortuerkan@hotmail.com, selman.kaya41@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacını, erkek ve kadın genç tenisçilerin tenis branşına uygun parametreler bakımından farklılıklarını incelenmesi oluşturmaktadır. Yöntem: Araştırma grubu; 13 erkek tenisçi (Xyaş=13,61± 0,76 yıl; Xva=55,50± 9,59 kg) ve 18 kadın tenisçi (Xyaş=14,72± 1,27 yıl; Xva=60.05± 8,66 kg) olmak üzere 31 sporcudan oluşmaktadır. Araştırma grubunun, boy uzunlukları, Holtain Portatif Stadiometre), Postural salınım ölçümleri Kistler Force Plate Sistemi, El Kavrama Kuvveti Holtain marka el dinamometresi, Sıçrama ölçümleri Opto jump, 20 m sprint ve pro-agility testi ölçümleri için Micro Gate Witty fotosel cihazları ile ölçülmüştür. Tenisçilerin salınım değerleri, el kavrama kuvveti, sıçrama, görsel reaksiyon, 20m sprint, pro-agilty, değerleri arasındaki farklılığa ilişkin Mann Whitney-U testi yapıldı. İstatistiksel anlamlılık değeri p<0.05 olarak kabul edildi. Tüm istatistiksel analizler SPSS 17,0 paket programı kullanılarak yapıldı. Bulgular: Araştırmaya katılan kadın ve erkek tenisçilerin cinsiyetlerine göre postural salınım değerlerine bakıldığında; sol ve sağ ayak öne-geri, salınım değerleri arasında anlamlı bir farklılık vardır (p<0,05). Çift ayak öne-geri, sağa-sola, toplam, sol ayak sağa-sola, sol ayak toplam, sağ ayak toplam ve sağa-sola salınım değerleri arasında ise istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmemektedir (p>0,05). Tenisçilerin kısa süreli yorgunluktan sonraki salınım değerleri incelendiğinde sol ayak öne-geri, sol ayak toplam ve sağa-sola, sağ ayak toplam ve sağa- sola ayak salınım değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır (p<0,05). Çift ayak öne-geri, sağa-sola, toplam ve sağ ayak öne-geri değerlerinde anlamlı bir farklılık görülmemiştir (p>0,05). Çeviklik değerleri incelendiğinde pro-agility değerleri arasında fark görülürken (p<0,05), random-agility, planlı-agility değerleri arasında bir fark yoktur (p>0,05). Görsel reaksiyon, el kavrama kuvveti, anaerobik güç, sprint, tapping değerleri arasında bir fark görülmemiştir (p>0,05). Sonuç: Sonuç olarak erkek ve kadın tenisçilerin bazı parametrelerde benzer yetiler gösterirken yorgunluğun bazı salınım değerlerini değiştirdiği belirlenmiştir. Bu bağlamda bu yaş grubu için kadın ve erkek tenisçiler cinsiyet farklılığını tenise özgü testlere yansıtmadığı belirlenmiştir.

EXAMINATION OF YOUNG MALE AND YOUNG FEMALE TENNIS PLAYERS IN TERMS OF PROPER PARAMETERS FOR TENNIS BRANCHES

Introduction and purpose: The aim of this study is to examine the differences between male and female tennis players in terms of parameters appropriate to the tennis branch. Method: The research group consists of 31 athletes including 13 male tennis players (Xage= 13,61± 0,76 years; Xbw=55,50±9,59 kg) and 18 female tennis players (Xage=14,72±1,27 years; Xbw=60,05±8,66 kg). In the Study Group, Postural oscillation measurements kistler force plate system, hand grip force Holtain brand hand dynamometer, jump measurements opto jump, 20 m sprints and Pro-agility measurements were measured with micro gate photocell devices. The Mann Whitney-U test for the oscillation values of tennis players, hand grip strength, bounce, visual reaction, 20m sprint, Pro-agilty, the difference between the values. Findings There was a significant difference in the postural oscillation values of the male and female tennis players in the study compared to the gender; the left and right foot forward-backward, and the oscillation values (p<0.05). There was no statistically significant difference between the double foot forward, right-left, total, left foot right-left, left foot total, right foot total and left-left swing values (p>0.05). There is a statistically significant difference between left foot forward-backward, left foot total and right-left, right foot total and left-to-left foot swing values in the study of oscillation values after short-term fatigue of tennis players (p<0.05). There was no significant difference in the values of double toe forward-backward, right-left, total and right toe forward-backward (p>0.05). There was no difference between the pro-agility values (p<0.05), random-agility, planned-agility values (p>0.05).

Visual reaction, hand grip strength, anaerobic power, sprinting, sprinting values were not compared ($p>0.05$). Result: As a result it was determined that male and female tennis players did not reflect gender differences to tennis-specific tests for this age group.

SB393

ESKRİME ÖZGÜ GÖRSEL REAKSİYON SİMÜLASYON TESTİ İLE DENGE, ANAEROBİK GÜÇ VE GÖRSEL REAKSİYON PARAMETRELERİ ARASINDAKİ İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

***[1]Burak Ustundağ*, [1]Erkan Tortu, [1]Tuğba Kocahan, [2]Gökhan Deliceoğlu**

[1]GENÇLİK VE SPOR BAKANLIĞI SPOR GENEL MÜDÜRLÜĞÜ SAĞLIK İŞLERİ DAİRESİ BAŞKANLIĞI, ANKARA
[2]KIRIKKALE ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ, KIRIKKALE

***Email :** burak.ustunda@gmail.com, erkan.tortu@sgm.gov.tr, tugba.kocahan@sgm.gov.tr, deliceoglugokhan@hotmail.com*

Giriş ve Amaç: Çalışmanın amacı eskrim branşındaki erkek ve kadın sporcuların, eskrime özgü görsel reaksiyon simülasyon testi ile denge, anaerobik güç ve görsel reaksiyon parametreleri arasındaki ilişkisinin incelenmesidir. Yöntem: Araştırma grubunu 9 erkek (Xyaş=18,67± 2,61 yıl; Xva=72,17±12,89 kg; Xbu=178,95±6,11 cm), 6 kadın (Xyaş=17,75±2,53 yıl; Xva=59,30±8,39 kg; Xbu=164,79±3,98 cm) toplam 15 elit eskrim sporcuları oluşturmuştur. Araştırma grubuna görsel reaksiyon ölçümü için Witty-Sem görsel reaksiyon test cihazı, denge ölçümü için Y-Blance test platformu, anaerobik güç parametrelerini ölçmek için Monark Ergonometrik 894 E marka bisiklet ergometresi kullanılarak Wingate anaerobik güç testi yapılmıştır. Sporcuların ölçülen parametrelerdeki anlamlı farklılığı belirlemek için SPSS 17.0 paket programında Mann Whitney u testi, parametreler arasındaki ilişkinin belirlenmesinde corelasyon testi uygulanmıştır. Bulgular: Erkek ve kadın sporcuların eskrime özgü görsel reaksiyon simülasyon testi ile denge, görsel reaksiyon ve anaerobik güç parametreleri arasında anterior yönde denge ölçümü dışında tüm parametrelerde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmektedir ($p<0,05$). Korelasyon ölçümüne bakıldığında eskrime özgü planlı ve plansız reaksiyon simülasyon testi ile görsel reaksiyon testi arasında pozitif yönde ilişki bulunurken diğer parametrelerle negatif yönde bir ilişki bulunmuştur. Sonuç: Sonuç olarak araştırmamızda erkek ve kadın sporcuların eskrime özgü görsel reaksiyon simülasyon testi ile denge, görsel reaksiyon ve anaerobik güç parametrelerinde erkek sporcular daha iyi değerler elde etmiştir. Parametreler arasındaki ilişkiye bakıldığında özellikle denge performansının gelişmesi, reaksiyon süresinin de gelişeceğini göstermektedir.

EXAMINATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN FENCING-SPECIFIC VISUAL REACTİON SIMULATION TEST AND BALANCE, ANAEROBIC POWER AND VISUAL REACTION PARAMETERS

Introduction and purpose: The aim of this study is to examine the relationship between the visual reaction simulation test and the balance, anaerobic power and visual reaction parameters of male and female athletes in fencing branch. Method: The research group have formed that 9 Male (Xage=18.67±2.61 years; Xbw=72.17±12.89 kg; Xl=178.95±6.11 cm), 6 female (Xage=17.75±2.53 years; Xbw=59.30±8.39 kg; Xl=164.79±3.98 cm) 15 elite fencing athletes. The Study Group was tested using the witty-sem visual reaction test device for Visual reaction measurement, y-blance test platform for balance measurement, and the Wingate anaerobic power test using the Monark Ergonomometer 894 E Brand Bicycle ergometer to measure anaerobic power parameters. In the SPSS 17.0 package program, Mann Whitney u test was used to determine the correlation between the parameters. Findings: There was a statistically significant difference between male and female athletes ' simulated reaction and balance, visual reaction and anaerobic power parameters in all parameters except the anterior direction balance measurement ($p<0.05$). When we look at the correlation measurement, there was a positive correlation between the simulated and unplanned reaction simulation test and the Visual reaction test, and there was a negative correlation with other parameters. Result: As a result, in our study, male and female athletes obtained better values in the parameters of balance, visual reaction and anaerobic power with fencing-specific visual reaction simulation test. The relationship between the parameters shows that the reaction time will develop, especially in the development of the balance performance.

SB399

GÖLGE ISINMALARININ TENİS YER VURUŞLARI İSABETİ VE DERİNLİK GÜCÜNE ETKİSİ

***[1]Ersin İlkiliroğlu*, [1]Nevzat Demirci**

[1]Mersin Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, MERSİN

Email : *mersinilk@gmail.com, nevzatdemirci44@hotmail.com*

Bu araştırmanın amacı; Gölge ısınmalarının tenis forehand (Fh) ve backhand (Bh) Yer Vuruşları İsabeti ve Derinlik Gücüne etkisinin olup olmadığını araştırmaktır. Araştırma grubunu oluşturan sporcular, geleneksel ısınma yapan kontrol grubu (n=14, 4 erkek-10 kadın) ve geleneksel ısınmaya ek olarak Gölge (shadow) ısınmaları yapan deney grubu (n=14, 4 erkek-10 kadın) şeklinde 2 gruba ayrılmış toplam 28 denekten oluşmaktadır. Eşdeğer gruplar oluşturulduktan sonra Deney grubuna 2 hafta içinde 4 defa Gölge ısınması eğitimi yaptırılmış ve her iki grubun Yer Vuruşları İsabeti ve Derinlik Gücü son test ölçüm sonuçları ITN testiyle belirlenmiştir. Araştırma bulgularına göre; her iki grubu kendi içinde ITN ön test – son test sonuçlarıyla değerlendirdiğimizde Yer Vuruşları Derinlik Gücü ve Yer Vuruşları İsabet Gücü becerilerinde anlamlı artış olduğu belirlenmiştir ($p<0,05$). Gruplar arası analizlerde Yer Vuruşları Derinlik Gücü değerleri her ne kadar deney grubu lehine yüksek olsa da kontrol grubu sonuçlarıyla karşılaştırıldığında anlamlı fark bulunmamıştır($p>0,05$). Gruplar arası Yer Vuruşları İsabet Gücü sonuçları karşılaştırıldığında Gölge ısınması yapan deney grubu lehine anlamlı fark olduğu belirlenmiştir ($p<0,05$). Yine deney grubunda Yer Vuruşları İsabet Gücü son test sonucunu ile forehand isabeti(YVİG- SonTest-Fh) (R:0,80; $p<0,001$) ve backhand isabeti (YVİG-SonTest-Bh) (R:0,89; $p<0,001$) sonuçları arasında yüksek düzeyde pozitif bir ilişki bulunmuş; ortaya çıkan bu ilişkinin YVİG-SonTest-Bh lehine daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Sonuç olarak, araştırmamızda uygulanan Gölge ısınmalarının sporcuların tenis performans parametrelerinden Fh ve Bh Yer Vuruşları İsabeti Gücü üzerine olumlu etkisinin olduğu($p<0,05$), Yer Vuruşları Derinlik Gücü üzerinde etkisi olmadığı($p>0,05$) sonucuna varılmıştır.

THE EFFECTS OF SHADOW WARM-UPS ON TENNIS GROUNDSTROKE ACCURACY AND DEPTH POWER

The purpose of this study was to determine whether shadow warm-ups has an effect on tennis backhand (Bh) and forehand (Fh) Groundstroke Accuracy and Depth Power. The study group consisted of 28 subjects divided into 2 groups: (n=14, 4 male-10 female) control group performing traditional warming and (n=14, 4 male-10 female) experimental group performing shadow warming in addition to traditional warming. After the creation of equivalent groups shadow warming training was conducted in the experimental group 4 times within 2 weeks and the results of the Groundstroke Accuracy and the Depth Power test measurements of both groups were determined by the ITN test.

According to intra-group research findings; when pre test – post test results of both groups were evaluated with ITN results, there was a significant increase in Groundstroke Depth Power (GSDP) and Groundstroke Accuracy Power (GSAP) ($p<0,05$). In the intergroup analyzes, the Ground Stroke Depth Power values of the experimental group were found to be superior compared to the control group. However, it was ascertained that there was not a statistically significant difference between pre and post-test scores of these groups ($p>0,05$). In the intergroup analyzes, the experimental group achieved a higher significant difference Groundstroke Accuracy Power result compared to the control group ($p<0,05$). Again for the experimental group it was detected that there is a positive relation between the Fh-accuracy (GSAP- Final Test-Fh) (R:0,80; $p<0,001$) and Bh-accuracy (GSAP-Final Test-Bh) results (R:0,89; $p<0,001$) which feature the GSAP-Final Test results and where this relation has been found slightly higher in favor of the GSAP-Final Test-Bh. In conclusion, this study showed positive results of shadow-warm-ups on Fh and Bh Groundstroke Accuracy Power parameters of individuals tennis performances ($p<0,05$) but no effect on their Groundstroke Depth Power ($p>0,05$).

SB402

VOLEYBOL OYUNCULARINDA FARKLI YOĞUNLUKTA UYGULANAN STATİK GERME EGZERSİZLERİNİ İÇEREN ISINMA PROGRAMININ SPRİNT PERFORMANSINA ETKİSİ

***[1]Yasemin Arı*, [2]Elif Turgut, [3]Berkiye Kırmızıgil, [4]Selma Karacan, [5]Fatma Filiz Çolakoğlu, [3]Gül Baltacı**

[1]Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Tekirdağ
[2]Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ankara
[3]Doğu Akdeniz Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Kıbrıs
[4]Selçuk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Konya
[5]Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

***Email :** yaseminari88@gmail.com, elif.turgut.pt@gmail.com, berkiye.kırmızıgil@emu.edu.tr, selmakaracan@gmail.com, ffcolakoglu@gmail.com, ybaltaci@hacettepe.edu.tr*

Amaç: Bu çalışmanın amacı voleybol oyuncularında farklı yoğunlukta uygulanan statik germe egzersizlerini içeren ısınma programının sprint performansına etkisini araştırılmasıdır.

Yöntem: Bu çalışmaya 10 kadın voleybol sporcu (yaş: 20.00±0.33 yıl; boy: 173.88±2.17 cm; vücut ağırlığı: 62.91±2.30 kg; BMI: 20.76±0.36; spor yaşı: 10.38±0.56) dahil edildi. Sprint performansı 1 hafta süresince benzer hava koşullarında günün aynı saatlerinde yeknesak zeminde statik germe egzersizleri içeren 15-17 dakikalık ısınma, 20-22 dk ısınma ve 25-27 dk ısınma ile gerçekleşti. Sporcuların tekrarlı sprint performansı ölçmek için, yön değiştirmeden yapılan 2 tekrarlı 40 m sprintten den oluşan 3 zamanlı test protokolü uygulandı. İstatistiksel yöntem olarak Mann Whitney U testi ile ısınma seansları arasında karşılaştırma yapıldı.

Bulgular: Gruplar arası karşılaştırmalar sprint performansının 10-20 m ve 20-40 metrede farklılık olduğunu gösterdi (p<.001). İkili karşılaştırmalar ise kontrol ısınmasına göre 15-17 dakikalık ısınma 10-20 m'de (p=.004), 20-22 dk ısınma 10-20 m ve 20- 40 m'de (p=.004) ve 25-27 dk ısınma 10-20 m (p<.001) ve 20-40 m'de (p=.005) grubunda hızda düşüş olduğunu ayrıca 15-17 dakikalık ısınma ve 20-22 dk ısınma (p=.005) ile ve 20-22 dk ısınma ve 25-27 dk ısınma grupları arasında fark olduğunu gösterdi (p=.004).

Tartışma: Bu çalışmanın sonuçları voleybol oyuncularında farklı yoğunlukta uygulanan dinamik germe egzersizlerini içeren ısınma programının sprint performansını olumsuz yönde etkileyebileceğini göstermiştir. Öte yandan 20-22 dk ısınma programı daha kısa ve uzun ısınma programına göre hızda daha fazla düşüşe neden olmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Statik egzersiz, sprint performans, voleybol

THE EFFECT OF WARMING PROGRAM INCLUDING STATIC STRETCHING EXERCISES APPLIED AT DIFFERENT INTENSITY ON VOLLEYBALL PLAYERS ON SPRINT PERFORMANCE

Objective: The purpose of this study is to investigate the effect of a warming program involving static stretching exercises applied at varying intensities on the sprint performance of volleyball players.

Method: 10 women volleyball players (age: 20.00 ± 0.33 years, height: 173.88 ± 2.17 cm, body weight: 62.91 ± 2.30 kg, BMI: 20.76 ± 0.36, sports age: 10.38 ± 0.56) were included in this study. Sprint performance was achieved with 15-17 minutes warm-up, 20-22 minutes warm-up and 25-27 minutes warm-up with static stretching exercises in uniform weather at the same time of day during the same weather conditions for 1 week. In order to measure the repetitive sprint performance of the athletes, a 3-time test protocol

consisting of 2 repeats of 40 m sprint made without changing direction was applied. Mann Whitney U test was statistically analyzed between warm-up groups.

Findings: Comparisons between groups showed that sprint performance varied between 10-20 m and 20-40 m ($p < .001$). Binary comparisons were 10-20 m warming ($p = .004$), 20-22 min warming 10-20 m and 20-40 m ($p = .004$) and 25-27 min warming ($p < .001$) and 20-40 m ($p = .005$) groups were also decreased with 15-17 minutes warming and 20-22 minutes warming ($p = .005$) and showed a difference between20-22 min warming and 25-27 min warming groups ($p = .004$).

Discussion: The results of this study have shown that volleyball players can affect the sprint performance of a warm-up program involving dynamic stretching exercises at different intensities negatively. On the otherhand, the 20-22 min warming program causes more drop in speed than the shorter and longer warming program.

Keywords : Static exercises, sprint performance,volleyball

SB418

SÜREKLİ VE ARALIKLI DAR ALAN OYUNLARININ FUTBOLCULARIN KALP ATIMI VE OYUN PERFORMANSINA ETKİSİ

***[1]Olcay Mülazımoğlu*, [1]Yakup Akif Afyon, [1]Abdullah Kartoğlan, [2]Yunus Emre Zengin**

[1]Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Muğla
[2]Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, MUĞLA

***Email :** olcaymulazimoglu@yahoo.com, yafyon@mu.edu.tr, abdullah.kartoglan@gmail.com, yunusemre.zengin12@gmail.com*

Amaç: Sürekli ve aralıklı metot ile oynanan dar alan oyunlarının, futbolcuların kalp atımı ve oyun performansları üzerine etkisini incelemektir. Yöntem: Çalışmaya, süper amatör lig kategorisinde antrenmanlı ve müsabık olan 12 futbolcu gönüllü olarak katılmıştır. Futbolcular dar alan oyununu, 34*26 metre alanda 3x3 oyuncu kuralı ile oynamışlardır. Sürekli dar alan oyununda (SDAO) oyuncular 12 dakika ara vermeden, aralıklı dar alan oyununda (ADAO) ise 2 dakika dinlenmeli 3 tekrar 4 dakika oyunu 12 dakika oynamışlardır. İki farklı metotla oynanan oyunlar, bir gün aralık verilerek 2 farklı günde oynanmış ve oyunlardan 1 gün önce hiçbir yüksek fiziksel aktivite yapılmamıştır. Kalp atımı, koşu mesafesi ve hız verilerini ölçmek için, oyuncular uygulamalar öncesi giyilebilir kalp atımı ve küresel konum belirleme (GPS) teçhizatı (Playertek GPS Catapult Group International Ltd. Australia) giymişlerdir. Oyunlar süresince oyuncuların kalp atım sayıları, maksimal kalp atımına göre oluşturulan 5 düzeyde geçirilen zaman, koşu mesafeleri, koşu hızları kaydedilerek, her iki metot arasında karşılaştırma analizleri (bağımsız örneklem t-test) yapılmıştır. Bulgular: Oyuncuların oyun süresince kalp atım ortalamaları (ort.±std.s.) ADAO'nda SDAO'a göre (sırasıyla; 188,50±4,57; 183,61±7,62 atım.dk-1) anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur (t=-3,30; p<0,01). Her iki metotla oynanan dar alan oyununda toplam koşu mesafesi (460,89±59,32; 475,42±50,21m.), dakikada kat edilen mesafe (109,38±31,93;94,04.±43,28 m.dak-1) ve zirve hız (20,03±2,85;20,26±2,45 km.s-1) gibi performans değerleri arasında anlamlı fark bulunmamıştır (p>0,05). Kalp atımı düzeylerinde geçirilen süre açısından ADAO'nun oluşturduğu fizyolojik yük, SDAO'na göre alt iki düzeyde anlamlı olarak yüksek iken (p<0,05), üst üç düzeyde farklı bulunmamıştır (p>0,05) Sonuç: SDAO'na göre ADAO oyuncular üzerinde daha yüksek bir fizyolojik yük oluşturmaktadır. Kat edilen mesafe ve yüksek yoğunluklu aktivitede bulunma süresi açısından iki metot arasında farklılık bulunmazken, ADAO daha inişli-çıkışlı bir kalp atım yükü sağlamaktadır. Her iki metot oyuncular üzerinde yüksek yoğunluklu fizyolojik yük oluştururken, ADAO daha fazla, yoğun anaerobik yüklenme düzeyi oluşturmaktadır. Antrenörler antrenman periyotları doğrultusunda bu bilgileri göz önüne alabilirler.

THE EFFECT OF CONTINUOUS AND INTERMITTENT SMALL-SIDED GAMES ON HEART RATE AND GAME PERFORMANCE OF SOCCER PALAYERS

Aim:The aim of this study was to examine the effect of continuous and ıntermittent small-sided games (SSG) on heart rate (HR) and game performance of soccer palayers. Method:Twelve soccer players participated as volunteers in the amateur league category, trained and competed. Players played 3x3 SSG in the 34x26m. pitch. The continuous SSG (CSSG) was played without a break of 12 minutes. The intermittent SSG (ISSG) was played 4 minutes 3 times with 2 minutes of rest. Both games were played on 2 different days and one day was interrupted and no high physical activity was done one day before the games. Players wore awearable HR and GPS equipment (Playertek GPS Catapult Group International Ltd. Australia) to monitorized HR, running distance and speed. During the games, were recorded HR, the time spent on the 5 levels created by the maximal HR, running distances and running speeds of the players. Comparison analyzes (independent sample t-test) between both methods were performed. Finding:HR averages (mean±SD) were significantly higher in ISSG compared to CSSG (respectively, 188.50±4.57;183.61±7.62bpm), (t=-3.30;p<0.01). There was no significant difference between performance values of both games, total running distance (460.89±59.32;475.42±50.21m.), distance running per minute (109.38±31.93;94.04±43.28m.min-1) and peak velocity (20.03±2.85;20.26±2.45 km.h-1),(p>0,05). In terms of the time spent at HR levels, the physiological load created by the ISSG was significantly higher in the lower two levels than in the

CSSG($p<0,05$), but not in the upper 3 levels($p>0,05$). Result:In conclusion, according to CSSG, a higher physiological load was seen on ISSG players. While there was no difference in the distance covered and the duration of high intensity activity, the ISSG provided a more rolling-out HR load. While both SSG create a high- intensity physiological load on the players, the ISSG creates a more intense anaerobic loading level. Coaches can consider this information in the context of training periods.

SB421

PRATİK KAN AKIMINI KISITLAYICI YÖNTEM İLE YAPILAN SKUAT HAREKETİNİN SIÇRAMA PERFORMANSI ÜZERİNE AKUT ETKİSİ

***[1]Tülin Afat*, [1]Utku Alemdaroğlu, [1]Yusuf Köklü, [1]Tülin Afat, [1]Harun Türkdoğan**

[1]Pamukkale Üniversitesi,DENİZLİ

***Email :** t.afat@hotmail.com, ualemdaroglu@pau.edu.tr, , t.afat@hotmail.com,*

PRATİK KAN AKIMINI KISITLAYICI YÖNTEM İLE YAPILAN SKUAT HAREKETİNİN SIÇRAMA PERFORMANSI ÜZERİNE AKUT ETKİSİ

Tülin Afat; Utku Alemdaroğlu; Harun Türkdoğan; Yusuf Köklü Pamukkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Giriş:Kan akımını kısıtlayıcı yöntem;çalışılmak istenen kas grubunda özel bantlarla kasın vücuda en yakın bölümüne baskı uygulayarak o bölgedeki kan akımını kısıtlama yöntemidir. Amaç:Bir tekrarlı maksimalinin %20-%30-%40ağırlık kullanılarak kan akımı kısıtlayıcı yöntem ile uygulanan skuat hareketi sonrası yapılan sıçrama performans değerleri arasındaki farkın karşılaştırılmasıdır. Yöntem:Bu çalışmaya 18 yaş üstü 15 amatör futbolcu katılmıştır.Birinci test gününde sporcular ısınma protokolünü uygulayıp 4dakika dinlenme sonrası dikey sıçrama(kontrol) değerleri alınıp maksimalleri belirlenmiştir.İkinci test gününde sporcular rastgele 3 gruba ayrılmıştır.1.grup ısınma protokolü sonrası 1tekrarlı maksimalinin %20, 2.grup %30 3.grup %40ağırlık kullanarak 10tekrar skuat hareketi yaptırılıp 4dakika dinlenme verilmiştir.Dinlenme sonrası dikey sıçrama değerleri alınmıştır.Her ölçüm iki defa alınıp en iyi değer kaydedilmiştir.Ölçümler arası 30saniye dinlenme verilmiştir.Bu yöntemde çalışılmak istenen kasın vücuda en yakın bölümüne baskı bandı takılarak bölgede oluşan ağrı sporcuya sorulmuştur.Sporcudan 7cevabı alındığında Smith machine aletinde skuat hareketi yaptırılmıştır.İki ölçüm arasında en az 48saatlik bir dinlenme süresi verilerek her grup bütün protokolleri uygulayıp dikey sıçrama değerleri alınmıştır.Sporculardan elde edilen değerlerin farkına tekrarlı ölçümlerde varyans analizi testi ile bakılmıştır.Farkın hangi gruptan kaynaklandığına ise bonferoni posthoc testi ile bakılmıştır.

Bulgular:Yapılan istatistiksel analiz sonucu sporcuların her skuat egzersizi sonrası AZD cevaplarına bakıldığında %40protokolünün sporcular tarafından %20protokolüne göre anlamlı şekilde daha yorucu olduğu tespit edilmiştir.Sporcuların kontrol sıçrama değerlerinden %30-%40 sonrası sıçrama değerlerinin anlamlı şekilde yüksek olduğu.Buna ek olarak %20protokolü ile %40protokolünün ortalama sıçrama değerleri arasında %40 lehine anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir.

Sonuç:Bu çalışmanın bulgularına bakıldığında 1TM %30-%40ağırlık kullanılarak yapılan kan akımını kısıtlayıcı yöntemde uygulanan skuat hareketinin patlayıcı performansı akut olarak artırmak için kullanılabileceği ancak azd değerleri dikkate alındığında 1TM %30ağırlık kullanılarak yapılan skuat hareketinin daha uygun olacağı düşünülmektedir.

Key words:Isınma, Patlayıcı kuvvet, algılanan zorluk derecesi

ACUTE EFFECTS OF SQUAT EXERCİSE WİTH PRACTİCAL BLOOD FLOW RESTRİCTİON ON JUMP PERFORMANCE

ACUTE EFFECTS OF SQUAT EXERCISE WITH PRACTICAL BLOOD FLOW RESTRICTION ON JUMP PERFORMANCE Pamukkale University Faculty of Sport Sciences

Introction: Blood flow restriction method is that in the muscle group to be worked with special bands to the nearest part of the muscle to the body by applying pressure to restrict the flow of blood in that region.

Aim: The aim of this study was to compare acute effects of BFR squat exercise with 20%-30%-40% of 1 on squat performance.

Method 15 amateur soccer player were participated in this study voluntarely. The athletes were randomly divided into 3 groups. First group performed squat exercise with 20% second %30 and %40 of their 1 repetion maximal. When players gived 7 values to pain scale the squat exercise were performed 10 repetions in Smith machine and after 4minutes rest vertical jumps was performed 2times with 30seconds. All players joined each group and at least 48 hours were given between two measurements. The diffrences between protocols were determined by using repeated anova and bonferoni post hoc anlyz.

Results: Statistical analysis of the results showed that the RPE responses of 40% protocol was found to be significantly higher than %20 protocol. Furthermore the jump values after 30% and 40% were significantly higher yhan control values. In addition,

Discussion: In the light of findings of this study, it is considered that the squat movement using the 1TM 30%-40% with BFR can be used to acutely increase the explosive performance, but when the RPE values are taken into consideration, the squat movement using 1TM 30% weight is more suitable.

Key words: Warm-up, explosive force, perceived, reted perceived exertion

SB422

FUTBOLCULARDA ŞUT HIZI İLE ABSOLUT VE RELATİF İZOKİNETİK BACAK KUVVETİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

***[1]Yağmur Akkoyunlu*, [1]Halit Harmancı, [1]Harun Koç**

[1]DUMLUPINAR ÜNİVERSİTESİ BESYO KÜTAHYA

Email : *yagmur0906@gmail.com, ,*

FUTBOLCULARDA ŞUT HIZI İLE ABSOLUT VE RELATİF İZOKİNETİK BACAK KUVVETİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ Bu çalışmanın amacı amatör futbolcularda şut hızı ile absolut ve relatif izokinetik bacak kuvveti arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Çalışmaya ortalama yaşları 22.43±1.55 yıl, boy uzunlukları178.00±8.92 cm ve vücut ağırlıkları 73.78±8.40 kg olan 14 erkek futbolcu gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmaya katılan tüm futbolcuların şut hızları el tipi radar ve diz ekstansör ve fleksör kaslarının izokinetik kuvvet değerleri cybex cihazı ile 600, 1200 ve 2400/s hızlarda ölçülmüştür. Araştırmaya katılan futbolcuların şut hızı ile izokinetik torq değerleri arasındaki ilişkiye Pearson Korelasyon katsayısı ile bakılmıştır. Yapılan analizler sonucunda; futbolcuların sağ bacak şut hızı ile sağ bacak pik torq, sol bacak şut hızı ile sol bacak pik torq ve baskın bacak şut hızı ile baskın bacak pik torq değerleri arasında anlamlı ilişki olmadığı bulunmuştur (p>0.05). Sonuç olarak, amatör futbolcularda izokinetik bacak kuvveti ve şut hızı performansı arasında ölçülen açısal hızlar için bir ilişki olmadığı görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Şut Hızı, Bacak Kuvveti, Futbolcu

RELATIONSHIP BETWEEN KICK SPEED AND ABSOLUTE AND RELATIVE ISOKINETIC LEG STRENGTH IN SOCCER PLAYERS

RELATIONSHIP BETWEEN KICK SPEED AND ABSOLUTE AND RELATIVE ISOKINETIC LEG STRENGTH IN SOCCER PLAYERS ABSTRACT

The aim of this study is to determine the relationship between kick speed and absolute and relative isokinetic leg strength in amateur soccer players. 14 male soccer players with a mean age of 22.43 ± 1.55 years, a height of 178.00 ± 8.92 cm and a body weight of 73.78 ± 8.40 kg were volunteered to participate in this investigation. Kick speed of all athletes participating in this study were determined by hand-type radar gun and isokinetic strength values were measured by the Cybex device at speeds of 600, 1200 and 2400/s. The relationship between the kick speed and the isokinetic torq values of the soccer players participating in this study was examined by Pearson Correlation Coefficient. The results show that there was no statistically significant relationship between right leg kick speed and right leg peak torque values, left leg kick speed and left leg peak torque values, dominant leg kick speed and dominant leg peak torque values (p>0.05). As a result, there is no correlation between the isokinetic leg strength measured at certain angular velocities and kick speed in the amateur soccer players.

Key Words: Agility, Warm-up, Soccer.

SB423

GENÇ BASKETBOLCULARDA EKSANTRİK HAMSTRİNG KUVVETİ VE DİKEY SIÇRAMA YÜKSEKLİKLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN OYUNCU MEVKİLERİNE GÖRE İNCELENMESİ

[1]T.C. Cumhurbaşkanlığı İdari İşler Başkanlığı / ANKARA

Email :

Bu çalışmada, 17-19 yaş arası genç basketbolcularda eksantrik hamstring kuvveti ve dikey sıçrama yüksekliklerinin oyuncu mevkilerine göre karşılaştırılması amaçlandı. Çalışmamız basketbol gelişim liginde farklı mevkilerde oynayan Oyun kurucu (n=8), Skorer gard (n=8), Kısa forvet (n=8), Uzun forvet (n=9), Pivot (n=9) 17 takımdan 42 erkek sporcunun gönüllü katılımı ile gerçekleştirildi. Oyuncuların boy uzunluğu ve vücut ağırlığı değerleri sırasıyla 197,52+5,97 ve 87.87+4.99 olarak belirlendi. Çalışmaya katılan sporcuların boy uzunluklarını belirlemede boy ölçer aleti kullanarak cm cinsinden, vücut ağırlıkları elektronik baskül kullanılarak kg cinsinden kaydedildi. Eksantrik hamstring kuvvet ölçümleri NordBord® Hamstring Test Cihazı, dikey sıçrama ölçümleri ise Smartspeed Lite System marka cihaz ve protokolleri kullanılarak gerçekleştirildi. Elde edilen verilerin analizinde SPSS 21.0 istatistiksel paket programı kullanıldı. Eksantrik hamstring kuvveti ile dikey sıçrama yükseklikleri arasındaki ilişki için Pearson korelasyon katsayısı, parametreler arası çoklu karşılaştırmalar için çoklu varyans analizi (ANOVA) kullanıldı. Tüm istatistiklerde anlamlılık düzeyi p=0.05 olarak alındı. Boy uzunluğu ile dikey sıçrama yüksekliği arasında negatif yönlü anlamlı korelasyon bulunurken (r=-0.52), boy uzunluğu ile sağ ve sol bacak hamstring kuvveti; dikey sıçrama ile sağ ve sol bacak hamstring kuvveti; oyuncu mevkisi ile sağ ve sol bacak hamstring kuvveti; oyuncu mevkisi ile dikey sıçrama yüksekliği; yaş ile sağ ve sol bacak hamstring kuvveti ve yaş ile dikey sıçrama yüksekliği değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki ve anlamlı bir fark bulunamadı (p>0.05). Sonuç olarak, basketbol gelişim liginde oynayan 17-19 yaş basketbol sporcularının oynadıkları mevkilere göre farklı eksantrik hamstring kuvvet ve dikey sıçrama değerlerinin olduğu görülmüştür. Bununla birlikte bu popülasyon için boy uzunluğunun dikey sıçrama performansı ile ilişkili olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Basketbol, Mevki, Hamstring kuvveti, Dikey sıçrama, Nordbord

EXAMINING THE RELATIONSHIP BETWEEN ECCENTRIC HAMSTRING STRENGTHS AND VERTICAL JUMP HEIGHTS OF YOUNG BASKETBALL PLAYERS IN TERMS OF THEIR POSITIONS

The aim of this study was to compare eccentric hamstring strengths and vertical jump heights of young basketball players aged 17-19 in terms of their positions. The present study was carried out with 42 voluntary male athletes from 17 teams playing in different positions [point guard (n=8), shooting guard (n=8), small forward (n=8), power forward (n=9), center (n=9)] in the basketball development league. The average height and body weight of the players were determined as 197,52+5,97 and 87.87+4.99, respectively. Height and weight measurements were done with a height measuring instrument and an electronic bascule, and the values were recorded in cm and kg. Eccentric hamstring strength measurements were performed using the NordBord® Hamstring Testing System and vertical jump measurements were done using the Smartspeed Lite System devices and protocols. SPSS 21.0 statistical package program was used in the analysis of the obtained data. Pearson-Product Moment Correlation Coefficient was used the relationship between eccentric hamstring strengths and vertical jump heights and, multivariate analysis of variance (ANOVA) was used for multiple comparisons between parameters. The significance level of all statistics was taken as p=0.05. While it was found a negative significant correlation between height and vertical jump height (r=-0.52), there was no significant relationship or difference between the variables of height and right-left leg hamstring strength; vertical jump height and right-left leg hamstring strength; player position and right-left leg hamstring strength; player position and vertical jump height; age and right-left leg hamstring strength; and age and vertical jump height (p>0.05). As a result, basketball players aged 17-19 playing in the basketball development league were found to have varied eccentric hamstring strength and vertical jump values. However, it can be stated that height can be associated with vertical jump performance for this population.

Keywords: Basketball, Position, Hamstring strength, Vertical jump, Nordbord

SB429

YAŞLILARDA KAS KÜTLESİ VE KUVVET İLİŞKİSİ

[1]Birgül Arslan, [2]Ali Işın, [2]Tuba Melekoğlu

[1]Marmara Üniversitesi, İSTANBUL
[2]Akdeniz Üniversitesi, ANTALYA

Email : *brglarslan_07@hotmail.com, aliisin@akdeniz.edu.tr, tmelekoglu@akdeniz.edu.tr*

Giriş ve Amaç: El kavrama kuvveti sporcular için genel kuvveti yansıtan önemli bir bileşen iken, sedanter ve yaşlı bireylerde yaşam kalitesinin bir göstergesidir. Bu araştırmanın amacı yaşlılarda kas kütlesi ve kuvvet ilişkisinin incelenmesidir. Diğer bir amacımız da kas kütlesi ve kuvvetteki değişikliklerin cinsiyete göre nasıl etkilendiğini belirlemektir. Yöntem: Bu amaçla araştırmaya dünya sağlık örgütü tarafından yaşlı olarak sınıflandırılan 60- 80 yaş aralığındaki kadın (n=65; 65.84 ± 3.84 yıl, 159.43 ± 6.14 cm, 66.09 ± 11.22 kg) ve erkek (n=43; 67.37 ± 3.95 yıl, 170.16 ± 7.05 cm, 75.51 ± 11.30 kg) toplam 108 kişi gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmaya katılan gönüllülerin boy uzunluğu (cm), vücut ağırlığı (kg), vücut kütle indeksi (kg/m2), yağ yüzdesi, kas kütlesi ve el kavrama kuvvetleri ölçülmüştür. İstatistiksel değerlendirmeler, verilerin dağılımı incelendikten sonra gruplar arasındaki ilişki düzeyleri Pearson Korelasyon testi ve cinsiyete göre kıyaslamaları Bağımsız Örneklem T-Testi ile SPSS v.25 programı kullanılarak yapılmıştır. Bulgular: Bu araştırma sonucunda erkeklerin sağ ve sol el kavrama kuvvet değerleri kadınlara oranla anlamlı olarak daha yüksek tespit edilmiştir (sağ el için: 33.86 ± 6.87 kg'a karşın 22.38 ± 4.16 kg; sol el için: 32.73 ± 7.18 kg'a karşın 20.95 ± 4.36 kg; $p<0.001$). Araştırma sonucunda yaş ile el kavrama kuvveti değerleri arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir ($p>0.05$). Kas kütlesi ile el kavrama kuvveti değerleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişki tespit edilmiştir ($p<0.001$). Sonuç: Araştırma sonuçlarımız doğrultusunda kas kütlesinin korunmasıyla birlikte yaşlılarda kuvvet kayıplarının daha az olacağı öngörülmektedir. Yaşlılarda yaşam kalitesinin arttırılması veya korunması için kas kütlesinin ve dolayısıyla kuvvetin korunması önerilmektedir. Anahtar Kelimeler: kas kütlesi, kuvvet, yaşlılık, el kavrama kuvveti

THE RELATIONSHIP BETWEEN MUSCLE MASS AND STRENGTH IN ELDERLY PEOPLE

Introduction and Purpose: Handgrip strength is an important component that reflects general strength for athletes. It is an indication of quality of life both in sedentary and elderly individuals. The aim of this research was to examine muscle mass and strength relationship in elderly people. Another goal was to determine how muscle mass and strength changes are affected by gender. Methods: Sixty-five female (65.84 ± 3.84 years, 159.43 ± 6.14 cm, 66.09 ± 11.22 kg) and forty-three male (67.37 ± 3.95 years, 170.16 ± 7.05 cm, 75.51 ± 11.30 kg), aged between 60-80 years volunteered in the study. Muscle mass, handgrip strength, height (cm), body weight (kg) and fat percentages (%) were measured. SPSS v.25 program was used for statistical evaluations. After the distribution of the data were examined, the relationship levels between groups were determined using the Pearson Correlation test and Independent Sampling T-Test was applied to compare values according to gender variable. Results: As a result of this research, the right and left handgrip strength values of men were significantly higher than those of females (33.86 ± 6.87 vs 22.38 ± 4.16 kg; 32.73 ± 7.18 vs 20.95 ± 4.36 kg, for the right and the left hand respectively, $p<0.001$). Furthermore, no significant relationship was determined between age and handgrip strength values ($p> 0.05$). However, a significant positive correlation between muscle mass and handgrip strength values ($p <0.001$) was noted. Conclusion: The results of this study suggest that in terms of maintaining muscle mass as possible, the strength loss would be diminished in the aging process. It is suggested that in order to increase or protect the quality of life in the elderly, muscle mass and therefore strength should be maintained or enhanced. Keywords: muscle mass, strength, elderly, handgrip strength

SB436

DOWN SENDROMLU ERKEK ÇOCUKLARDA EGZERSİZİN DENGE, ESNEKLİK VE KARIN KUVVETİ GELİŞİMİNE ETKİSİ

***[1]Hasan Hüseyin Yılmaz*, [2]Hasan Hüseyin Yılmaz, [3]Mehmet Ilkım, [2]Murat Kaldırımcı, [4]Osman İmamoğlu, [5]Zeynep Gökkuş**

[1]ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ,ERZURUM
[2]ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ, ERZURUM
[3]İNÖNÜ ÜNİVERSİTESİ, MALATYA
[4]ONDOKUZ MAYIS ÜNİVERSİTESİ, SAMSUN
[5]KASTAMONU ÜNİVERSİTESİ, KASTAMONU

***Email :** hasanh.yilmaz@atauni.edu.tr, hasanh.yilmaz@atauni.edu.tr, mehmet.ilkim@inonu.edu.tr , murat.kaldirimci@atauni.edu.tr, osmani@omu.edu.tr, z.gokkus@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı down sendromlu erkek çocuklarda egzersizin denge, esneklik ve karın kuvveti gelişimine etkisinin araştırılmasıdır.

Yöntem: Araştırmaya Malatya Turgut ÖZAL Özel Eğitim ortaokulu erkek 11-15 yaş arası 30 kontrol grubu ve 30 Down sendromlu öğrenci katılmıştır. Araştırmamızda 3 farklı test 5 ayda 1 olmak üzere 5 kez tekrarlanmıştır. Karşılaştırmalarda t – testi ve ANOVA kullanıldı. Bulgular: Kontrol grubu ile deney grubunun vücut ağırlığı ve boy uzunluklarında tüm ölçüm aşamalarında karşılaştırılmasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (p>0,05). Çalışmamızda kontrol ve Deney Grubunda Flamingo denge testi 1' de kontrol grubunda 14,53 hata ve deney grubunda 12,70 hata bulunmuşken, Flamingo denge testi 5' de Kontrol grubunda 14,13 hata ve deney grubunda 9,60 hata bulunmuştur. Otur uzan esneklik testi 1' de kontrol grubunda 4 cm ve deney grubunda 2,50 cm esneklik değeri bulunmuşken, Otur uzan esneklik testi 5' de Kontrol grubunda 4,87 cm ve deney grubunda 8,70 cm esneklik değeri bulunmuştur. Yine mekik testi 1 kontrol grubunda 9,20 adet ve deney grubunda 8,87 adet bulunmuşken, mekik testi 5' de Kontrol grubunda 7,60 adet ve deney grubunda 12,87 adet bulunmuştur.Flamingo denge testinde kontrol gurubu ile deney grubu hata sayıları arasında, 1,2,3,4 ve 5 testlerinde, Otur-uzan esneklik testi esneklik değerleri arasında 1,2,3,4 ve 5 testlerinde ve mekik tesit 2,3,4 ve 5 testlerinde anlamlı farklılık bulunmuştur (p<0,05, p<0,001). Mekik testi 1'de kontrol ve deney grubunda anlamlı farklılık bulunmamıştır (p>0,05). Sonuç: Sonuç olarak düzenli yapılan egzersizlerin down sendromlu çocukların denge, esneklik ve karın kuvveti gelişimine olumlu etkisi olduğu bulunmuştur. Down sendromlu çocukların kapsamı gittikçe artacak şekilde düzenli olarak egzersizlere katılmaları teşvik edilebilir. Aileler çocuklarını fiziksel aktivite yapmaya yönlendirmelidir.

EFFECTS ON BALANCE, FLEXIBILITY AND ABDOMINAL STRENGH DEVELOPMENT OF EXERCISE IN BOYS WITH DOWN SYNDROME

The aim of this study is to investigate the effect of exercise on balance, flexibility and abdominal strength development in boys with Down syndrome.

Research Malatya Turgut ÖZAL special education middle school students participated that 30 control group and 30 experimental group with Down syndrome are aged 11-15 yearsIn our study, 3 different tests were repeated 5 times with 1 every 5 months. Student t - test was used in the comparison.

There was no significant difference in body weight and height lengths between the control group and the experimental groups in all measurement stages (p> 0,05). There were 14,53 errors in the control group and 12,70 errors in the control group and 14,13 errors in

the control group and 9,60 errors in the control group in Flamingo balance test 5 in Flamingo balance test 1 in the study group. In flexibility test 1, 4 cm in the control group and 2,50 cm in the test group were found. In flexibility test 5, 4.82 cm in the control group and 8.70 cm in the experimental group were found. There were 9,20 sit up tests in the control group and 8,87 in the experimental group, while sit up test was found in 7,60 in the control group and 12,87 in the experimental group. In Flamingo balance test, between control group and test group error numbers, in 1,2,3,4 and 5 tests, in flexibility test between flexibility values 1,2,3,4 and 5 tests and in sit up test 2,3,4 and 5 test significantly ($p < 0.05$, $p < 0.001$). There was no significant difference between the control and experimental groups in the sit up 1 ($p > 0,05$). As a result, regular exercises were found to have a positive effect on balance, flexibility and abdominal strength development of children with Down syndrome. Children with Down

SB438

DOWN SENDROMLU ÇOCUKLARDA EGZERSİZİN KOORDİNASYON, EL KAVRAMA VE KOL KUVVETİ GELİŞİMİNE ETKİSİ

[1]Murat Kaldırımcı, [2]Mehmet Ilkım, [1]Hasan Hüseyin Yılmaz, [3]Osman İmamoğlu, [4]Zeynep Gökkuş

[1]ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ,ERZURUM
[2]İNÖNÜ ÜNİVERSİTESİ,MALATYA
[3]ONDOKUZ MAYIS ÜNİVERSİTESİ,SAMSUN
[4]KASTAMONU ÜNİVERSİTESİ, KASTAMONU

Email : *murat.kaldirimci@atauni.edu.tr, mehmet.ilkim@inonu.edu.tr, hasanh.yilmaz@atauni.edu.tr, osmani@omu.edu.tr, z.gokkus@gmail.com*

Bu çalışmanın amacı down sendromlu erkek çocuklarda egzersizin koordinasyon, el kavrama ve kol kuvveti gelişimine etkisinin araştırılmasıdır. Araştırmaya Malatya Turgut ÖZAL Özel Eğitim ortaokulu erkek 11-15 yaş arası 30 kontrol grubu ve 30 Down sendromlu öğrenci katılmıştır. Araştırmamızda 3 farklı test 5 ayda 1 olmak üzere 5 kez tekrarlanmıştır. Karşılaştırmalarda t – testi ve ANOVA kullanıldı. Bulgular: Kontrol grubu ile deney grubunun vücut ağırlığı ve boy uzunluklarında tüm ölçüm aşamalarında karşılaştırılmasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (p>0,05).

Kontrol grubu ile deney grubunun vücut ağırlığı ve boy uzunlukları arasında tüm aşamalarda anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (p>0,05). Kontrol ve Deney Grubunda Disklere dokunma testi 1 kontrol grubunda 43,95 sn ve deney grubunda 43,10 sn bulunmuşken, Disklere dokunma testi 5' de Kontrol grubunda 45,14 sn ve deney grubunda 37,46 sn bulunmuştur. Barfikste Asılı Kalma Testi kontrol grubunda ilk ölçümde ortalama 9,47 sn iken son ölçümde 7,37 sn olurken deney grubunda ilk ölçüm 10,07 sn ve son ölçümde 15,6 sn bulunmuştur. Yine El Kavrama Kuvveti Testi kontrol grubunda ilk ölçümde ortalama 13,57 kg iken son ölçümde 13,68 kg olurken deney grubunda ilk ölçüm 14,49 kg ve son ölçümde 18,58 kg olarak bulunmuştur.

Sonuç olarak Down sendromlu çocuklarda egzersizin koordinasyon, el kavrama ve kol kuvveti gelişimine olumlu etkisi bulunmuştur.

EFFECTS OF EXERCISE TO COORDINATION, HANDGRIP AND STRENGTH DEVELOPMENT IN BOYS WITH DOWN SYNDROME

The aim of this study is to investigate the effect of exercise on coordination, hand grip and arm strength development in boys with Down syndrome. Research Malatya Turgut ÖZAL special education middle school students participated that 30 control group and 30 experimental group with Down syndrome are aged 11-15 years. In our study, 3 different tests were repeated 5 times with 1 every 5 months. n comparison, t - test and ANOVA were used.

There was no significant difference in body weight and height lengths between the control group and the experimental group (p> 0,05). There was no significant difference between the control group and the body weight and height length of the experimental group at all stages (p> 0,05). In the Control and Experiment Group Plate tapping were found to be 43,95 sec in the control group 1, 43,10 sec in the experimental group, 45,14 sec in the control group and 37,46 sec in the experimental group were found in the plate tapping 5. Barfiks Suspension Test was found to be 9.47 seconds in the first measurement and 7.37 seconds in the last measurement in the control group. The first measurement in the experiment group was 10.07 seconds and the last measurement was 15.6 seconds. In the control group of Hand Grip Test, the average of 13,57 kg was 13,57 kg in the first measurement whereas it was 13,68 kg in the last measurement. In the test group, the first measurement was 14,49 kg and the last measurement was 18,58 kg. As a result, children with Down syndrome had a positive effect on exercise coordination, hand grip and arm strength development.

SB439

DOWN SENDROMLU ERKEK ÇOCUKLARDA EGZERSİZİN BACAK KUVVETİ VE DAYANIKLILIK GELİŞİMİNE ETKİSİ

***[1]Hasan Hüseyin Yılmaz*, [2]Mehmet Ilkım, [3]Hasan Hüseyin Yılmaz, [1]Murat Kaldırımcı, [4]Osman imamoğlu, [5]Zeynep Gökkuş**

[1]ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ,ERZURUM
[2]İNÖNÜ ÜNİVERSİTESİ, MALATYA
[3]ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ, ERZURUM
[4]ONDOKUZ MAYIS ÜNİVERSİTESİ,SAMSUN
[5]KASTAMONU ÜNİVERSİTESİ,KASTAMONU

***Email :** hasanh.yilmaz@atauni.edu.tr, mehmet.ilkim@inonu.edu.tr, hasanh.yilmaz@atauni.edu.tr, murat.kaldirimci@atauni.edu.tr, osmani@omu.edu.tr, z.gokkus@gmail.com*

Bu çalışmanın amacı Down sendromlu erkek çocuklarda egzersizin bacak kuvveti ve dayanıklılık gelişimine etkisinin araştırılmasıdır.

Araştırmaya Malatya Turgut ÖZAL Özel Eğitim ortaokulu erkek 11-15 yaş arası 30 kontrol grubu ve 30 Down sendromlu öğrenci katılmıştır. Araştırmamızda 3 farklı test 5 ayda 1 olmak üzere 5 kez tekrarlanmıştır. Karşılaştırmalarda t – testi ve ANOVA kullanıldı.

Durarak Uzun Atlama Testi kontrol grubunda ilk ölçümde ortalama 94,67 cm iken son ölçümde 99,10 cm olurken deney grubunda ilk ölçüm 100,87 cm ve son ölçümde 135,03 cm bulunmuştur. Mekik Koşusu Testi kontrol grubunda ilk ölçümde ortalama 55,49 sn iken son ölçümde 55,83 sn olurken deney grubunda ilk ölçüm 58,9 sn ve son ölçümde 48,73 sn bulunmuştur. Dayanıklık Koşusu Testi kontrol grubunda ilk ölçümde ortalama 20 dakika iken son ölçümde 20,49 dakika olurken deney grubunda ilk ölçüm 19,15 dakika ve son ölçümde 13,02 dakikalık süre bulunmuştur. Durarak uzun atlama 1,2,3,4 ve 5 testlerinde, Mekik koşusu 1, 3,4 ve 5 testlerinde ve dayanıklılık koşusu 2,3,4 ve 5 testlerinde kontrol gurubu ile deney grubu değerleri arasında anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0,001$). Deney ve kontrol grubu Mekik koşusu testi 2'de ve Dayanıklılık koşusu 1 değerleri arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$).

Sonuç olarak Down sendromlu erkek çocuklarda egzersizin bacak kuvveti ve dayanıklılık gelişimine olumlu etkisi bulunmuştur. Çalışma süreleri uzadıkça egzersizlerin kapsamı artırılmasının daha fazla olumlu etki edeceği düşünülmektedir.

EFFECT ON LEG STRENGTH AND ENDURANCE DEVELOPMENT OF EXERCISE IN BOYS WITH DOWN SYNDROME

The aim of this study is to investigate the effect of exercise on leg strength and endurance development in boys with Down syndrome.

Research Malatya Turgut ÖZAL special education middle school students participated that 30 control group and 30 experimental group with Down syndrome are aged 11-15 years. In our study, 3 different tests were repeated 5 times with 1 every 5 months. In comparison, t - test and ANOVA were used.

In the control group, the standing and long jump test was 94.67 cm in the first measurement and 99.10 cm in the last measurement, whereas the first measurement in the experimental group was found to be 100.87 cm and the last measurement was 135.03 cm. In the control group, shuttle run test the average was 55.49 seconds in the first measurement and 55.83 seconds in the last measurement. The first measurement in the experimental group was found to be 58.9 seconds and the last measurement was found to be 48.73 seconds. The endurance test was 20 min in the first measurement and 20.49 min in the last measurement in the control group. In the

experiment group, the first measurement was 19.15 min and the last measurement was 13.02 min. There was a significant difference between control group and experimental group values in long jump 1,2,3,4 and 5 tests, in shuttle run 1,3,4 and 5 tests and 2,3,4 and 5 tests in endurance running ($p < 0,001$) . There was no significant difference between the test and control group shuttle run test 2 and Endurance run 1 values ($p > 0,05$).

As a result, exercise in boys with Down syndrome has a positive effect on leg strength and endurance development. It is considered that increasing the scope of the exercises will have a more positive effect when the working time is longer.

SB446

GENÇ ELİT FUTBOLCULARDA YO-YO, SÜRAT VE DİKEY SIÇRAMA PARAMETRELERİ ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ

[1]Bilecik Şeyh Edebali Üniversitesi, Sağlık Yüksekokulu (Bilecik, Türkiye)

Email :

Amaç: Bu çalışma, genç futbolcularda Yo-Yo, sürat ve dikey sıçrama parametreleri arasındaki ilişkiyi açıklamak amacı ile yapılmıştır. Yöntem: Çalışmaya Türkiye Süper Ligi'nde yer alan bir kulübün, U19 Takımından 22 (yaş: 19.00±0.3 yıl; boy: 175±.04 cm; vücut ağırlığı: 70.24±4.38 kg) futbolcu gönüllü olarak katılmıştır. Gönüllülere Yo-Yo Aralıklı Dayanıklılık Testi Seviye 1 (YYAD1), 10 metre sürat testi (10mST), 30 metre sürat testi (30mST), aktif sıçrama testi (AST) ve pasif sıçrama testi (PST) uygulanmıştır. Elde edilen verilerin normal dağılım sorgulaması Shapiro Wilk Testi ile yapılmıştır. Parametrik nitelik taşıyan tüm veriler Pearson Korelasyon Testi ile değerlendirilmiştir. Tüm istatistiksel işlemler SPSS 22 paket programı kullanılarak uygulanmıştır. Bulgular: Yapılan incelemede AST - PST ile 10mST – 30mST performansı arasında istatistiksel olarak pozitif ilişki tespit edilmiştir ($p<0,01$). Bununla birlikte YYAD1 performansları arasında da anlamlı ilişki tespit edilmemiştir ($p>0,05$). Sonuç: Sonuç olarak, performansın en temel belirleyicilerinden olan kuvvet ile sürat özelliklerinin genç futbolcularda AST'nin PST üzerine, 10mST'nin de 30mST üzerine etkili olduğu ve antrenman içeriklerinde hem kuvvet hem de sürat çalışmalarına gereken önemin verilmesi gerektiği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Aktif Sıçrama, Pasif Sıçrama, Futbol, Sürat, Yo-Yo Aralıklı Dayanıklılık Testi.

EXAMINATION OF THE RELATIONSHIP AMONG YO-YO, SPRINT SPEED AND VERTICAL JUMP PARAMETERS OF YOUNG ELITE SOCCER PLAYERS

Purpose: The aim of this study is to examine the relationship between Yo-Yo, sprint speed and vertical jump parameters of young elite soccer players. Methods: Twenty-one youth soccer players of a Professional soccer club in Turkish Super League (n=21; age 19±0.3 years; height 175±.04 cm; weight 70.24±4.38 kg) were tested voluntarily. Their performance was evaluated by the following tests: Yo-Yo intermittent recovery test level 1 (Yo-Yo IR1), 10m sprint test (10mST), 30m sprint test (30mST), counter movement jump (CMJ) and squat jump (SJ) was measured. All of the data sets were assessed using the Shapiro-Wilk test for normality. The correlation comparison of the data exhibiting parametric character was carried out with the Pearson Correlation Test. Statistical data was analysed by SPSS 22 statistical package program. Findings: Positive correlation ($p<0.01$) was detected between the 10mST performance and 30mST performance and also between CMJ performance and SJ performance in the conducted analysis. No significant correlation ($p>0.05$) was detected between YYITL1 performances and other performances. Conclusion: Consequently, strength feature which is one of the most fundamental determinants of performance is effective on vertical jump. Therefore, it is thought that in the training sessions, required importance should be given to both strength and sprint practices.

Keywords : Counter Movement Jump, Squat Jump, Soccer, Sprint, Yo-Yo IR1.

SB447

KADINLAR BOKS MİLLİ TAKIMININ DÜNYA ŞAMPİYONASINA HAZIRLIK KAMPI SÜRESİNCE BAZI FİZİKSEL VE BİYOMOTOR PARAMETRELERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Raif Zileli*, [2]Mehmet Söyler**

[1]Bilecik Şeyh Edebali Üniversitesi, Sağlık Yüksekokulu (Bilecik, Türkiye)
[2]Çankırı Karatekin Üniversitesi, Yapraklı Meslek Yüksekokulu (Çankırı, Türkiye)

***Email :** raif.zileli@bilecik.edu.tr, mehmetsoyler@karatekin.edu.tr*

Amaç: Türkiye Büyük Kadınlar Boks Milli Takımının Dünya Şampiyonası öncesi oniki haftalık hazırlık kampı süresince bazı fiziksel ve biyomotor parametrelerinin incelenmesidir. Gereç ve Yöntem: Araştırmaya Türkiye Büyük Kadınlar Boks Millî Takımından gönüllü 50 boksör katılmıştır. Çalışmaya katılan gönüllülerin (n=50), yaş ortalamaları (27.70±4.05 yıl), boy uzunluğu ortalamaları (167.70±5.68 cm), vücut ağırlığı ortalamaları (68.29±9.95 kg) olarak tespit edildi. Çalışmaya katılan boksörlere Dünya Şampiyonası öncesi Boks Federasyonu tarafından belirlenen 12 haftalık antrenman programı uygulandı. Tüm boksörlerin kampın başlangıcında ve sonunda bazı fiziksel ve biomotorik parametreleri (vücut ağırlığı, BKİ, vücut yağ oranı, 10 metre sürat, 30 metre sürat, esneklik, dikey sıçrama, anaerobik güç) incelendi. Tüm verilerin istatistiksel işlemleri bilgisayar ortamında SPSS 22 istatistik paket programı ile analiz edildi. Normal dağılım analizleri Shapiro-Wilk Testi ile yapıldı. 10 metre sürat ve 30 metre sürat verileri Wilcoxon Testi ile; BKİ, vücut ağırlığı, vücut yağ oranı, esneklik, dikey sıçrama ve anaerobik güç verileri Eşleştirilmiş T Testi istatistigi ile hesaplandı. Anlamlılık değeri $p<0.05$ olarak alındı. Bulgular: Sporcuların kamp öncesi ve sonrası vücut ağırlığı (68.29±9.95 kg - 62.94±7.61 kg), BKİ (23.30±3.81 kg\m2 - 21.43±1.98 kg\m2), vücut yağ oranı (% 27.75±7.73 - % 23.39±6.61), 10 m sürat (2.37±.26 - 2.36±.25 sn), 30 m sürat (4.98±.27 - 5.02±.28 sn), esneklik (18.96±4.88 - 19.90±4.25 cm), dikey sıçrama (43.23±5.29 - 44.50±4.86 cm), anaerobik güç (993.64±163.81 - 929.21±130.68 kgm/sn) değerlerinde istatistiksel olarak anlamlı değişiklikler görülmüştür ($P<0,05$). Sonuç: Kadın boksörlerin hazırlık kampı öncesinde ve sonrasında yapılan ölçümlerindeki anlamlı değerlerin, verimli bir kamp dönemi geçirilerek Dünya Şampiyonası performanslarına olumlu katkı yapacağı kanaatindeyiz.

Anahtar Kelimeler: Anaerobik Güç, Boks, Dikey Sıçrama, Esneklik, 10 m Sürat, 30 m Sürat

THE EXAMINATION OF SOME PHYSICAL AND BIOMOTOR PARAMETERS DURING THE WORLD CHAMPIONSHIP PREPARATION CAMP OF TURKEY NATIONAL WOMEN BOXING TEAM

Aim: It is aimed to examine some physical and biomotor parameters of Women Boxing National Team of Turkey during a twelve-week training camp before the World Championship. Materials and Methods: Fifty voluntary boxers of Women Boxing National Team of Turkey participated in this study. It is determined that the average age of fifty volunteers (n = 50) who participated in this study ranges between 27.70±4.05, the average height ranges between 167.70±5.68 cm and the average body weight ranges between 68.29±9.95 kg. Some physical and biomotorical parameters of boxers participated in this study were examined and evaluated in terms of body weight, BMI, body fat ratio, a 10-metre speed test, a 30- metre speed test, flexibility test, a vertical jump and an anaerobic power test at the beginning and the end of the camp. Statistical data was analysed by SPSS 22 statistical package program. Findings: These statistical changes were determined before and after the training camp of athletes; body weight ranged between (68.29±9.95 kg - 62.94±7.61 kg), BMI ranged between (23.30±3.81 kg\m2 – 21.43±1.98 kg\m2), body fat percentages ranged between (27.75±7.73 % – 23.39±6.61 %), a 10-metre speed test values ranged between (2.37±.26 – 2.36±.25 sec), a 30-metre speed test values ranged between (4.98±.27 – 5.02±.28 sec), flexibility test values ranged between (18.96±4.88 - 19.90±4.25 cm), the values of vertical jump ranged between (43.23±5.29 - 44.50±4.86 cm) and the values of anaerobic power ranged between (993.64±163.81 – 929.21±130.68 kgm / s) with the significance level of $p < 0.05$. Result: We think that the significant values of the women boxers gathered during the measurements made before and after the preparation camp will make a positive contribution to the performances of the boxers in the World Championship after having a productive camp period.

Keywords: Anaerobic Power, Vertical Jump, Boxing, Flexibility, 10-metre speed

SB450

FUTBOLCULARDA AEROBİK VE ANAEROBİK PERFORMANSIN SEZONSAL DEĞİŞİMİ

[1]Mehmet Söyler, [2]Raif Zileli

[1]Çankırı Karatekin Üniversitesi Yapraklı Meslek Yüksekokulu,Çankırı
[2]Bilecik Şeyh Edebali Üniversitesi Sağlık Yüksekokulu,Bilecik

Email : *,*

Amaç: Bu çalışmanın amacı futbolcularda sezonsal olarak aerobik ve anaerobik performans değişikliklerini değerlendirmektir. Yöntem: Bölgesel Amatör Ligde oynayan 25 sporcuya (n=25; yaş 27.04±3.16 yıl; boy 177±6.41 cm; vücut ağırlıkları 70.10 ± 5.97 kg) hazırlık dönemi sonunda ve müsabaka dönemi ortasında olmak üzere iki farklı zamanda testler uygulanmıştır. Futbolcuların aerobik ve anaerobik performanslarını belirlemek için Yo-Yo Aralıklı Toparlanma Testi Düzey 1 (YYT1), Hacettepe Üniversitesi Futbol Araştırma Testi(HUFA) toplu-topsuz, 10 metre sürat testi, 30 metre sürat testi, aktif sıçrama testi, pasif sıçrama testi, esneklik testi uygulanmıştır. Yapılan analizlerde verilerin normal dağılım değerlendirmeleri Shapiro- Wilk testi ile yapılmıştır. Parametrik nitelik taşıyan YYT1, HUFA, 10 metre ve 30 metre sprint testleri, aktif-pasif sıçrama testleri ve esneklik testi değerleri Eşleştirilmiş Örneklem T Testi ile değerlendirilmiştir. Tüm istatistiksel değerlendirmeler SPSS 21 paket programı yardımıyla yapılmıştır. Bulgular: Yapılan istatistiksel değerlendirmeler sonucu YYT1, HUFA toplu- topsuz, 10 metre sürat, 30 metre sürat, aktif-pasif sıçrama ve esneklik testlerinde, müsabaka dönemi ortasında yapılan ölçümlerde sporcuların hazırlık dönemi sonunda yapılan testlere göre daha iyi performans gösterdikleri görülmektedir. Sonuç: Bu sonuçlar müsabaka döneminde yapılan antrenmanların biomotor özelliklerin gelişimine yönelik olduğu görüşünü desteklemektedir. Anahtar Kelimeler : Aktif Sıçrama, Futbol, HUFA, Pasif Sıçrama Sezonsal Değişim, Sprint,

SEASONAL AEROBIC AND ANAEROBIC PERFORMANCE CHANGES IN SOCCER PLAYERS

Abstract Purpose: The purpose of this study was to examine the changes in aerobic endurance performance and anaerobic performance of soccer players. Metods: Twenty five soccer players(n=25; age 27.04±3.16 years; body height 177±6.41 cm; body weight 70.10 ± 5.97 kg) were tested at two different time;at the finish of the preseason periodand at midseason. Their performance was evaluated by the following tests: Yo-Yo Intermittent Recovery Test-Level 1 (YYIRTL1), Hacettepe University of Football Research (HUFA) with ball, HUFA without ball, 10m sprint time, 30m sprint time, counter movement jump, squat jump, flexibility was measured. All of the data sets were assessed using the Shapiro-Wilk test for normality. Paired Sample t-test for the dependent variables was used to determine any significant changes in the times of the YYIRTL1, HUFA with ball, HUFA without ball, 10m sprint, 30m sprint, counter movement jump, squat jump and flexibility tests. All of the statistical analyses were performed using SPSS 21 package software. Results: As a result of the statistical evaluation; YYIRTL1, HUFA, sprint, counter movement jump, squat jump and flexibility test results which was concudet at middle competition period were better than pre-competition period tests results. It seems to athletes shown their best performance at the pre competition period. Conclusion: These results supports that, the trainings which performed at the during competition period were whether for develpoment of biomotor properties.

Key Words : Counter Movement Jump, Soccer, HUFA, Squad Jump, Seasonal Change, Sprint.

SB451

KARBONHİDRAT ALIMI VE AĞIZDA ÇALKALANMASININ TEKRARLI SPRİNT PERFORMANSINA ETKİSİ

***[1]Raci Karayiğit*, [1]Gülfem Ersöz**

[1]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

Email : *racikarayigit@hotmail.com,*

Giriş ve Amaç: Karbonhidratın (CHO) ağızda çalkalanması, ağız boşluğundaki CHO reseptörleri aracılığı ile beynin ödül ve motivasyondan sorumlu bölgesini uyararak uzun süren dayanıklılık egzersiz performansını artırır. Fakat CHO'ın ağızda çalkalanmasının kısa süreli yüksek şiddetli egzersiz performansı üzerine etkisini inceleyen çok fazla araştırma yoktur. Ayrıca CHO alımı ve ağızda çalkalanmasının ayrı ayrı ve kombine olarak performans üzerine etkisi ilk kez incelenecektir. Yöntem: Bu çalışmaya 16 amatör takım sporcusu (yaş:22,40±1,59, boy:177,66±3,75, kilo:74,66±7,26) katılmıştır. Alışma ve VO2Max testinin ardından, katılımcılar randomize, karşıt dengeli, çapraz döngülü araştırma dizaynı ile toplam 4 test gününe katılmışlardır. 3 saatlik tokluğun ardından katılımcılar, plasebo (PLA) veya CHO çalkalama (CHOÇ) veya CHO alımı (CHOA) veya CHO çalkalama ve CHO alımı (CHOAÇ) denemeleri ile birlikte 12x30 m. (35 sn. pasif dinlenme ile) tekrarlı sprint koşu protokolünü tamamlamışlardır. Test protokolünden 20 dk. önce 100 ml suda çözünmüş %9 ağırlık/hacim plasebo veya CHO alımı yapılmış ve her sprintten önce 10 saniye boyunca ağızda 25 ml suda çözünmüş %6 a/h PLA veya CHO çalkalanmıştır. CHO alımından hemen önce-sonra, 6. ve 12. sprintten sonra, Glukoz (GLU), Kalp atım hızı (KAH), Algılanan Zorluk Derecesi (RPE) ölçülmüştür. Performans ve fizyolojik parametrelerin analizinde tekrarlı ölçümlerde çift yönlü varyans analizi kullanılmıştır. Bulgular: Ortalama ve en iyi sprint zamanında ($p>0,05$), KAH ($p>0,05$), RPE ($p>0,005$) verilerinde denemeler arası anlamlı farklılık bulunmamıştır. GLU değerleri CHOA ve CHOAÇ denemelerinde, PLA ve CHOÇ denemelerine göre anlamlı derecede farklılık göstermiştir. Sonuç: Bu çalışma CHO alımı ve ağızda çalkalanmasının amatör takım sporcularında tekrarlı sprint performansı, KAH ve RPE üzerine anlamlı etkisi olmadığını göstermiştir. CHO alımından kaynaklı, CHOA ve CHOAÇ denemelerinde testten hemen önce ve sonraki glukoz değerleri PLA ve CHOÇ denemelerine göre anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. Bu sonuçlar literatür ile paralellik göstermektedir. Gelecekteki araştırmalarda, benzer araştırma dizaynı kullanılarak glukozun bisiklet ergometresinde sprint performansı üzerine etkisi incelenebilir.

THE EFFECT OF CARBOHYDRATE INGESTION AND MOUTH RINSING ON REPEATED SPRINT PERFORMANCE

Introduction: Carbohydrate (CHO) mouth rinsing increases endurance exercise performance via CHO receptors in the mouth that stimulates brain region responsible for reward and motivation. However, there is scarce study that investigating the effect of CHO mouth rinse on high-intensity exercise performance. Further, this is the first time to examine seperate and combined effect of CHO ingestion and mouth rinse on performance.

Method: 16 amateur team players (age:22,40±1,59, height:177,66±3,75, weight:74,66±7,26) participated. Following familiarization and VO2Max test, participants attended 4 test with randomized, counter balanced, crossover research design. Following to 3 hours fed state, participants completed 12x30 m. (with 35 sec. passive rest) repeated sprint running test protocol with Placebo(PLA) or CHO mouth rinse (CHOR) or CHO ingestion (CHOI) or CHO mouth rinse and CHO ingestion (CHOIR) trials. 20 min. before begining to test protocol, %9 weight/volume placebo or CHO dissolved in 100 ml water was ingested and immediately before each sprint %6 w/v CHO or placebo dissolved in 25 ml water was rinsed 10 seconds duration. Immediately before and after CHO ingestion and after 6. and 12. sprint Heart Rate (HR), Glucose (GL), rating of perceived exertion(RPE) were measured. Physiological and performance parameters were anaylzed with two-way repeated measures ANOVA

Results: There were no significant differences between trials in mean and best sprint time (p>0,05), HR (p>0,05), RPE(p>0,05) datas. GL values were significantly different CHOI and CHOIR compared to PLA and CHOR.

Conclusion: This study showed that CHO ingestion and rinsing doesn't significantly affect repeated sprint performance, HR and RPE values. As a result of CHO ingestion, GL values immediately before and after test in CHOI and CHOIR trials were significantly high compared to CHOR and PLA trials. These results are in line with literature. Effects of glucose rinsing on sprint cycling performance with same research design should be investigated in future studies.

SB472

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR OKULLARI HAZIRLIK KURSUNA KATILAN ÖĞRENCİLERİN SOLUNUM FONKSİYONLARININ VE KAZANMA BAŞARISININ ANTRENMANLA OLUŞAN ETKİSİNİN İNCELENMESİ

***[1]Özgür Dinçer*, [2]Zübeyde Şenel Çakır**

[1]Ordu Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu,Ordu
[2]Ordu Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Anabilimdalı, Ordu

***Email :** ozgrdncr@gmail.com, zbydsnl_28@hotmail.com*

Giriş ve Amaç: Solunum sisteminin işlevsel durumu klasik olarak akciğer hacim ve kapasitelerinin ölçülmesiyle belirlenebilmektedir (Atan ve ark., 2013). Alınan hava inspirasyon, verilen hava ekspirasyon havası olarak adlandırılır (Atabek, 2015). Bizde araştırmamızda Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu ve Fakültelerine hazırlanan öğrencilerin solunum parametreleri ve sınav sonuçları üzerinde, hazırlık dönemi boyunca uygulanan antrenmanın ne denli farklılıklar oluşturduğunu incelemeyi amaçladık.

Yöntem: Çalışmaya yaş ortalaması (18,85±1,92) 14 kız ve 6 Erkek olmak üzere toplam 20 kişi gönüllü olarak katılmıştır. Solunum parametrelerini ölçmek için Cosmed Spiropalm 6MWT marka spirometre cihazı kullanılmıştır. Solunumla ilgili zorlu vital kapasite (FVC), bir saniyedeki zorlu eksprasyon volümü (FEV1), en yüksek ekspirasyon akım (PEF), zorlu ekspirasyon ortası akım hızı (FEF25-75) ve maksimum istemli ventilasyon (MVV) ölçümleri alınmıştır. Ölçümler çalışmalar başlamadan önce ve sınavdan iki gün önce alınarak değerlendirilmiştir. Antrenman 12 haftalık bir periyotta dayanıklılık, kuvvet ve sürat özelliklerini geliştirmeye yönelik uygulanmıştır. Araştırmanın verileri tanımlayıcı istatistikler alınarak Wilcoxon analizi ile incelenmiş ve anlamlılık düzeyi 0,05 olarak kabul edilmiştir.

Bulgular: Elde edilen veriler sonucunda, solunumla ilgili zorlu vital kapasite (FVC), bir saniyedeki zorlu eksprasyon volümü (FEV1) değerlerinde anlamlı faklılık bulunamamış, en yüksek ekspiresyon akım (PEF), zorlu ekspirasyon ortası akım hızı (FEF25-75) ve maksimum istemli ventilasyon (MVV) değerlerinde 0,05 düzeyinde anlamlı farklılıklar bulunmuştur $P<0,05$.

Sonuç: Sonuç olarak solunum parametreleri açısından düzenli yapılan dayanıklılık, kuvvet ve sürat çalışmalarının solunum faaliyetleri üzerinde olumlu etkilere sebep olduğu ve deneklerin %65'i üniversitelerin eleme parkurlarını başarı ile bitirip bir bölüme yerleştiği tespit edilmiştir. Dolayısıyla solunum parametreleri ile başarı oranlarının olumlu değişimlerinin paralellik gösterdiği düşünülmektedir. Yapılan çalışmalar sonucunda, spor yapan kişilerin nefes hızı ile kapasitesinin gelişmesi için uygun antrenmanlarla uzun süreli çalışmalar önerilebilir.

Anahtar Kelimeler: Solunum Fonksiyonları, Hazırlık Kursu, Antrenman, Kazanma Başarısı.

EXAMINATION OF THE TRAINING-INDUCED EFFECT OF RESPIRATORY FUNCTIONS AND WINNING SUCCESS OF STUDENTS ATTENDING THE PREPARATORY COURSE OF THE SCHOOL OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS

Introduction and Purpose: The functional status of the respiratory system is conventionally determined measuring lung volumes and capacities (Atan et al. 2013). Inspiration refers to the breathing of air into the lungs while expiration refers to the outflow of air from the lungs (Atabek, 2015). The aim of this study is to compare the respiratory parameters of students of School of Physical Education and Sports and students of the Department of Wind Instruments of the Faculty of Performing Arts (experimental group) with those of a randomly sampled control group.

Method: The study sample consisted of a total of 20 voluntary participants (14 women and 6 men). The mean age was 18.85±1.92 years. Respiratory parameters were measured using a Cosmed Spiropalm 6MWT spirometer. Forced vital capacity (FVC), forced expiratory volume in 1 second (FEV1), peak expiratory flow (PEF), mean forced expiratory flow (FEF25-75) and maximum voluntary ventilation (MVV) were measured before the start of training and two days prior to exam. A 12-week training was performed to improve strength, endurance and speed. Data were analyzed using descriptive statistics and Wilcoxon analysis at a significance level of 0.05.

Finding: There was no statistically significant difference in FVC and FEV1 ($p>0.05$) between the experimental and control groups. There was, however, a statistically significant difference in PEF, FEF25-75 and MVV ($p<0.05$) between them.

Conclusion: Regular endurance, strength and speed training has a positive effect on respiratory parameters. 65% of participants completed the testing procedures of universities successfully and were eligible to enroll in a Bachelor's program. We can, therefore, state that changes in respiratory parameters and success rates are parallel to each other. It is recommended that people engaged in sports perform appropriate training for long periods of time to improve their breathing speed and capacity.

Keywords: Respiratory Functions, Preparation Course, Training, Winning Success.

SB487

PROFESYONEL FUTBOLCULARIN SIÇRAMA PERFORMANSLARI İLE SPRİNT PERFORMANSLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

***[1]Mehmet Emin Yelken*, [2]Mehmet Emin Yelken, [3]Özlem Orhan, [3]İmdat Yarım**

[1]Afyon Kocatepe Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu
[2]Afyon Kocatepe Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Afyon
[3]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

***Email :** mehmet.yelken@hotmail.com, mehmet.yelken@hotmail.com, oarslan@gazi.edu.tr, imdatyarim@gmail.com*

PROFESYONEL FUTBOLCULARIN SIÇRAMA PERFORMANSLARI İLE SPRİNT PERFORMANSLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

Özlem ORHAN, İmdat YARIM, Mehmet Emin YELKEN

Amaç: Bu çalışmanın amacı profesyonel futbolcuların sıçrama ve sprint performansları arasındaki ilişkilerinin değerlendirilmesidir. Gereç ve Yöntem: Çalışmaya yaş ortalamaları 25.2±0.57 olan profesyonel olarak 2. Lig'de oynayan 20 erkek futbolcu gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcıların boy uzunluğu, vücut ağırlığı, stadiometre ile ölçüldü. Sıçrama verilerinin ölçümünde optojump, Microgate, Bolzano,(Italy) ve sprint değerlerinin ölçümünde Newtest , OY (Finland) kullanıldı. Bulgular: Veriler istatiksel olarak SPSS 23 programında değerlendirilerek, değişkenler arasında anlamlı bir fark olup olmadığını belirlemek için Spearman Korelasyon testi kullanıldı. İstatiksel olarak anlamlılık düzeyi $p<0.05$ olarak kabul edilmiştir. Yapılan değerlendirmede CMJ Tflight(sn), CMJ Height (cm), Squat Tfilght (sn), Squat Height (cm) sıçrama değerleri ile 5m sprint ve 10m sprint değerleri arasında anlamlı bir fark bulunmazken, 30m sprint değerleriyle karşılaştırdığımızda anlamlı bir sonuç elde edilmiştir. Sonuç: Sıçrama performansının 30m sprint performansını olumlu yönde etkileyebileceği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Sıçrama, Futbol, Sprint

EVALUATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN JUMP PERFORMANCES AND SPRINT PERFORMANCES OF PROFESSIONAL FOOTBALL PLAYERS

Özlem ORHAN, İmdat YARIM, Mehmet Emin YELKEN

Aim: The aim of this study is to correlation the relationship between jump and sprint performances of professional footballer players. Materials and method: A total of 20 male football players participated in the 2nd League as a professional with an average age of 25.2 ± 0.57. Participants' height, body weight, stadiometer were measured. OptoJump, Microgate, Bolzano, (Italy) jump values, and Newtest, OY (Finland) was used to measure sprint values. Results: The data were evaluated statistically in the SPSS 23 program and the Spearman correlation test was used to determine whether there was a significant difference between the variables. Statistically significant level of $p <0.05$ was accepted. While there was no significant difference between the values of CMJ Tflight (sec), CMJ Height (cm), Squat Tflight (sec), Squat Height (cm) jump values and 5m sprint and 10m sprint but compared with the sprint values of 30m, a meaningful result was obtained. Conclusion: It can be said that the jumping performance can affect the sprint performance of 30m positively.

Key Words: Football, Jump, Sprint

SB493

PROFESYONEL BASKETBOLCULARDA İSKEMİK ÖNKOŞULLAMANIN İZOKİNETİK KUVVET PERFORMANSI ÜZERİNE AKUT ETKİSİ

***[1]Atakan Yilmaz*, [2]Veli Volkan Gürses**

[1]Başkent Üniversitesi Spor Bilimleri Bölümü, Ankara
[2]Kastamonu Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu, Kastamonu

***Email :** atakan@baskent.edu.tr, volkangurses@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Anlık performansı artışı sağlayabilmek spor bilimciler, antrenörler ve koçlar için birçok spor branşında temel öncelikli unsurlardan biridir. Bu kapsamda çalışmanın amacı profesyonel basketbolcularda iskemik önkoşullamanın (İsÖ) izokinetik kuvvet performansı üzerine akut etkisinin incelenmesidir.

Yöntem: Çalışmaya Ankara'daki Basketbol takımlarında oynayan, 18 erkek (Ort. yaş; 26,91 ± 3,41yıl, boy: 188,11 ± 8,22cm, VA: 89,44 ± 11,74kg) gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcıların izokinetik kuvvet performanslarının belirlenmesi için Cybex 770 izokinetik kuvvet dinamometresi (Lumex Inc, Ronkonkoma, NY, USA) kullanılmıştır. Konsantrik diz fleksiyon ve ekstansiyon kuvvetleri 60º.s-1 ve 180º.s-1 hızlarında bilateral olarak tespit edilmiştir. Sporcuların tamamı ön test, İsÖ ve aldatma protokollerine farklı günlerde girmişlerdir. Tüm sporculara yapılan ön testin ardından 9'ar kişilik iki gruba bölünmüşler ve kura ile İsÖ ve aldatma protokollerine girmişlerdir. İsÖ uygulamasında sistolik kan basıncından 50mmHg daha yüksek olan basınç 3x5dk olacak şekilde her iki bacağa da özel bir manşon aracılığı ile uygulanmış ve 50dk sonrasında izokinetik teste alınmışlardır. Aldatma uygulamasında ise Sporculara bir defa 20mmHg manşon basıncı ile İsÖ uygulandıktan sonra izokinetik teste alınmışlardır. Katılımcıların ön test sonuçları, İsÖ ve aldatma uygulaması sonrası test sonuçları arasında farklılık olup olmadığını belirlemek için tekrarlı ölçümlerde ANOVA, çoklu karşılaştırmalarda ise Bonferroni testi uygulanmıştır. Verilerin normal dağılıma uygunluğu Shapiro-Wilk testi ile değerlendirilmiştir (p>0,05).

Bulgular: Yapılan istatistikî analiz sonuçlarına göre katılımcıların ön test ve İsÖ uygulaması sonrası elde edilen değerler açısından sağ bacak 180o/s fleksiyon, sağ bacak 180o/s fleksiyon work, sol bacak 180o/s fleksiyon ile sol bacak 180o/s fleksiyon work değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmiştir (p<0.05). Aldatma uygulamasına yönelik olarak ön_test ve aldatma uygulaması sonrası elde edilen değerler açısından sağ bacak 180o/s fleksiyon değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir (p<0.05). Diğer değerler arasında fark gözlenmemiştir.

Sonuç: Sonuç olarak İskemik Önkoşullamanın İzokinetik kuvvet performansını artırmaya yönelik kullanılabileceği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Uzaktan önkoşullama, Kuvvet performansı, Zirve tork

THE EFFECT OF ISCHEMIC PRECONDITIONING ON ISOKINETIC STRENGTH PERFORMANCE IN PROFESSIONAL BASKETBALL PLAYER

Background & Study Aim: Sports scientists, trainers and coaches spend the majority of their time trying to ensure maximum performance. The aim of this study was to examine the effect of ischemic preconditioning (IPC) on isokinetic strength performance in professional basketball player

Methods: 18 male basketball player (age: 26, 91 ± 3,41yrs, height: 188,11 ± 8,22cm, body mass: 89,44 ± 11,74kg) participated in this study voluntarily. Peak isokinetic knee extension and flexion torques were determined at 60º.s-1 and180º.s-1 by Cybex 770 isokinetic leg dynamometer (Lumex Inc, Ronkonkoma, NY, USA) for each right and left leg. After pretest athletes were divided into 2 groups (test

n=9; sham n=9) randomly. All participants performed pretest, IPC and Sham test trial on separate days randomly. IPC was implemented to the body where nearest point of leg by using leg cuff pressure 50 mmHg higher than systolic blood pressure for each participant during 3 x 5 minutes in laying position. For the Sham intervention, it was implemented in 5 minutes single period by standard 20 mmHg cuff pressure. Analysis of variance (ANOVA) with repeated measures was used to analyze performance data. Bonferroni test was used for multiple comparisons to determine whether the pre-test results of the participants, IPC and sham intervention results of the participants. The normal distribution of the data was evaluated by the Shapiro-Wilk test ($p > 0.05$).

Results: After IPC intervention test results indicated significant differences between pre- test and IPC in right leg 180o/s knee flexion, right leg 180o/s knee flexion work, left leg 180o/s knee flexion and left leg 180o/s flexion work ($p<0.05$). In sham group results indicated significant differences between pre-test and IPC in right leg 180o/s knee flexion ($p<0.05$).

Conclusion: It can be said that Ischemic Preconditioning could be used to increase isokinetic strength performance.

Keywords: Remote Ischemic Preconditioning, Strength performance, Peak torque

SB496

FARKLI ÖNKOŞULLAMA STRATEJİSİ UYGULAMALARININ ANAEROBİK PERFORMANS ÜZERİNE AKUT ETKİSİ

***[1]Volkan Günay*, [1]Atakan Yılmaz**

[1]Başkent Üniversitesi Spor Bilimleri Bölümü, Ankara

Email : *gunaywolkan@gmail.com, atakan@baskent.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Anaerobik performansı arttırmaya yönelik akut uygulamalara sporun neredeyse tüm alanlarında ihtiyaç vardır. İskemik önkoşullama (İsÖ), Aktivasyon Sonrası Potansiyeli (ASP), sabah direnç egzersizi (SDE), aktif ısınma (AkI), hormonel önkoşullama (HrÖ) uygulamaları Önkoşullama stratejileri (ÖnS) olarak geçmekte ve performansı akut olarak arttırmak için uygulanmaktadır. Bu bağlamda çalışmanın amacı farklı önkoşullama stratejilerinin anaerobik performans üzerine akut etkisinin incelenmesidir.

Yöntem: Bu çalışmaya rekreasyonel olarak aktif 19 erkek (Ort. yaş: 19,45 ± 1,69yıl, boy: 173,91 ± 9,05cm, VA: 69,95 ± 13,05kg) gönüllü olarak katılmıştır. Tüm katılımcılar Öntest, ÖnS ve Aldatma uygulamalarına girmişlerdir. Çalışmaya katılan katılımcıların antropometrik ölçümleri ilk geldikleri gün yapılmış ve aynı gün Anaerobik performansın belirlenmesi için Wingate Anaerobik Güç ve Kapasite Testi (WAnT) uygulanmıştır. Daha sonrasında 9 kişiye ÖnS uygulanırken 9 kişiye de aldatma kura yöntemi ile uygulanmıştır. Son gelişlerinde ise yer değiştirmişlerdir. ÖnS uygulaması olarak sırasıyla SDE, AkI, HrÖ ve ASP uygulanmış ardından WAnT'ne tekrar girmişlerdir. ÖnS belirli bir çizelgeye göre farklılaşan zaman aralıklarında uygulanmıştır. Aldatma uygulaması için etki yaratmayacak ÖnS çok düşük şiddette uygulanmıştır. Katılımcıların ön test sonuçları, İsÖ ve Aldatma sonrası test sonuçları arasında farklılık olup olmadığını belirlemek için tekrarlı ölçümlerde ANOVA, çoklu karşılaştırmalarda ise Bonferroni testi uygulanmıştır. Verilerin normal dağılıma uygunluğu Shapiro-Wilk testi ile değerlendirilmiştir ($p>0,05$).

Bulgular: WAnT sonrası elde edilen öntest, ÖnS ve Aldatma uygulamaları değerleri arasında sadece ortalama güç değeri açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0.05$). Bu farkın Öntest ve ÖnS değerlerinden kaynaklandığı tespit edilmiştir. Diğer tüm parametreler açısından istatistiksel olarak bir farklılık tespit edilememiştir.

Sonuç: Sonuç olarak Önkoşullama stratejilerinin anaerobik kapasiteyi arttırmaya yönelik olarak kullanılabileceği söylenebilir.

Anahtar kelimeler: Sabah direnç egzersizi, Hormonel önkoşullama, Aktivasyon sonrası potansiyeli,

THE ACUTE EFFECT OF DIFFERENT PRECONDITIONING STRATEGIES ON ANAEROBIC PERFORMANCE

Background & Study Aim: The use of preconditioning strategies (PconSt) alone has a positive impact on performance. However, it is thought that there will be more impact on the performance of the combined preconditioning strategies. The following preconditioning strategies were combined: morning resistance exercise (MRE), active warm-up (AW-U), hormonal preconditioning (HP) and post-activation potentiation (PAP). This study was to examine the acute effect of different preconditioning strategies on anaerobic performance.

Material & Methods: Nineteen recreational active male (Mean age: 19,45 ± 1,69 years, height: 173,91 ± 9,05cm, BM: 69,95 ± 13,05 kg) volunteered for this study. All participants performed the pre-test and then were randomly divided into Sham and PconSt groups on separate days. For the PconSt group, MRE, AW-U, HP and PAP were implemented sequentially before test. Ineffective levels of intensity were chosen for sham intervention. Analysis of variance (ANOVA) with repeated measures was used to analyze performance

data. Bonferroni test was used for multiple comparisons to determine whether the pre-test results of the participants, IPC and sham intervention results of the participants. The normal distribution of the data was evaluated by the Shapiro-Wilk test ($p > 0.05$).

Results: The findings indicated the significant increase in mean power (anaerobic power) between Pretest and the PconSt intervention ($p < 0.05$). The average percentage strength difference between Pretest and PconSt groups was 6.72 ± 9.01%.

Conclusion: This study showed that a preconditioning strategy could be increased anaerobic power.

Keywords: Morning resistance exercise, Hormonal preconditioning, Post-activation potentiation,

SB500

AĞIR VE ŞİDDETLİ ARASINDA BİR EGZERSİZ ALANI DAHA OLABİLİR

[1]Özgür Özkaya*, [1]Görkem Aybars Balcı, [1]Hakan As, [2]Refik Çabuk, [1]Mahdi Norouzi

[1]Ege Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İZMİR
[2]Bayburt Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, BAYBURT

***Email :** ozgur.ozkaya@ege.edu.tr, gorkem.aybars.balci@ege.edu.tr, hakanas@windowslive.com, cabukrefik@gmail.com, mehdi_noroozi6@yahoo.com*

Giriş ve Amaç: Kritik güç (KG) ağır ve şiddetli egzersiz alanlarının sınırıdır ve maksimal laktat dengesi (MLD) ile yakından ilişkilidir. Ancak, KG'yle ilgili matematiksel bir varsayım yerine "VO2'nin stabil tutulabildiği en yüksek egzersiz şiddeti" olarak yorumlanan kritik eşik (KE) kavramı, gerçek bir fizyolojik sınır belirlemede daha iyi bir gösterge olabilir. Bu çalışmanın amacı, sporcuların bireysel KE'lerine karşılık gelen güç çıktılarını bularak, bu düzeyi MLD ile kıyaslamaktır.

Yöntem: Bu çalışmaya 10 iyi antrene bisiklet sporcusu (VO2maks: 64,6±5,8 mL·dk-1·kg-1 ve PPO (peak power output): 377,1±65,7 W) gönüllü olarak katıldı. Kademeli testleri takiben, sporcuların VO2maks düzeyleri, çok sayıda sabit yüklü tüketici testle bulundu. Devamında sporcuların MLD düzeyleri 30-dk'lik sabit yüklü testlerle tarandı. Bisikletçilerin bireysel KE düzeyleri, VO2pik veren en düşük güç çıktısına ulaşana kadar, +15 W'lık aralıklarla bitkinlikle sonlanan sabit yüklü protokollerle test edildi. Zamana göre VO2 kinetikleri çoklu regresyon analizleriyle değerlendirildi ve görsel analizlerle doğrulandı. Değerler arasındaki farklar tekrarlanan ölçümler analizleri/LSD ile değerlendirildi. Korelasyon katsayılarının analizlerinde Pearson r kullanıldı.

Bulgular: Elde edilen sonuçlara göre, MLD ve KE arasında oldukça önemli bir fark vardı (sırasıyla, 264,2±39,1 W; %81,4±4,65 VO2maks'a kıyasla 324,6±41,6 W; 86,8±5,01% VO2maks, $p<0.001$). KE düzeyleri, MLSS ve PPO'nun tam ortasındaki (Δ50%) güç çıktısına karşılık geldi (320,6±51,3 W; $p=0.335$; $r=0.98$). MLD+15 W egzersizlerde VO2 değerinin VO2pik'e gitmeden stabil tutulabildiği (VO2'de ertelenmiş bir denge ya da kademeli bir artışla), ancak KE+15 W egzersizlerinde bitkinliğin her zaman VO2pik ya da VO2maks düzeylerinde gerçekleştiği gösterildi.

Sonuç: Elde edilen sonuçlara göre, ağır ve şiddetli egzersiz alanlarının arasında fazladan bir egzersiz alanı daha olabileceği gösterildi. Bu bilgi antrenman kalitesinin arttırılması yoluyla sportif performans gelişiminde anahtar rol oynayabilir.

Anahtar kelimeler: Eşik; kritik güç; maksimal laktat dengesi.

THERE MAY BE ONE MORE EXERCİSE DOMAİN BETWEEN HEAVY AND SEVERE

Introduction and Aim: Critical power (CP) is a boundary between heavy and severe exercise domains, and closely related to maximal lactate steady-state (MLSS). However, instead of a mathematical CP assumption, critical threshold (CT) interpreted "the highest exercise intensity where VO2 can be stabilized before reaching VO2peak" may be a better indicator for real physiological limit. The purpose of this study was to evaluate the power outputs corresponding to athletes' individual CT, and compare this threshold to the MLSS.

Method: 10 well-trained cyclists (VO2max: 64.6±5.8 mL·min-1·kg-1 and peak power output (PPO): 377.1±65.7 W) volunteered for this study. Following incremental tests, multisession constant-load trails were performed to reveal VO2max. Then, MLSS was detected by 30- min constant-load exercises. Cyclists' individual CT loads were tested by constant-load exercises to exhaustion with +15 W intervals until minimal power output to elicit VO2peak. VO2 on-kinetics over time were analyzed by multiple regression analyses, and

then verified by visual analyses. Differences between variables were assessed by repeated measures/LSD. Correlation coefficients were tested by Pearson r.

Results: Main results showed that there was significant difference between MLSS and CT (264.2±39.1 W and 81.4±4.65% of VO2max vs. 324.6±41.6 W and 86.8±5.01% of VO2max, $p<0.001$). The CT was corresponded to equidistant (Δ50%) point between MLSS and PPO (320.6±51.3 W; $p=0.335$; $r=0.98$). It was found that it was possible to stable VO2 before reaching VO2peak (with delayed onset steady- state or steady-increase in VO2 over time) during exercising at MLSS+15 W; however, there was always VO2peak or real VO2max reached during exercises at CT+15 W.

Conclusion: According to results, it was indicated that there may be an additional exercise zone between heavy and severe exercise domains. This information may play a key role to improve athletic performance by increasing the quality of training.

Keywords: Critical power; maximal lactate steady-state; threshold

SB501

KRİTİK GÜÇLE KIYASLANDIĞINDA KRİTİK EŞİK DAHA İYİ BİR PERFORMANS KRİTERİ OLABİLİR

***[1]Özgür Özkaya*, [1]Görkem Aybars Balcı, [1]Hakan As, [1]Muzaffer Çolakoğlu**

[1]Ege Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İZMİR

Email : *ozgur.ozkaya@ege.edu.tr, gorkem.aybars.balci@ege.edu.tr, hakanas@windowslive.com, muzaffer.colakoglu@ege.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Daha önceki çalışma bulguları, a) kritik gücün (KG) maksimal laktat dengesi (MLD) üzerinde bir güç çıktısına karşılık gelebileceğini; b) KG ile karakterize olan solunumsal kompanzasyon noktasının (SKN), solunumsal eşiğin (SE) üzerinde bir güç çıktısına karşılık gelebileceğini ve c) KG üzerindeki şiddetlerde yapılan bir egzersizin her zaman VO2pik'de sonlanmayabileceğini göstermiştir. Halbuki, bu sonuçlar hiçbir zaman "egzersiz VO2'sinin VO2pik'e (VO2maks'dan ≤%5 VO2 yanıtı) ulaşmadan stabil tutulabildiği en yüksek güç çıktısı" olarak bilinen kritik eşik (KE) kavramı kullanılarak test edilmemiştir. Bu çalışmanın amacı, söz konusu bulguları KE konseptine dayalı olarak tekrardan değerlendirmektir.

Yöntem: Bu çalışma iyi antrene yedi erkek bisiklet sporcusunun gönüllü katılımıyla gerçekleştirildi. Gaz değişim eşiği (GDE), SE, SKN, KE, zirve güç çıktısı (peak power output; PPO) ve VO2maks, VO2pik veren en düşük ve en yüksek güç çıktısı (POmin@VO2pik ve POmaks@VO2pik) düzeyleri bulundu. SE ve KE'nin (Δ50%SE–KE), KE ve POmaks@VO2pik (Δ50%KE–POmaks@VO2pik) tam ortasında karşılık gelen güç çıktısı düzeyleri ve %140 PPO hızlarında tükenene kadar egzersizler yaptırıldı. Farklar tekrarlanan ölçümler/LSD kullanılarak değerlendirildi. Korelasyon katsayıları Pearson r kullanılarak analiz edildi.

Bulgular: GDE (158 W; %47 PPO; %53 VO2maks), SE (246 W; %73 PPO; %75 VO2maks), SKN (272 W; %81 PPO; %80 VO2maks) ve POmaks@VO2pik (374 W; %11 PPO ve %94 VO2maks) değerleri arasındaki farklar anlamlıydı ($p<0.05$). Sporcuların bireysel KE ortalamaları 293 W; %87 PPO; %95 VO2maks'a karşılık geldi. KE değerleri Δ50%SE–PPO (292 W; $r=0.98$; $p>0.05$) ile yüksek düzeyde ilişkiliydi. Δ50%SE–KE (265,6 W) ve Δ50%KE–POmaks@VO2pik (333,5 W) egzersizlerinden elde edilen dakika ventilasyonu (VE) değerleri arasındaki farklar oldukça anlamlıydı (131,7±35,3'e kıyasla 167,4±21,2 L·dk-1; $p=0.017$).

Sonuç: Solunumsal parametrelerden elde edilen sonuçlara göre, KE düzeyinin egzersiz alanlarının sınırını ayırmada daha iyi bir ölçüt olabileceği gösterildi.

Anahtar Kelimeler: Kritik eşik, kritik güç, solunumsal eşik.

CRITICAL THRESHOLD MAY BE A BETTER PERFORMANCE CRITERION COMPARE TO CRITICAL POWER

Introduction and Aim: It was previously shown that a) CP may overestimate maximal lactate steady-state; b) respiratory compensation point (RCP) characterized by CP may overestimate ventilatory threshold (VT); and c) exercising supra-CP intensities may not always be concluded at VO2peak. Whereas, real critical threshold (CT) interpreted "the highest exercise intensity where VO2 can be stabilized before reaching VO2peak (≤5% VO2 response than VO2max)" has been never used to test those results. The purpose of this study was to reevaluate those findings based on the CT concept.

Method: Seven well-trained cyclists volunteered for this study. Gas exchange threshold (GET), VT, RCP, CT, peak power output (PPO) and VO2max, minimal and maximal power outputs to elicit VO2peak (POmin@VO2peak and POmax@VO2peak) were determined. Exercise intensities at equidistant power outputs between VT and CT (Δ50%VT–CT), between CT and POmax@VO2peak (Δ50%CT–

POmax@VO2peak) and at 140% PPO were performed to limit of tolerance. Differences between variables were assessed by repeated measures/LSD. Correlation coefficients were analysed by Pearson r.

Results: There were significant differences between GET (158 W; 47% of PPO; 53% of VO2max), VT (246 W; 73% of PPO; 75% of VO2max), RCP (272 W; 81% of PPO and 80% of VO2max) and POmax@VO2peak (374 W; 111% of PPO and 94% of VO2max) ($p<0.05$). Athletes' individual CT means were corresponded to 293 W; 87% of PPO; 95% of VO2max. The CT was highly related to Δ50%VT–PPO (292 W; $r=0.98$; $p>0.05$). Minute ventilation (VE) means of Δ50%VT–CT (265.6 W) and Δ50%CT–POmax@VO2peak (333.5 W) were highly different (131.7±35.3 vs. 167.4±21.2 L·min-1; $p=0.017$).

Conclusion: According to results of ventilatory parameters, it was indicated that the CT is a better criterion to separate the boundary of exercise domains.

Keywords: Critical power, critical threshold, ventilatory threshold.

SB509

ZİRVE OKSİJEN KULLANIM DÜZEYİ VEREN EN YÜKSEK EGZERSİZ ŞİDDETİ KARDİYO-DİNAMİK FAZIN GÖRÜLEBİLECEĞİ SON EGZERSİZ DÜZEYİ OLABİLİR

[1]Özgür Özkaya, [1]Görkem Aybars Balcı, [1]Hakan As, [2]Refik Çabuk, [1]Mahdi Norouzi

[1]Ege Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İZMİR
[2]Bayburt Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, BAYBURT

Email : *ozgur.ozkaya@ege.edu.tr, gorkem.aybars.balci@ege.edu.tr, hakanas@windowslive.com, cabukrefik@gmail.com, mehdi_noroozi6@yahoo.com*

Giriş ve Amaç: Kardiyo-dinamik faz; Orta, ağır ve şiddetli egzersizlerin hemen başında VO2 yanıtlarında hızlı bir artışla birlikte görülmesinde karşın, bu fazın hangi egzersiz yüklerinde ortadan kaybolduğu daha önce hiç araştırılmamıştır. Şayet aşırı şiddetli egzersizler sırasında anaerobik katkı önemli düzeylerde artıyor ise, zirve oksijen kullanım düzeyinin (VO2peak) görülebileceği en yüksek egzersiz şiddeti (limit güç; LG) aşıldığında VO2 kinetiklerinin tek-üstel (mono-exponential) olması da muhtemeldir. Bu çalışmanın amacı, supramaksimal egzersiz şiddetlerinde VO2 kinetiklerini analiz ederek, LG'nin kardiyo-dinamik fazın görüldüğü en yüksek egzersiz şiddeti olup olmadığını araştırmaktır.

Yöntem: Bu çalışmaya iyi düzey antrene altı bisiklet sporcusu gönüllü olarak katıldı (VO2maks: 63,5±6,43 mL·dk-1·kg-1 ve zirve güç üretimi (peak power output; PPO): 408,3±53 W). Kademeli egzersiz testlerini takiben, sporcuların VO2maks düzeyleri çok sayıda sabit yüklü tüketici testler yoluyla saptandı. Bisikletçilerin bireysel LG yükleri, PPO düzeylerinin üzerinde +15 W aralıklarla sabit yüklü tüketici egzersizlerle test edildi. Zamana göre VO2 yanıtları çoklu regresyon analizleri kullanılarak değerlendirildi ve görsel olarak doğrulandı. Ortalama değerler arası farklar tekrarlanan ölçümler/LSD ile değerlendirildi. Korelasyon katsayılarının analizlerinde Pearson r kullanıldı.

Bulgular: Çalışmanın ana bulguları LG ve kardiyo-dinamik fazın görülebildiği en yüksek güç çıktısı arasında anlamlı bir fark olmadığını gösterdi (sırasıyla, 455±35,6'e kıyasla 450±44,9 W; p=0.363; r=0.98). Her iki egzersizden alınan VO2 yanıtları da oldukça benzerdi (sırasıyla, 60,7±6,61 vs. 60,7±6,8 mL·dk-1·kg-1; p=0.916; r=0.99 ve %95,5±1,22'e kıyasla %95,5±1,38 VO2maks; p=1.000; r=0.178). Ek olarak, egzersizlerden alınan bitkinlik süreleri skorları da sırasıyla 150,5±24,5'ye kıyasla 160,4±31,6 saniye bulundu (p=0.312, r=0.73). LG'de yapılan egzersizlerde kardiyo-dinamik faz görülürken, LG'nin yalnızca +15 W üzerindeki egzersizlerde kardiyo- dinamik faz olmadığı ve tek-üstel bir VO2 artışı olduğu saptandı.

Sonuç: LG'nin kardiyo-dinamik fazın görülebileceği en yüksek egzersiz şiddeti olabileceği gösterildi.

Anahtar Kelimeler: Aşırı şiddetli egzersiz alanı, limit güç, VO2maks.

THE HIGHEST EXERCISE INTENSITY TO ELICIT PEAK OXYGEN CONSUMPTION MAY BE THE LAST EXERCISE LEVEL THAT CAN BE SEEN CARDIO-DYNAMIC PHASE

Introduction and Aim: It is known that a rapid increase in VO2, called as cardio-dynamic phase, is seen at just beginning of moderate, heavy and severe exercises; however, at which exercise intensity cardio-dynamic phase disappears. If anaerobic energy contribution significantly rises during extreme exercises, it may be possible that VO2 kinetics are mono-exponential when the exercise corresponding to greater intensities than the highest power output to elicit VO2peak (limit power, LP). The purpose of this study was to analyze VO2 on- kinetics during exercises corresponding to supramaximal intensities, whether LP is the highest exercise intensity where the cardio-dynamic phase is seen.

Method: Six well-trained cyclists (VO2max: 63.5±6.43 mL·min-1·kg-1 and peak power output (PPO): 408.3±53 W) volunteered to take part in this study. Following incremental exercise tests, multisession constant-load trails were performed to reveal VO2max. Cyclists' individual LP loads were tested by constant-load trials to exhaustion with +15 W intervals by using supra-PPO exercises. VO2 on-kinetics over time were analyzed by multiple regression analyses, and verified by visual analyses. Differences between variables were assessed by repeated measures/LSD. Correlation coefficients were tested by Pearson r.

Results: Main results of this study showed that there was no significant difference between the LP and the highest exercise intensity where cardio-dynamic phase was able to be seen (455±35.6 vs. 450±44.9 W; p=0.363; r=0.98, respectively). VO2 responses obtained from both exercises were highly similar (60.7±6.61 vs. 60.7±6.8 mL·min-1·kg-1; p=0.916; r=0.99; and 95.5±1.22% vs. 95.5±1.38% of VO2max; p=1.000; r=0.178, respectively). Time to exhaustion scores were recorded as 150.5±24.5 versus 160.4±31.6 seconds (p=0.312, r=0.73). It was seen a cardio-dynamic phase when exercising at LP; however, there were a mono-exponential VO2 on-kinetics without cardio-dynamic phase at LP+15 W exercises.

Conclusion: It was shown that LP may be the highest exercise intensity to elicit cardio-dynamic phase.

Key Words: Extreme exercise domain, limit power, VO2max.

SB518

ZİRVE OKSİJEN KULLANIM DÜZEYİNİ VEREN EN YÜKSEK GÜÇ ÇIKTISINI TEK BİR SEANSTA BELİRLEYEBİLECEK BASİT BİR METOT

[1]Özgür Özkaya, [1]Görkem Aybars Balcı, [1]Hakan As, [2]Refik Çabuk, [1]Mahdi Norouzi

[1]Ege Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İZMİR
[2]Bayburt Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, BAYBURT

Email : *ozgur.ozkaya@ege.edu.tr, gorkem.aybars.balci@ege.edu.tr, hakanas@windowslive.com, cabukrefik@gmail.com, mehdi_noroozi6@yahoo.com*

Giriş ve Amaç: Zirve oksijen kullanım düzeyi (VO2pik) veren en yüksek güç çıktısı (limit güç; LG) şiddetli ve aşırı egzersiz alanlarının sınırı olarak kabul ediliyor olmasına rağmen, LG'nin önemi göz ardı edilmektedir. Hâlbuki LG oldukça kullanışlı ve ayırt edici bir performans parametresi olabilir. Günümüzde bir sporcunun bireysel LG'sini belirleyebilmek için çok sayıda sabit yüklü tüketici test yapmak gerekir, ancak LG belkide tek bir test seansıyla tahmin edilebilir. Bu çalışmanın amacı, sporcuların bireysel LG eşiklerini tek bir seansta tahmin edebilecek bir yaklaşım önermektir.

Yöntem: Bu çalışmaya 10 iyi antrene bisiklet sporcusu gönüllü olarak katıldı (VO2maks: 65,9±5,35mL·dk-1·kg-1 ve zirve güç üretimi (peak power output; PPO): 375,5±72,4 W). Bitkinlik durumuna kadar yapılan kademeli (ramp) testlerden (+1 W·2-sn-1) alınan en yüksek güç çıktısı değerleri kaydedildi. VO2maks düzeyleri çoklu sabit yüklü egzersizlerle test edildi. Devamında, sporcuların bireysel LG (VO2maks düzeylerine %5 kadar yakın kalabildikleri en yüksek güç çıktısı) düzeyleri, ayrı günlerde ve +15 W artışlarla yine sabit yüklü egzersizlerle tükenene kadar test edildi. Ortalama değerler arasındaki farklar tekrarlanan ölçümler/LSD kullanılarak değerlendirildi. Korelasyon katsayıları Pearson r ile test edildi.

Bulgular: Sporcuların kademeli (ramp) testlerinde ulaştıkları en yüksek güç çıktısıyla sabit yüklü LG taramalarından elde edilen güç çıktısı değerlerinin oldukça tutarlı olduğunu gösterdi (sırasıyla, 428,3±50,8'e kıyasla 426,5±58,8 W p=0.621; r=0.99). LG'ye karşılık gelen güç çıktısı düzeyleri PPO'nun %114,8±7,78'ine denk gelirken, kademeli testlerden elde edilen güç çıktısı düzeyleri %115,7±10,2 PPO dolaylarına denk geldi (p=0.386; r=0.97). Kademeli (ramp) testler ve LG testlerinden elde edilen en yüksek 30-sn VO2 yanıtları da oldukça benzer bulundu (sırasıyla, 63,4±6,01'e kıyasla 62,6±5,12 mL·dk-1·kg-1; p=0.109; %96,2±2,14'e kıyasla %95±1,13 VO2maks; p=0.215).

Sonuç: LG'nin ayrı günlerde bitkinlikle sonlanan 7–10 adet test seansı yerine, tek bir seansta yapılan kademeli bir test sonucuna dayalı olarak tahmin edilebileceği gösterildi.

Anahtar Kelimeler: Limit güç, kademeli (ramp) test, VO2maks.

A SIMPLE METHOD TO PREDICT THE HIGHEST POWER OUTPUT TO ELICIT PEAK OXYGEN CONSUMPTION IN A SINGLE SESSION

Introduction and Aim: Although the highest power output to elicit VO2peak (limit power; LP) is a boundary between severe and extreme exercise domains, the importance of the LP has been ignored. Whereas, it may be a useful and distinctive performance parameter. Although it takes several constant-load tests to volitional exhaustion to estimate an athlete's individual LP, it may be predicted in a single test session. The purpose of this study was to suggest an approach to predict the athletes' LP thresholds in a single test session.

Method: 10 well-trained cyclists (VO2max: 65.9±5.4 mL·min-1·kg-1 and peak power output (PPO): 375.5±72.4 W) volunteered for this investigation. Ramp incremental test was performed (+1 W·2-sec-1) to limit of tolerance, and the highest power output at the end of the ramp test was recorded. Several constant-load exercises were performed to identify VO2max. Then, athletes' LP (the highest power output which its VO2 is closer to VO2max more than %5) levels were detected by +15 W intervals with constant- load exercises to limit of tolerance in separate days. Differences between variables were assessed by repeated measures/LSD. Correlation coefficients were tested by Pearson r.

Results: Power outputs revealed at the end of the ramp incremental test were highly consistent with LP obtained from the constant workloads (428.3±50.8 vs. 426.5±58.8 W, p=0.621; r=0.99, respectively). Power output obtained from ramp test was corresponded to 115.7±10.2% of PPO, while LP was corresponded to 114.8±7.78% of PPO (p=0.386; r=0.97). The highest 30-sec VO2 means revealed from ramp incremental test and constant-load exercises corresponded to LP were also similar (63.4±6.01 vs. 62.6±5.12 mL·min-1·kg-1; p=0.109; and 96.2±2.14 vs. 95±1.13 %VO2max; p=0.215, respectively).

Conclusion: Instead of 7–10 exhausted test sessions in separate days, the LP may be predicted in a single test session by a ramp incremental test.

Keywords: Limit power, ramp test, VO2max.

SB525

MATEMATİKSEL MODELLERE DAYALI KRİTİK GÜÇ GERÇEK KRİTİK EŞİĞİ DOĞRU TAHMİN ETMEDE BAŞARISIZ

***[1]Refik Çabuk*, [2]Mahdi Norouzi, [2]Görkem Aybars Balcı, [2]Özgür Özkaya**

[1]Bayburt Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, BAYBURT
[2]Ege Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İZMİR

***Email :** cabukrefik@gmail.com, mehdi_noroozi6@yahoo.com, gorkem.aybars.balci@ege.edu.tr, ozgur.ozkaya@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Matematiksel kritik güç (KG) ağır egzersiz alanının üst sınırını işaret eder ve "uzunca sürdürülebilen en yüksek güç çıktısı" olarak tanımlanır. KG'yi tahmin etmede yaygın olarak kullanılan matematiksel modeller, lineer toplam iş (KG1), lineer güç 1/zaman (KG2) ve lineer olmayan-2 (KG3) modelleridir. KG'nin geçerliliğinin analiz edildiği çok sayıda çalışma bulunmasına rağmen, KG'nin doğruluğunu fizyolojik tanımına uygun olarak değerlendiren bir çalışma bulgusuna rastlanmamıştır. Bu çalışmanın amacı, KG'nin geçerliliğini "VO2'nin VO2pik'e ulaşmadan stabil tutulabildiği en yüksek güç çıktısı" olarak kabul edilen temele uygun bir kritik eşik (KE) saptayarak değerlendirmektir.

Yöntem: Bu çalışmaya on iyi antrene bisiklet sporcusu (VO2maks: 66±5,21 mL·dk-1·kg-1 ve zirve güç üretimi (peak power output; PPO): 5,3±0,69 W·kg-1) gönüllü olarak katıldı. Bisikletçilerin VO2maks düzeyleri sabit yüklü tüketici testlerle bulundu. KG değerleri, ayrı günlerde yapılan, 2 ile 10 dakika arasında bitkinlikle sonlanan dört tüketici egzersizden elde edilen güç (W), iş (Joule) ve tükenme süreleri (saniye) verilerinin matematiksel modellere uygulanmasıyla bulundu. Bireysel KE düzeyleri ayrı günlerde +15 W aralıklarla yapılan sabit yüklü tüketici egzersizlerle bulundu. Ortalama değerler arasındaki farklar, tekrarlanan ölçümler analizleriyle/LSD kullanılarak değerlendirildi. Korelasyon katsayıları Pearson r ile belirlendi.

Bulgular: Dört tüketici testten elde edilen KG değerleri doğru bir şekilde bulundu (CP1 için; R2≥0.99; SEE ~8W; CP2 için, R2≥0.96; SEE ~9W; CP3 için; R2≥0.97; SEE ~6W). Matematiksel KG1 (4,27±0,42 W·kg-1; p=0.000; r=0.95), KG2 (4,39±0.47 W·kg-1; p=0.008; r=0.94) ve KG3 (4,22±0,39 W·kg-1; p=0.000, r=0.96), KE'ye kıyasla oldukça düşük değerler verdi (4,57±0,48 W·kg-1). Dahası, KG1, KG2 ve KG3 (sırasıyla, 81,1±5,38%, 83,2±5,25% ve 80±5,29% PPO), KE ile kıyaslandığında oldukça düşük oransal PPO düzeylerine karşılık geldi (87±5,6% PPO) (p<0.01).

Sonuç: Matematiksel modellere dayalı olarak bulunan KG, VO2'nin VO2pik'e gitmeden stabil tutulabildiği en yüksek güç çıktısı düzeyini sağlamada başarısız oldu.

Anahtar kelimeler: Kritik eşik, kritik güç, geçerlilik.

CRITICAL POWER BASED ON MATHEMATICAL MODELS IS INSUFFICIENT TO ESTIMATE TRUE CRITICAL THRESHOLD

Introduction and Aim: Mathematical critical power (CP) defines the upper boundary of heavy exercise domain and represents "the highest power output that is sustainable very long time". Linear total work (CP1), linear 1/time (CP2) and nonlinear-2 (CP3) have been widely used mathematical models to predict the CP. Although there have been many studies to evaluate CP's validity, there has been no study to test its accuracy based on its physiological description. The aim of this study was to evaluate CP's validity based on critical threshold (CT) concept accepted as "the highest exercise intensity where VO2 can be stabilized before reaching VO2peak".

Method: Ten well-trained cyclists (VO2max: 66±5.21 mL·min-1·kg-1 and peak power output (PPO): 5.3±0.69 W·kg-1) participated for this study. Cyclists' VO2max values were analyzed by constant-load exhausted tests. CP values were estimated by power (W), work (Joule) and time to limit (seconds) outcomes obtained from four exhausted tests lasted between 2–10 minutes in separate days. Individual CTs were found by constant-load exercises to volitional exhaustion with +15 W intervals in separate days. Differences between variables were assessed by repeated measures/LSD. Correlation coefficients were defined by Pearson r correlations.

Results: CP values obtained from four exhausted tests were accurately found (R2≥0.99; SEE ~8W for CP1; R2≥0.96; SEE ~9W for CP2; R2≥0.97; SEE ~6W for CP3). The results showed that CP1 (4.27±0.42 W·kg-1; p=0.000; r=0.95), CP2 (4.39±0.47 W·kg-1; p=0.008; r=0.94) and CP3 (4.22±0.39 W·kg-1; p=0.000, r=0.96) were underestimated CT (4.57±0.48 W·kg-1). Moreover, fractional PPO values of CP1, CP2 and CP3 (81.1±5.38%, 83.2±5.25% and 80±5.29% of PPO, respectively) were corresponded to significantly less levels when compare to CT (87±5.6% of PPO) (p<0.01).

Conclusion: CP based on mathematical models failed to provide the highest exercise intensity where VO2 can be stabilized before reaching VO2peak.

Keywords: Critical threshold, critical power, validity.

SB532

FUTBOL HAKEMLERİNİN VE FUTBOLCULARIN SÜRAT, ÇABUKLUK VE VÜCUT YAĞ YÜZDESİ DEĞERLERİNİN ZAMAN İÇİNDE DEĞİŞİMİNİN İNCELENMESİ

***[1]Sürhat Müniroğlu*, [1]Erdem Subak**

[1]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Ankara

Email : *smuniroglu@hotmail.com, erdemsubak@gmail.com*

Giriş: Futbol oyununda, değişen teknik ve taktik yapısı dolayısıyla oyun hızı günden güne artmaktadır. Bu artışa, günden güne gelişen teknoloji de (hibrit çimler, top vd.) destek vermektedir. Günümüzde futbol takımları, bu değişime ayak uydurabilmek için hız ve çabukluk- çeviklik becerileri daha yüksek oyuncular geliştirmekte ve transfer etmektedir. Kazanan takımlar ve kaybeden takımlar arasındaki ekonomik uçurum arttıkça, futbol hakemlerinden de daha yüksek fiziksel yeterlilikler beklenmektedir. Amaç: Değişen futbol yapısına paralel olarak, oyuncu ve hakemlerin fiziksel özelliklerinin karşılaştırılması amaçlanmıştır. Yöntem: Bu çalışmada 2005-2018 yılları aralığındaki ölçümlere göre hakemlerin vücut yağ yüzdelerindeki değişimler incelenmiş, günümüzdeki değerleri ile futbolcuların değerleri kıyaslanmıştır. Ayrıca hakemlerin ve futbolcuların 5 metre, 30 metre sprint süreleri karşılaştırılmıştır. Bulgular: 2005 yılında yapılan ölçümlerde hakemlerin vücut yağ yüzdeleri %17-18.5 aralığında iken, günümüzde bu aralık %14 - %19 aralığında değişmektedir. Hakemlerin 2005 yılında 5 m ve 30 m koşu süreleri 0.96 - 0.99 sn ve 4.30 - 4.45 sn aralığındayken, günümüzde bu değerler 0.86 - 1.10 sn ve 3.82 - 4.69 sn aralığındadır. Sonuç: Hakemlerin 5 m ve 30 m sprint performanslarının son 13 yılda geliştiği görülmüştür. Bununla beraber, hakemlerin yıllar ilerledikçe vücut yağ kütlelerinde belirli bir düşüş gözlemlenirken, günümüzdeki yağ kütlesi seviyelerinin futbolcuların oldukça gerisinde kaldığı görülmüştür. Hakemlerin vücut yağ yüzdeleri %14 - %19 aralığında bulunurken, futbolcularda %11.3 - %13.3, forvet oyuncularında ise bu oranın %9.9 seviyelerine kadar indiği görülmüştür. Hakemlerin, değişen oyun yapısına ve oyuncuların değişen fiziksel özelliklerine ayak uydurmaları için, hakem seçimi ve hakem yükseltme aşamalarında fiziksel özelliklerin daha ayırıcı nitelikte olması ve bu değerlere daha fazla dikkat edilmesi, bununla beraber hakemlerin antrenmanlarına hız, çabukluk-çeviklik, reaksiyon çalışmalarına ağırlık verilmesi önerilmektedir. Anahtar Kelimeler: Futbol, Vücut Yağ Yüzdesi, Sprint

EXAMINATION OF THE CHANGE OF PERCENTAGE, SPEED AND BODY FAT PERCENTAGE VALUES OF FOOTBALL REFEREES AND PLAYERS IN TIME

In the football game, the speed of the game increases day by day due to the changing technical and tactical structure. This increase is supported by developing technology (hybrid grasses, ball, etc.). Nowadays football teams demand faster and more agile players. As the economic gap between winning teams and lost teams increases, higher physical competencies are expected from football referees. In this study, it is aimed to compare the physical characteristics of players and referees in parallel with the changing football structure. In this study, changes in body fat percentages of referees according to the measurements between 2005-2018 were examined and the values of today and the values of soccer players were compared. In addition, the referees and the players' sprint times of 5 meters and 30 meters were compared. According to findings, in the measurements made in 2005, referees' body fat percentages are in the range of 17-18.5%, but today this range varies between 14% and 19%. In 2005, 5 m and 30 m sprinting times were 0.96 - 0.99 s and 4.30 - 4.45 s, respectively. Today these values are between 0.86 - 1.10 s and 3.82 - 4.69 s. As a result of the research, It has been observed that the 5 m and 30 m sprint performances of referees have improved in the last 13 years. However, as the referees progressed over the years, a certain decline in body fat masses was observed, with today's fat mass levels far behind the soccer players. Body fat percentages of referees were found between 14% - 19%, 11.3% - 13.3% for soccer players and 9.9% for striker players. It is suggested that the referees should have more attention to physical characteristics in the referee selection and referee elevation phases and to pay more attention to these values in order to keep pace

SB543

PROFESYONEL FUTBOLCULARDA FARKLI PROTOKOLLERDEN ELDE EDİLEN SIÇRAMA PERFORMANS DEĞERLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

***[1]Göktuğ Mugan*, [2]Bahar Ateş, [1]Ebru Çetin**

[1]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA
[2]Uşak Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Uşak

***Email :** goktugmugan@gmail.com, atesbhr@gmail.com, cetinebruu@gmail.com*

PROFESYONEL FUTBOLCULARDA FARKLI PROTOKOLLERDEN ELDE EDİLEN SIÇRAMA PERFORMANS DEĞERLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

GÖKTUĞ MUGAN,BAHAR ATEŞ, EBRU ÇETİN

Bu çalışma ileprofesyonelfutbolculardafarklı protokollerden elde edilen sıçrama performans değerlerininkarşılaştırılması amaçlandı. Çalışmaya 2. Lig bir profesyonel futbol takımında oynayan yaş ortalaması 24.6±2.7 yıl, boy ortalaması 1.8±0.06 cm, ağırlık ortalaması 75.4±5.75 kg olan 26 erkek futbolcu gönüllü olarak katıldı. Sporcuların sıçrama performans değerleri, Smartjump (Fusion Sport, Cooper Plains, Australia) ,Optojump (Optojump Microgate Bolzano, Italy) ve Gykojump (Gyko Microgate, Italy) olmak üzere üç farklı protokol kullanılarak, skuat sıçrama (SS) ve aktif sıçrama (AS) olarak iki farklı sıçrama testi ile belirlendi. Çalışmadan elde edilen değerlerin istatistiksel analizi IBM SPSS (Ver. 23) analiz programı kullanılarak yapıldı. Verilerin normal dağılıma uygun olup olmadığını ortaya koymak amacıyla basıklık ve çarpıklık değerlerine bakıldı. Farklı sıçrama protokolleri arasında anlamlı bir fark olup olmadığını belirlemek amacıyla tekrarlı ölçümler için tek yönlü varyans analizi kullanıldı. Sporcuların SS performans değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edildi ($F(2\text{-}38) = 54.02$, $p<0.01$). Sporcuların AS performans değerlerinde ise, ortalamalar arası farkın varyansların homojenliği koşulu sağlanamadığı için yapılan greenhouse-geısser düzeltmesini içeren varyans analizi sonucuna göre, AS sıçrama yükseklik performans değerleri arasında da istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edildi ($F(1.4\text{-}26.6) = 75.8$, $p< 0.01$). SS ve AS için hesaplanan etki büyüklüğüne göre, sırasıyla (kısmi $n2 = 0.74$) farkın %74'ü ve ($n2 = 0.8$) farkın %80'i açıklanabilmektedir. Parametrelerin değerlendirilmesi sonucunda SS'da her 3 protokolde de anlamlı olarak farklı tespit edilmiştir. Ancak AS parametresinde sadece Smart Jump ve Gyko protokolleri arasında fark gözlenmezken diğer iki protokol arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edildi. Çalışmanın sonucunda, farklı protokollerle ölçülen sıçrama performanslarında parametreler arasında anlamlı farklar oluşabileceğini göstermektedir. Anahtar kelimeler: Optojump, Gykojump, Smartjump

COMPARISON OF JUMP PERFORMANCE OBTAINED FROM THREE DIFFERENT PROTOCOLS IN PROFESSIONAL SOCCER PLAYERS

COMPARISON OF JUMP PERFORMANCE OBTAINED FROM THREE DIFFERENT PROTOCOLS IN PROFESSIONAL SOCCER PLAYERS

ABSTRACT

This study aimed to compare the jump performance values obtained from three different protocols in professional soccer players.A total of 26 male soccer players participating in the 2nd League in a professional soccer team, with a mean age of 24.6 ± 2.7 years, a mean height of 1.8 ± 0.06 cm and a weight average of 75.4 ± 5.75 kg, participated voluntarily.The Squat Jump (SJ) and Counter Movement Jump (CMJ) values of the athletes were obtained using three different protocols: Smartjump (Fusion Sport, Cooper Plains, Australia), Optojump (Optojump Microgate Bolzano, Italy) and Gykojump (Gyko Microgate, Italy).The values of skewness and kurtosis were

checked to determine whether the data were appropriate for normal distribution.One-way analysis of variance was used for repeated measureof ANOVA to determine whether there was a significant difference between the different protocols.A statistically significant difference was found between SJ performance values of the athletes (F (2-38) = 54.02, p <0.01). A statistically significant difference was found between the CMJ height performance values (F (1.4-26.6) = 75.8, p <.05) as a result of variance analysis involving the Greenhouse-GeISSER correction as the variance of the averages between the averages did not provide a homogeneity condition in the performance values of the athletes. 0.01). 74% of the difference and 80% of the difference (n2 = 0.8) can be explained, respectively (partial n2 = 0.74) according to the calculated effect size for SJ and CMJ.As a result of the evaluation of the parameters, SJ was significantly different in every 3 protocols.However, no significant difference was found between the Smart Jump and Gyko protocols in the CMJ, but statistically significant differences were found between the other two protocols. Key words: Optojump, Gykojump, Smartjump

SB556

İŞİTME ENGELLİ HENTBOLCULARIN SÜRAT VE ÇEVİKLİK PERFORMANSLARI VE LINEAR YÖN DEĞİŞTİRME SÜRELERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

***[1]Serdar Eler*, [2]Nebahat Eler, [3]Pelin Aksen Cengizhan**

[1]GAZİ ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ, ANKARA
[2]BÜLENT ECEVİT ÜNİVERSİTESİ BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOKULU
[3]KIRIKKALE ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ

***Email :** serdareler@hotmail.com, nebahateler@gmail.com, pelinaksen@gmail.com*

Giriş: Hentbol sürekli patlayıcı sprintler, sıçramalar, yön değişiklikleri, paslaşma ve bunları yaparken vücut teması içeren (Marques, 2009) ve sürat ile çevikliğin önemli olduğu bir spor dalıdır. Amaç: Bu araştırma işitme engelli A milli hentbol oyuncularının vücut kompozisyonları, sürat ve çeviklik performansları ile linear yön değiştirme süreleri arasındaki ilişkiyi araştırmak amacıyla yapılmıştır. Yöntem: Araştırmaya işitme engelli A milli erkek hentbol takımında Xyaş=27.00±1.40 yıl, Xboy= 180.30±1.50 cm, Xvücutağırlığı=82.50±2.03 kg olan 20 sporcu katılmıştır. Hentbolcuların vücut kompozisyonu Tanita marka (BC-418) vücut analiz cihazı ile linear yön değiştirme (Change of Direction and Acceleration Test), çeviklik (Pro Agility Çeviklik Test) ve 20 m sürat değerleri Fusion Sport marka cihazla değerlendirilmiştir. Verilerin analizinde değişkenlerin korelasyon katsayıları ve istatistiksel anlamlılıkları Pearson Korelasyon testi ile hesaplanmıştır. Bulgular: Analiz sonuçlarına göre, hentbolcuların vücut yağ yüzdeleri ile linear yön değiştirme süreleri arasında pozitif yönde orta derecede korelasyon vardır ($r=0.490$, $p<0.05$). Sürat ($r=0.674$, $p<0.01$) ve çeviklik ($r=0.692$, $p<0.05$) ile linear yön değiştirme süreleri arasında pozitif yönde iyi derecede korelasyon vardır. Çeviklik ile sürat değerleri arasında düşük orta derecede ($r=0.477$, $p<0.05$) korelasyon olduğu tespit edilmiştir. Boy uzunluğu, vücut ağırlığı ve beden kitle indeksi ile yön değiştirme süreleri arasında ilişki bulunamamıştır. Tartışma ve Sonuç: İşitme engelli A milli hentbol oyuncularının vücut yağ yüzdeleri ile linear yön değiştirme süreleri arasında; çeviklik ile linear yön değiştirme süreleri ve çeviklik ile sürat arasında pozitif yönde korelasyon tespit edilmiştir. Literatürde bu konu ile ilgili birçok çalışma mevcuttur. Ancak işitme engelli hentbolcularda çalışmaya rastlanmamıştır. Türkiye' de ve dünyada engelli sporuna son yıllarda büyük önem verilmektedir. Yapılan çalışmanın bu alanda katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Anahtar kelimeler: İşitme engelliler, hentbol, çeviklik, sürat.

THE RELATIONSHIP BETWEEN SPEED, AGILITY PERFORMANCE AND SPEED OF CHANGE OF DIRECTION LINEARLY OF HANDBALL PLAYERS WITH HEARING DISABILITIES

Introduction: Handball is a type of sports, which involves continuous explosive sprints, jumps, direction changes, giving passes, body contact while doing these (Marques, 2009), in which speed and agility are important. Aim: This study aim at analyzing the relationship between the body compositions, speed, agility performance and speed of change of direction linearly of handball players with hearing disabilities. Method: A total of 20 athletes who are members of the A national male handball team with hearing disabilities with averages of, Xage=27.00±1.40 years, Xheight= 180.30±1.50 cm and Xbody weight=82.50±2.03 kg participated in the study. The body composition of the handball players has been evaluated with Tanita (BC-418) body analysis device and their change of direction linearly (Change of Direction and Acceleration Test), agility (Pro Agility Test) and 20 m speed values have been analyzed with the Fusion Sport device. In the analysis of data, the correlation coefficients of the variables and their statistical differences have been calculated with the Pearson Correlation test. Result: There is a positive correlation between the body fat percentages and speed of change of direction ($r=0.490$, $p<0.05$) of the handball players. There is a positive correlation between speed and agility ($r=0.674$, $p<0.01$); between speed of change of direction linearly ($r=0.692$, $p<0.05$). Discussion: A positive correlation has been found between the body fat percentages and speed of change of direction linearly; between agility and speed of change of direction linearly and between agility and speed of A national team of handball players. In the literature, there are many studies on the subject. However, no studies have been found on handball players with hearing disabilities. It is considered that this study will contribute to the literature in this area. Keywords: Hearing disabilities, handball, agility, speed.

SB560

PLANTAR FASYAYA UYGULANAN SELF MİYOFASYAL GEVŞETME EGZERSİZİNİN KONTRALATERAL HAMSTRİNG ESNEKLİĞİNE ETKİSİ

***[1]Kaan Gürbey Aktüre*, [1]Çiğdem Bulgan, [1]Mustafa Arslan Başar, [1]Sedat Odabaşı**

[1]Haliç Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, İSTANBUL

***Email :** akture.kaan@gmail.com, cigdembulgan@gmail.com, m.aslanbasar@gmail.com, sdtodabasi@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Vücudumuzdaki yapılar, birbiriyle bağlantılı hale gelmesine yardımcı olan ve fasya olarak tanımlanan yumuşak bir doku yüzeyi ile kaplıdır. Myers'in fasyalarla ilgili teorisinde, vücudun fasyal şeması verilmiş ve bu dokuların birbirleriyle bağlantılı oldukları söylenmiştir. Teoriye göre ayağın plantar yüzeyinde meydana gelecek bir problemin üst ekstremite de bir probleme yol açabileceği veya plantar yüzeyde yaşanan bir problemin gergin hamstring ve lumbar lordoz kaynaklı olabileceği söylenmiştir. Nedeni olarak da, plantar fasyadan başlayarak suboccipitale bir kalın zar dokusuyla uzanan sinir sistemiyle bağlanmış olduğu belirtilmiştir. Bu çalışmanın amacı, plantar fasyaya uygulanan SMR (Self Myofacial Release) egzersizinin kontralateral hamstring esnekliğine etkisinin araştırılmasıdır. Yöntem: Çalışmaya, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda okuyan toplam 36 erkek öğrenci (yaş; 21,85±1.25yıl, boy; 171,76±7.18cm, kütle; 71,12±10.54kg) gönüllü olarak katılmıştır. 19 kişi denek grubu, 16 kişi ise kontrol grubu olacak şekilde rastgele belirlenmiş ve her iki grup başlangıç prosedürlerinin hepsine tabii tutularak, ön test olan "Sit and Reach" testine alınmışlardır. Testte sadece kontralateral bacak esnekliği kaydedilmiştir. Sonrasında kontrol grubu 2 dakika boyunca her iki ayakta yere basacak şekilde bir koltuğa otururken; denek grubu 2 dakika boyunca bir tenis topu aracılığıyla, sol ayağın plantar fasyasına SMR gevşeme egzersizi uygulamışlardır. Egzersiz sonrası her iki grup da son testlerini tamamlamışlardır. Elde edilen veriler SPSS paket programı aracılığıyla bağımlı gruplarda t-testi kullanılarak analiz edilmiş; p değeri 0.05 olarak belirlenmiştir. Bulgular: Sonuç olarak, denek grubunun kontralateral hamstring esneklik ölçümündeki ön ve son test sonuçları arasında anlamlı fark olduğu tespit edilmiştir (sırasıyla 25.95±7.31cm; 28.13±6.74cm) ($p<0.01$). Ayrıca kontrol grubunun ön ve son test sonuçlarında da anlamlı fark olduğu gözlemlenmiştir (sırasıyla 25.35±5.79cm; 26.95±6.04cm) ($p<0.04$). Sonuç: Bu çalışma, SMR ile kontralateral yapıların etkilerinin incelendiği ilk çalışmadır. Bu etkinin, vücudun bu bölgesindeki yüksek propriyoseptik sinir uçlarından kaynaklanabileceği öne sürülmektedir. Geçmişte yapılan, kontralateral uzuvların esneklik, hareket açıklığı, toparlanma süresi gibi konulardaki sonuçlarla büyük ölçüde benzerlik göstermektedir.

THE EFFECT OF SELF MYOFACIAL RELEASE EXERCISE ON PLANTAR FASCIA ON THE CONTRALATERAL HAMSTRING FLEXIBILITY

Introduction: The structures in our body are covered with a soft tissue surface, which is defined as fascia, which helps to become interconnected. In Myers' theory of fascia, the facial scheme of the body is given and these facial tissues are related to each other. According to this theory, a problem that occurs on the plantar surface of the foot may cause a problem in the upper extremity, or may be caused by tight hamstring and lumbar lordosis, and is implicitly attributed to the nervous system extending from the plantar fascia to the suboccipitate with a thick membrane texture. The purpose of this study was to investigate the effect of SMR (Self Myofacial Release) exercise on plantar fascia on contralateral hamstring flexibility. Method: 36 male students (age;21.85±1.25yrs, height;171.76±7.18cm, mass;71.12±10.54kg) were (age, height, weight) participated voluntarily. 19 subjects were randomly assigned as experimental group and 16 subjects as control. Both groups were taken to the pretest "Sit and Reach" and contralateral leg flexibility was recorded. Afterwards, the control group were sat in a chair for 2 min.; the experimental group performed a SMR exercise on the left foot plantar fascia through a tennis ball for 2 min. After exercise, both groups completed their final tests. The obtained data were analyzed by t-test via SPSS program. Findings: There was a significant difference between the pre-test and post-test in the contralateral hamstring measurement of the experimental group (25.95±7.31cm; 28.13±6.74cm, respectively) ($p<0.01$) and control group (25.35±5.79cm; 26.95±6.04cm, respectively) ($p<0.04$). Conclusion: This study was the first study to examine the effects of contralateral structures with SMR. It is suggested that this effect may result from high proprioceptive nerve endings in this region of the body. Previously, the contralateral limbs show a large similarity to the outcomes such as elasticity, range of motion, and recovery time.

SB561

İZOTONİK İÇECEKLERİN SPORCULARDA DAYANİKLİLİK PERFORMANSİ SEVİYELERİ ÜZERİNE ETKİLERİ

***[1]Yasemin Arı*, [2]Fatma Filiz Çolakoğlu**

[1]Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, TEKİRDAĞ
[2]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

***Email :** yaseminari88@gmail.com, fcolakoglu@gmail.com*

Amaç: Bu araştırma; futbolcularda tek doz akut olarak alınan izotonik içeceğin dayanıklılık performansı seviyeleri üzerine etkilerini araştırmak için yapıldı.

Yöntem: Bu çalışmada aynı sporculara izotonik içecek ve placebo olmak üzere 2 ölçüm uygulandı. Her iki ölçüm programına devam eden 12 futbolcu gönüllü olarak katıldı. Çalışma çift kör planlandı. Teste koşu bandında % 0 eğimde, 8 km/s koşu hızında başlandı ve üç dakika sonra hız 10 km/s'e çıkarıldı. 10 km/s hızdan sonra her üç dakikada bir hız 1 km/s arttırılarak sporcu testi kendisi bırakana kadar sürdürdü. Sporcular teste başlamadan ve her hız artımından önce 1 dk. dinlendirilerek kulak memelerinden kan alındı. Test sırasında kalp atım sayısı, sporcuların üzerine takılan kalp atım monitörü ile her saniyesi sürekli olarak kaydedildi. Grubun ölçümler arası farklılıklar 'Wilcoxon İşaret' testi kullanılarak incelendi.

Bulgular: Çalışma sonunda; izotonik ölçümlerin koşu hızlarına karşılık gelen kalp atım sayısı ve laktat değerlerinde, anaerobik eşiğe (4 mmol/l) ve tükenme seviyelerine karşılık gelen koşu hızı değerlerinde placebo ölçümüne göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılık elde edildi ($p<0,05$).

Sonuç: Tek doz akut olarak alınan izotonik içeceğin sporcularda kan laktat seviyelerini geciktirdiği, tükenme sürelerinde pozitif etkili olduğu, dayanıklılık performans düzeyleri placebo ölçümüne göre daha yüksek olduğu tespit edildi. Bu tür izotonik içeceklerin uzun süreli dayanıklılık performansı gerektiren sporlar için yararlı olabileceği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler : Dayanıklılık Performansı, İzotonik İçecek

THE EFFECT OF ISOTONIC DRINKS ON ENDURANCE PERFORMANCE OF ATHLETES

Aim: This study has been carried out in order to examine the effect of isotonic drink taken as single dose acute by athletes on endurance performance level.

Methods: 2 measurements have been applied to the same athletes in this study. 12 athletes are continued both measurement programs have been integrated into the study following the evaluation. The study has been planned double blind. The test was started at 0% incline on the treadmill at a running speed of 8 km / h and after three minutes the speed was increased to 10 km / h. After the speed of 10 km/h, the running has continued by increasing the speed 1 km/h in every 3 minutes until the experimental subject stopped running. Before athletes begin to measure and 1 minute before each speed increase and blood was taken from the earlobes. During testing, the number of heartbeats was continuously recorded, along with the heart rate monitor attached to the athletes. The differences of the group in view of the values between measurements (placebo-isotonic) has been examined by using "Wilcoxon Mark" test.

Results: At the end of the study, when the differences between measurements have been examined, there has been a significant difference statistically in isotonic measurements in comparison with placebo measurements in the values of heart rate and lactate

values corresponding to running speed, and running speed values corresponding to anaerobic threshold (4 mmol/l) and exhaustion level ($p<0,05$).

Conclusions: It has been found out that isotonic drink taken as single dose acute delayed the blood lactate levels, positive effect on exhaustion time. It has been pointed out that endurance performance is higher than the placebo measurement. It can be said that these kinds of isotonic drinks may be useful for the sports requiring long standing endurance performance.

Keywords : Endurance performance, isotonic drink

SB562

İZOTONİK İÇECEK SONRASİ TÜKETİCİ KOŞU EGZERSİZİ YAPAN SPORCULARDA SİTOKİN, OKSİDAN VE ANTİOKSİDAN CEVAPLARİ

[1]Yasemin Arı, [2]Filiz Fatma Çolakoğlu, [3]Canan Yılmaz, [4]Gamze Erikoğlu Örer, [5]Ahmet Mustafa Ada, [6]Selma Karacan, [7]Murat Erdoğan, [8]Nevin Atalay Güzel

[1]Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüsekokulu, TEKİRDAĞ
[2]Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA
[3]Gazi Üniversitesi, Tıp Fakültesi, ANKARA
[4]Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Spor Bilimleri Bölümü, ANKARA
[5]TSK Spor Okulu Ve Eğitim Merkezi Komutanlığı, Sporcu Sağlığı Uygulama Merkezi, ANKARA
[6]Selçuk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Konya
[7]TSK Spor Okulu Ve Eğitim Merkezi Komutanlığı, FYDT Amirliği, ANKARA
[8]Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi Ve Rehabilitasyon Bölümü, ANKARA

Email : *yaseminari88@gmail.com, fcolakoglu@gmail.com, mdcanandemirtas@yahoo.com.tr, basketball.08@hotmail.com , ahmetmustafaada@gmail.com, selmakaracan@gmail.com , muraterdogan97@gmail.com, natalay@gazi.edu.tr*

Bu araştırmada; sporculara tek doz akut olarak verilen izotonik içecek sonrası yaptırılan tüketici koşu egzersizi ile meydana gelebilecek kas hasarına karşı gelişen sitokin yanıtı (IL6,IL10, IL1 beta,TNF-alfa), serbest oksijen radikalleri (TOS) ve antioksidan seviyeleri (TAS) incelenmiştir. Randomize, çift kör olarak planlanan bu çalışmaya 18-21 yaş arası 12 erkek futbolcu dahil edildi. Bir hafta arayla aynı sporculara izotonik ve placebo içecek verildikten 1 saat sonra sporcular koşu bandında %0 eğimde, 8 km/s koşu hızında teste alındı.Üç dakika sonra hız 10 km/s'e çıkarıldı ardından her üç dakikada bir hız 1 km/s arttırılarak sporcu testi kendisi sonlandırana kadar sürdürdü. Sporculardan tüketici koşu öncesi ve sonrası 2 kez ön koldan 15 cc'lik venöz kan örnekleri serum IL6,IL10, IL1 beta, TNF-alfa,TOS ve TAS seviyelerini belirlemek için alındı. 'Wilcoxon İşaret' testi kullanılarak veriler analiz edildi. Çalışma sonunda; izotonik içecek sonrası yapılan maksimum şiddetteki egzersizle proinflamatuar özellik gösteren sitokinlerden IL6 ve TNF alfa düzeylerinde anlamlı azalma gözlenmiştir ($p<0.05$). Plasebo içecek sonrası ise yalnızca TAS değerlerinde düşük düzeyde anlamlı fark elde edilmiştir ($p<0.05$). Ayrıca akut tek doz olarak alınan izotonik içeceğin plasebo içeceğe göre fark anlamlı olmasa da TOS değerlerinde azalmaya, TAS değerlerinde de artışa neden olarak oksidatif stresi azalttığı görülmektedir. Bu sonuçlarla uzun süreli ve yüksek şiddette sürdürülen egzersizlerle oluşması muhtemel oksidatif stresin ve inflamatuar sürecin egzersizler öncesinde tüketilecek izotonik içeceklerle engellenebileceği söylenebilir.

CYTOKINE, OXIDANT AND ANTIOXIDANT RESPONSES AT SPORTSMEN PERFORMING CONSUMING RUNNING EXERCISE AFTER ISOTONIC DRINK

Cytokine response (IL6,IL10, IL1 beta,TNF-alfa), free oxygen radicals (TOS) and antioxidant levels (TAS) developing against muscle damage that may occur with consuming running exercise which is made after isotonic drink that is given to the sportsmen as single dose acute has been examined in this study. 12 male football players between the ages of 18 and 21 have been included in study which has been planned as double blind and randomized. Sportsmen has been put to an 8-km/h speed test on the treadmill with the slope of 0% one hour after they are given isotonic and placebo drink with one week break. The speed has been increased to 10 km/h after three minutes. After that the speed has been increased 1 km/h in every three minutes and the sportsman continued his test until he stopped himself. Venous blood samples of 15cc from forearm has been taken from the sportsmen twice both before and after the consuming running in order to determine the levels of serum IL6, IL10, IL1 beta, TNF-alfa, TOS and TAS. Data has been analyzed by using 'Wilcoxon Sign' test. At the end of the study, it has been observed that there is a significant decrease at alpha levels of cytokines IL6 and TNF showing proinflammatory feature with the exercise performed in maximum severity after isotonic drink ($p<0.05$). After

placebo drink, low level significant difference has been observed only TAS values ($p<0.05$). Moreover, although the difference between isotonic drink taken single dose acute and placebo drink is not significant, it has been seen that it decreases oxidative stress causing decrease TOS values and increase in TAS values. It can be said with these results that oxidative stress and inflammatory process that may occur with long standing and high severity exercises can be prevented by isotonic drinks consumed before exercises.

SB563

DAYANIKLILIK GELİŞİMİNDE KULLANILAN KESİNTİLİ VE KESİNTİSİZ ANTRENMAN MODELLERİNİN KARDİYOVASKÜLER YANITLAR ÜZERİNE ETKİLERİ

***[1]Görkem Aybars Balcı*, [1]Özgür Özkaya, [1]Hakan As, [1]Muzaffer Çolakoğlu**

[1]Ege Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İZMİR

Email : *gorkem.aybars.balci@ege.edu.tr, ozgur.ozkaya@ege.edu.tr, hakanas@windowslive.com, muzaffer.colakoglu@ege.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı dayanıklılık geliştirmede kullanılan beş farklı yüksek yoğunluklu antrenman modelinin (high-intensity training; HIT) maksimal oksijen kullanım düzeyinin (VO2maks) merkezi ve periferik bileşenlerine ait gelişim potansiyellerini ortaya koymaktı.

Yöntem: Çalışmaya ileri düzey antrene 8 erkek bisiklet sporcusu gönüllü olarak katıldı. VO2maks düzeyleri kullanılarak sabit yüklü protokollerle test edildi. Sonrasında, maksimal kardiyak çıktı (KÇ), kalp atım hacmi (KAH), kalp atım sayısı (KAS) ve arterio-venöz O2 farkı (a-vO2farkı) yanıtları (sırasıyla, KÇmaks, KAHmaks, KASmaks ve a-vO2farkı_maks) sabit yüklü egzersizlerle ve nitröz-oksit tekrar-soluma yöntemiyle analiz edildi. Sonrasında farklı günlerde uygulanan HIT modelleri, HIT1; VO2maks'ın ~%110'una denk gelen güç çıktısıyla 45-sn×16 tekrar, 1:1 yüklenme/toparlanma oranıyla (y/t), HIT2; VO2maks'ın ~%93'üne denk gelen güç çıktısıyla 3-dk×4 tekrar, 1:1 y/t, HIT3; VO2maks ve solunumsal eşiğe (SE) karşılık gelen güç çıktıları kullanılarak [(VO2maks'da 1-dk+SE'de 4- dk) × 5 tekrar], HIT4; 25-dk zamana karşı kesintisiz model, HIT5; vücut kütlesinin %7,5'i ile sprint yüklenme özellikli 30-sn×6 tekrar, 1:7 y/t olacak şekilde maksimal eforla uygulatıldı. VO2, KÇ, KAH, KAS ve a-vO2farkı yanıtları egzersizler süresince kaydedildi. VO2maks, KÇmaks, KAHmaks, KASmaks ve a-vO2farkı_maks'da geçirilen süreler (Gsüre) her model için analiz edildi. Tekrarlayan ölçüm varyans analizi sonrasında, post-hoc olarak LSD/Wilcoxon kullanıldı.

Bulgular: VO2maks'a %95'den fazla yakın olma kriterine göre en uzun Gsüre, HIT2 modeline aitti ($p<0.05$). Fakat VO2maks'a %90'dan fazla yakın kalma kriterine göre yalnızca HIT5 modeli en düşük Gsüre skorlarını verdi ($p<0.05$). Gsüre skoru KÇmaks için HIT3 ve HIT4 modellerinde, diğer modellere kıyasla daha yüksekti ($p<0.05$). KAHmaks için hesaplanan Gsüre, HIT3 ve HIT4'de HIT1 ve HIT2 modellerine kıyasla daha yüksekti ($p<0.05$). a-vO2farkı_maks düzeyinde hesaplanan Gsüre, HIT1 ve HIT2 modellerinde diğer modellere oranla daha yüksekti ($p<0.05$).

Sonuç: Kesintisiz HIT modellerinin (HIT3-HIT4) VO2maks'ın merkezi kısmını geliştirici potansiyeli daha yüksek bulunurken, kesintili HIT modellerinin (HIT1-HIT2) periferik kısmı geliştirmede daha etkili olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Aerobik güç; kalp atım hacmi; kardiyak çıktı; nitröz-oksit tekrar-soluma

EFFECTS OF HIGH INTENSITY CONTINUOUS AND INTERMITTENT TRAINING STRATEGIES USED FOR ENDURANCE DEVELOPMENT ON CARDIO-VASCULAR RESPONSES

Introduction and Aim: The purpose of this study was to reveal the development-potentials of five high-intensity training (HIT) models on central and peripheral components of maximal oxygen consumption (VO2max).

Method: Eight well-trained male competitive cyclists volunteered for this study. VO2max was determined by constant-load tests. Then, maximal cardiac output (Q), stroke volume (SV), heart rate (HR) and arteriovenous O2 difference (a-vO2diff) (Qmax, SVmax, HRmax and a-vO2diff_max, respectively) were analysed with constant-load exercises by nitrous-oxide rebreathing method. HIT models were

performed as HIT1; 16x45-sec power output at ~110% of VO2max with 1:1 work/recovery ratio (w/r), HIT2; 4×3-min power output at ~93%VO2max with 1:1 w/r, HIT3; alternating power between power outputs at VO2max and ventilatory threshold (VT) [(1-min at VO2max + 4-min at VT) × 5 repetitions], HIT4; 25-min time-trail continuous model, HIT5; 6×30-sec all-out at 7.5% body weight with 1:7 w/r, on separate days with maximal effort. VO2, Q, SV, HR and a-vO2diff responses were recorded throughout exercises. Time spent (Tspent) scores of VO2max, Qmax, SVmax, HRmax and a-vO2diff_max were calculated. After the repeated- measures analyses, LSD/Wilcoxon was used as post-hoc.

Results: Tspent above 95% of VO2max was higher in HIT2 than other modalities ($p<0.05$). However, only HIT5 gave statistically less scores according to Tspent criterion above 90% of VO2max ($p<0.05$). Tspent at Qmax was higher in HIT2 and HIT3 than other modalities ($p<0.05$). Tspent at SVmax was higher in HIT3 and HIT4 than HIT1 and HIT2. Tspent at HRmax was higher in HIT2 than other exercise modalities ($p<0.05$). Tspent at a-vO2diff_max was higher in HIT1 and HIT2 than other modalities ($p<0.05$).

Conclusion: It may be said that continuous HIT (HIT3-HIT4) modalities seem to have a higher potential to improve central part of VO2max, while intermittent HIT (HIT1-HIT2) modalities are better for peripheral one.

Keywords: Aerobic power; cardiac output; nitrous-oxide rebreathing; stroke volume

SB564

TEKVANDO'DA GELİŞEN YENİ SİSTEMLERİN PERFORMANSA YANSIMALARI

[1]Ahi Evran Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Kırşehir

Email :

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı Tekvando'da gelişen ve değişen sistemlerin nedenlerini ve etkilerini araştırmaktır. Tekvando sporunda diğer spor branşlarında olduğu gibi yaralanmaların aza indirilmesi ve müsabakalarda adaletin sağlanması için bazı kurallar konulmuştur. Tekvando sporunda olimpik olmadan önce ve olimpik olduğu 2000 yılından 2008 yılına kadar tamamen manuel sistem uygulanıyordu. Daha sonra tekvando müsabakalarında yaşanan haksızlıkları ortadan kaldırmak amacıyla elektronik sistemler geliştirilmeye başlanmıştır. Bu sistemler farklı firmalar tarafından farklı markalar adı altında oluşmuştur. Bunlar; Lajust Sensörlü Koruyucular, Adidas Elektronik Koruyucular, Daedo Sensörlü Koruyucular, KPNP Sensörlü Koruyucu sistem gibi farklı firmaların ürettiği sistemlerdir. Hepsinin ortak özelliği ve amacı elektronik olması ve hakem değerlendirmesini aza indirerek daha adil bir sistem oluşturmaktır. Yöntem: 'Bu çalışma literatür taraması yapılarak derleme türünde bir çalışma olmuştur. Literatür taraması yapılırken PubMed, Google Akademik, ISI, SPORTDiscus arama motorlarına ilgili anahtar kelimeler kullanılarak Tekvando'daki yeni sistemler ile ilgili yapılan araştırmalar bir araya getirilmiştir. Bulgular: Yeni geliştirilen sistemler tekvandoda uygulanan tekniklerde ve bununla beraber kurallarda da birtakım değişiklikler meydana getirmeye başlamıştır. Eski sistemde sporcuların müsabakayı kazanabilmeleri için çok güçlü ve çok hızlı tekniklere ihtiyacı varken, yeni sistemde sporcuların çok güçlü ve çok hızlı olmalarına gerek olmadığı, sadece uyguladıkları tekniklerin isabetli olması yeterli olabildiği görülmektedir. Ayrıca değişen teknik puanlamalardan dolayı kafa bölgesine yapılan vuruşların daha çok puan getirmesi ve böylelikle yeni sistemde esneklik özelliğinin iyi olması kafa vuruşlarını daha rahat yapabilme açısından önem taşımaktadır. Sonuç: Tekvando'da yeni sistem olan elektronik sistem adaletin sağlanması açısından önemli bir değişiklik yaratmış, bununla beraber sporcuların sahip olması gereken fiziksel, motorik ve teknik-taktik özellikler açısından da bazı farklılıkların oluşmasına sebep olmuştur. *Bu çalışma BES.A4.18.005 nolu Ahi Evran Üniversitesi BAP tarafından desteklenmektedir.

THE PERFORMANCE REFLECTIONS OF DEVELOPED NEW SYSTEMS IN TAEKWONDO

Introduction and Purpose:The purpose of this study is to investigate the effects of the developing and changing systems in Taekwondo.There have been put some rules to reduce injuries and justice in the competition like other sports branches in Taekwondo sport. Before the Taekwondo sport was Olympic, and from Olympic 2000 to 2008, a completely manual system was being used. Subsequently, electronic systems were developed to eliminate the injustices in Taekwondo competitions. These systems were produced by different companies as Lajust Sensor Protectors, Adidas Power Protectors, Daedo Sensor Protectors, KPNP Sensor Protectors. The common feature and the aim of all of them were to create a fairer system by reducing the evaluation of the referees and they all was electronic.Method:The method of this research was the literature search. While literature review was being conducted PubMed, Google Akademik, ISI, SPORTDiscus search engines was used and the research on new systems in Taekwondo has been put together using relevant key words.Findings:The newly developed systems have begun to introduce some changes in the techniques applied in taekwondo. In the old system, when the athletes were needed very strong and very fast techniques to win the competition, it is obvious that the athletes in the new system do not have to be very strong and very fast to win the competition. It can be seen that only the techniques that they apply are adequate. In addition, due to the changing technical scores, in the new system kicking the head area to get more points so that flexibility is great importance in order to make head strokes more comfortable.Result:The electronic system which is the new system of Taekwondo made a significant changing in terms of ensuring justice, which in turn caused differences in terms of the physical, motoric and technical-tactical characteristics that athletes must possess.

SB569

FİTNESS SPORCULARINDA MCT-1 T1470A (RS1049434) POLİMORFİZMİNİN DAĞILIMI

[1]Onur Eroğlu, [2]Onur Eroğlu, [3]İpek Yüksel, [4]Raif Zileli, [3]Sezgin Kapıcı, [3]Canan Sercan, [5]Korkut Ulucan

[1]Bilecik Şeyh Edebali Üniversitesi, Biyoteknoloji Uygulama Ve Araştırma Merkezi (Bilecik, Türkiye)
[2]Bilecik Şeyh Edebali Üniversitesi, Biyoteknoloji Uygulama Ve Araştırma Merkezi, Bilecik, Türkiye
[3]Üsküdar Üniversitesi Tıbbi Genetik Ve Moleküler Tanı Laboratuvarı, İstanbul, Türkiye
[4]Bilecik Şeyh Edebali Üniversitesi, Sağlık Yüksekokulu, Bilecik, Türkiye
[5]Marmara Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi, Temel Tıp Bilimleri, Tıbbi Biyoloji Ve Genetik, İstanbul, Türkiye

Email : *onur.eroglu@bilecik.edu.tr, onur.eroglu@bilecik.edu.tr, ippekyuksel@gmail.com, raif.zileli@bilecik.edu.tr, ezginkapici@gmail.com, cananservcan@outlook.com, korkutulucan@hotmail.com*

GİRİŞ: Atletik performans, sporcuların gücü, dayanıklılığı, çevikliği ve hız kapasiteleri göz önüne alınarak geliştirilebilecek bir güç sınırıdır. Bir bireyin genetik özellikleri ve bulunduğu çevrenin şartları, atletik performans üzerinde etkilidir. Atletik performans üzerine yapılan araştırmalar son dönemlerde genetik varyantlara odaklanmaktadır. Spor genetiği çalışmaları, bu araştırmalar sırasında tanımlanan bazı genlerin metabolizmasını açıklığa kavuşturmakta ve çalışma prensiplerini belirlemektedir. Bu çalışmada, atletik performansı etkilediği bilinen MCT T1470A (rs1049434) polimorfizminin fitness sporcuları arasındaki dağılımını belirleyip, sedanter bireyler ile karşılaştırmayı amaçladık.

MATERYAL-METOT: Çalışmaya 26 fitness sporcusu ve 30 sedanter birey katılmıştır. Her birey onam formlarını imzalamıştır. Toplanan kan örneklerinden ilk önce DNA izolasyonu yapılmış, daha sonra bu DNA'lardan MCT-1 genotiplemesi yapılmıştır. DNA izolasyonu içi Invitrogen (Van AllenWay, Carlsbad, CA, ABD) ticari kiti kullanımış, MCT genotiplemesi için ise gerçek zamanlı polimeraz zincir reaksiyonu (qPCR) protokolü kullanıldı. BULGULAR: Sporcu bireylerde MCT-1 T1470A (rs1049434) polimorfizmi incelendiğinde, 26 sporcudan 11'inde (% 42,30) AA, 13'ünde (% 50) AT ve 2'sinde (% 7,69) TT genotipi olduğu görülmüştür. Sedanter bireylerde ise 30 kişiden 9'unda (% 30) AA, 14'ünde (% 46,66) AT ve 7'sinde (% 23,33) TT genotipi olduğu görülmüştür. Sporcu bireyler için allel dağılımları % 67,30 A ve % 32,69 T olarak belirlenmiştir. Sedanter bireyler incelendiğinde ise allel dağılımlarının % 53,37 A ve % 23,33 T şeklinde olduğu belirlenmiştir.

TARTIŞMA: MCT-1 geni analizleri incelendiğinde özellikle kuvvet ve sprint spor aktiviteleri ile ilişkili olan A ve T alleli ve AT genotipi, hem fitnes sporcularında hem de sedanter bireylerde yüksek bulunmuştur. Fakat A allelinin, fitness sporcularında, sedanter bireylere oranla, daha fazla bulunduğunu saptadık. Bu allel, kasların daha hızlı kasılmasına neden olduğu için kısa süreli kuvvet ve sprint olayına yatkınlık sağlamaktadır. Bu konu ile ilgili çalışmalar çok azdır. Bizim kohortumuzda ise AT genotipinin fazla olması çalışmaya katılan sporcu ve sedanter birey sayısının azlığı şeklinde yorumlanabilir.

DİSTRİBUTİON OF MCT-1 T1470A (RS1049434) POLYMORPHİSM İN FİTNESS ATHLETES

INTRODUCTION: Athletic performance is a power limit that can be improved by considering the power, strength, agility and speed capacities of athletes. In this study, we aimed to determine the distribution of MCT-1 T1470A (rs1049434) polymorphism, which is known to affect athletic performance, among fitness athletes, and to compare it with sedantary individuals.

MATERIALS-METHODS: 26 fitness athletes and 30 sedantary individuals participated in the study. Every individual has signed the proclamation forms. The collected blood samples were first subjected to DNA isolation, then MCT-1 genotyping was performed from these DNAs. Invitrogen (Van AllenWay, Carlsbad, CA, USA) commercial kit for DNA isolation and real-time polymerase chain reaction (qPCR) protocol for MCT genotyping are used. RESULTS: When MCT-1 T1470A (rs1049434) polymorphism was examined in athletes,

it was found that 11 of 26 athletes (42,30%) had AA, 13 (50%) had AT and 2 (7,69%) had TT genotypes. When the sedentary individuals were examined, 9 (30%) AA, 14 (46.66%) AT and 7 (23.33%) TT genotypes were found. Allele distributions for the athletes were determined as 67,30% A and 32,69% T. In sedentary individuals, allele distributions are found to be 53.37% A and 23.33% T.

DISCUSSION: When the MCT-1 genetic analysis was examined, the A and T alleles and AT genotypes, especially those associated with strength and sprint sport activities, were found to be high in both fitness athletes and sedanter individuals. However, we have found that the A allele is higher in fitness athletes than sedanter individuals. This allele causes the muscles to contract more rapidly, so it is susceptible to short-term force and sprint events. There are very few studies on this subject. In our cohort, the excess of the genotype AT could be interpreted as a low number of athletes and sedentary individuals participating in the study.

SB571

KAYAKLI KOŞUCULARDA DİRENÇ BANTLARI İLE YAPILAN KUVVET ÇALIŞMALARININ BAZI MOTORİK VE FİZYOLOJİK ÖZELLİKLERE ETKİSİ

***[1]Senem Çongar*, [1]Eser Ağgön**

[1]Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı

Email : *senemcongar@gmail.com, eseraggon@gmail.com*

Kayakli Koşuculardа Direnç Bantları ile Yapılan Kuvvet Çalışmalarının Bazı Motorik ve Fizyolojik Özelliklere Etkisi

1Senem Çongar1Eser Ağgön

1Erzincan Üniversitesi

Giriş ve Amaç:Bu araştırmanın amacı: Kayaklı koşuculara 6 hafta boyunca uygulanan Thera-Band antrenmanlarının bazı fiziksel ve fizyolojik parametreler üzerine etkilerinin araştırılmasıdır.

Yöntem: Araştırma grubu Tunceli Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğüne bağlı kayaklı koşu takımında yer alan, gönüllü 20 erkek sporcudan oluşturmuştur. Araştırmaya katılan kayaklı koşucular araştırma süresince ikinci hazırlık döneminde bulunmaktadır. Sporcular haftanın 6 günü antrenman yapmaktadırlar. Araştırmadan önce katılımcı sporculara araştırmanın amaçları, faydaları ve olabilecek riskler, araştırmanın planlaması, antrenman programları, ölçüm süreçleri, sporculara ait sorumlulukların anlatıldığı bir sunum yapılmıştır.Thera- Band ile yapılan antrenmanlar öncesinde ve sonrasında sporcularınsürat ölçümleri,dikey squat sıçrama değerleri,el pençe,bacak kuvvetleri,esneklik değerleri,deri altı yağ kalınlık ölçümleri ve solunum fonksiyon ölçümleri yapılmıştır. Verilere tanımlayıcı istatistik ve normallik sınaması yapılmış, dağılım normal olmadığı için anlamlı farklılıkların tespiti için Wilcoxon testi kullanılmıştır. Tüm sonuçlar 0,05 anlamlılık düzeyine göre değerlendirilmiştir.

Bulgular: 6 hafta boyunca uygulanan direnç bandı antrenmanları sonucunda kayaklı koşu sporcularında; sürat, dikey squat sıçrama,el pençe,bacak kuvvetleri,esneklik değerleri,deri altı yağ kalınlık ölçümleri değerleri arasında anlamlı farklara ulaşılmıştır ($p<.05$). Buna karşın solunum fonksiyon değerlerinde 6 hafta sonunda istatistiksel olarak anlamlı farklar olmadığı görülmüştür ($p>.05$). Sonuç:Kuvvet gelişimini arttırmak için geliştirilen antrenman yöntemlerinin ve araçlarının, sporcularda etkisinin belirlenmesi oldukça önemlidir. Thera-Band ile yapılan çalışmaların kayaklı koşucular üzerindeki çeşitli kuvvet özelliklerinin yanı sıra esneklik ve sürat değerleri ve diğer motorik özelliklere katkı sağladığı tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Kayaklı Koşu, Kuvvet, Sürat, Solunum Fonksiyonları

THE EFFECTS OF RESISTANCE BAND TRAINING ON SOME PHYSIOLOGICAL AND CHARACTERISTICS IN CROSS-COUNTRY SKIERS

The Effects of Resistance Band Training on Some Physiological and Characteristics in Cross-Country Skiers 1Senem Congar1Eser Aggon 1Erzincan University

ABSTRACT IntroductionandAim: Thepurpose of this study was to in vestigatethe effects of resistance band exercise training on cross country skiers physical fitness and physiological parameters for 6 weeks. Method:20 male national level, cross-country skiers participated voluntarily in the study. In addition to normal technical training the groups underwent extra resisdence band exercise for

three times a week. Before and after training with Thera-Band were performed the athlete's speed measurements, vertical squat values, hand claw, leg strength, flexibility, subcutaneous fat thickness measurements and respiratory function measurements. Descriptive statistical and normality tests were performed on the data and the Wilcoxon test was used to determine the significant differences since the distribution was not normal. Alpha level was set as 0,05 for statistical significance.

Results:As a result of this study the results showed that, there was significant difference between pre and post-test results forspeed, vertical squat bounce, hand paw, leg strength, flexibility values, subcutaneous fat thickness measurements($p<0,05$).There was no statistically significant difference in respiratory function values after 6 weeks.

Conclusion: It is very important to determine the effect of the training methods and tools developed to increase strength and other motoric specialists on the athletes. Thera-Band have been found to contribute to flexibility, speed, and other motor characteristics along with the various strength characteristics on the ski runners. It can be said that trainings with resistance band contribute to flexibility, speed, and other motor characteristics.

KeyWords: Cross Country Skiers, Force, Speed, RespirationFunctions

SB572

FUTBOLCULARDA HACAMAT UYGULAMASININ AEROBİK KAPASİTE VE BAZI KAN PARAMETRELERİ ÜZERİNE ETKİLERİ

***[1]Mihri Barış Karavelioğlu*, [1]Sait Altıkat, [1]Gizem başkaya, [1]Eda Gökçelik**

[1]DUMLUPINAR ÜNİVERSİTESİ KÜTAHYA

***Email :** mbaris.karavelioglu@dpu.edu.tr, saitaltikat@dpu.edu.tr, bskygzm@gmail.com, edagkclk@gmail.com*

ÖZET Bu çalışmanın amacı, futbolcularda hacamat uygulamasının futbolcuların aerobik kapasite ve bazı kan parametreleri üzerine etkisinin araştırılmasıdır. Çalışmaya katılan futbolcular, rastgele örneklem yöntemi ile yaş ortalaması 20,27 yıl, antrenman yaşı ortalaması 7,55 ± 4,083 yıl, boy uzunlukları ortalaması, vücut ağırlıkları ortalaması 76,00 ±11,189 kg olan kontrol grubu (KG) (n=11) ve yaş ortalaması 21,92 ± 2,275 yıl, antrenman yaşı ortalaması 9,25 ± 3,864 yıl, boy uzunlukları ortalaması 180,42 ± 8,196 cm, vücut ağırlıkları ortalaması 74,92 ±11,397 kg olan deney grubu (DG) (n=12) olmak üzere iki farklı gruba ayrılmıştır. Katılımcıların aerobik kapasiteleri Yoyo-1 testi ile belirlenmiştir. Katılımcıların Ön kol venalarından 5 ml alınan kan örnekleri tüplere konularak laboratuarda kan sayım cihazı kullanılarak WBC, RBC, HGB, PLT ve HCT düzeyleri belirlendi. Gruplar arası farkın belirlenmesinde Paried-Sample t testi uygulandı. Anlamlılık düzeyi $p<0.05$ olarak alındı. Futbolcuların hacamat sonrası kan değerlerinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmazken Yoyo-1 değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir. Sonuç olarak hacamat uygulamasının futbolcuların aerobik kapasitelerini olumlu yönde etkilediği ifade edilebilir. Anahtar Kelimeler: Futbol, Hacamat, Aerobik, Yoyo-1, Kan değerleri

THE EFFECTS OF WET CUPPING APPLICATION ON SOCCERS' AEROBIC CAPACITY AND CERTAIN BLOOD PARAMETERS

The effects of wet cupping application on soccers' aerobic capacity and certain blood parameters ABSTRACT The aim of this study is to investigate how wet cupping effects soccer players' aerobic capacity and certain blood parameters. The 12 soccer players who participated in this study were chosen and divided in two groups on random basis with averages such as 20,27 ± 1,348 years of age, 7,55 ± 4,083 years of training, 179,18 ± 6,353 cm of height, 74,92 ±11,397 kg of weight. The aerobic capacities of the participants were determined by the Yoyo-1 test. Using a 5 ml of blood sample from forearm vein, WBC, RBC, HGB, HCT, and PLT levels were determined. Paried-sample t test was used to analyze the differences between groups. Level of significance was $p<0.05$. While no significant difference was detected in blood test values, Yoyo-1 values showed statistically significant differences. In effect these results indicate that wet copping have positive impact on aerobic capacities of soccer players. Keywords: Soccer, Wet Cupping, Aerobic, Yoyo-1, Blood Values

SB580

FUTBOLCULARDA HACAMAT UYGULAMASININ AEROBİK KAPASİTE VE BAZI KAN PARAMETRELERİ ÜZERİNE ETKİLERİ

***[1]Mihri Barış Karavelioğlu*, [2]Sait Altıkat, [3]Gizem Başkaya, [3]Eda Gökçelik**

[1]Kütahya Dumlupınar Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, KÜTAHYA
[2]Kütahya Dumlupınar Üniversitesi Tıp Fakültesi, KÜTAHYA
[3]Kütahya Dumlupınar Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı, KÜTAHYA

***Email :** mbaris.karavelioglu@dpu.edu.tr, saitaltikat@hotmail.com, bskygzm@gmail.com, edagkclk92@gmail.com*

GİRİŞ ve AMAÇ: Bu çalışmanın amacı, futbolcularda hacamat uygulamasının futbolcuların aerobik kapasite ve bazı kan parametreleri üzerine etkisinin araştırılmasıdır.

YÖNTEM: Çalışmaya katılan futbolcular, rastgele örneklem yöntemi ile yaş ortalaması 20,27 yıl, antrenman yaşı ortalaması 7,55 ± 4,083 yıl, boy uzunlukları ortalaması, vücut ağırlıkları ortalaması 76,00 ±11,189 kg olan kontrol grubu (KG) (n=11) ve yaş ortalaması 21,92 ± 2,275 yıl, antrenman yaşı ortalaması 9,25 ± 3,864 yıl, boy uzunlukları ortalaması 180,42 ± 8,196 cm, vücut ağırlıkları ortalaması 74,92 ±11,397 kg olan deney grubu (DG) (n=12) olmak üzere iki farklı gruba ayrılmıştır. Katılımcıların aerobik kapasiteleri Yoyo-1 testi ile belirlenmiştir. Katılımcıların Ön kol venalarından 5 ml alınan kan örnekleri tüplere konularak laboratuarda kan sayım cihazı kullanılarak WBC, RBC, HGB, PLT ve HCT düzeyleri belirlendi. Gruplar arası farkın belirlenmesinde Paried-Sample t testi uygulandı. Anlamlılık düzeyi $p<0.05$ olarak alındı.

BULGULAR ve SONUÇ: Futbolcuların hacamat sonrası kan değerlerinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmazken, Yoyo-1 değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir. Sonuç olarak hacamat uygulamasının futbolcuların aerobik kapasitelerini olumlu yönde etkilediği ifade edilebilir.

Anahtar Kelimeler: Futbol, Hacamat, Aerobik, Yoyo-1, Kan değerleri

THE EFFECTS OF WET CUPPING APPLICATION ON SOCCERS' AEROBIC CAPACITY AND CERTAIN BLOOD PARAMETERS

OBJECTIVES: The aim of this study is to investigate how wet cupping effects soccer players' aerobic capacity and certain blood parameters.

METHODS: The 12 soccer players who participated in this study were chosen and divided in two groups on random basis with averages such as 20,27 ± 1,348 years of age, 7,55 ± 4,083 years of training, 179,18 ± 6,353 cm of height, 74,92 ±11,397 kg of weight. The aerobic capacities of the participants were determined by the Yoyo-1 test. Using a 5 ml of blood sample from forearm vein, WBC, RBC, HGB, HCT, and PLT levels were determined. Paried-sample t test was used to analyze the differences between groups. Level of significance was $p<0.05$.

RESULTS: While no significant difference was detected in blood test values, Yoyo-1 values showed statistically significant differences.

CONCLUSIONS: In effect these results indicate that wet copping have positive impact on aerobic capacities of soccer players.

Keywords: Soccer, Wet Cupping, Aerobic, Yoyo-1, Blood Values

SB584

10 HAFTALIK TEMEL KUVVET VE TEKNİK ANTRENMANLARININ 9-14 YAŞ GRUBU ÇOCUKLARIN BAZI MOTORİK VE KUVVET GELİŞİMLERİNE ETKİSİNİN ARAŞTIRILMASI

[1]Halil Çolak, [1]Asiye Hande Başkan, [1]Tuğçe Varol, [1]Aytekin Hamdi Başkan, [2]Ayça Genç

[1]Giresun Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi,GİRESUN
[2]Muş Alparslan Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu,MUŞ

Email : *halil.colak@giresun.edu.tr, uludaghande@gmail.com, tugcevarol44@gmail.com, aytekinbaskan@gmail.com, genc_ayca@hotmail.com*

Bu çalışmada, 10 haftalık temel kuvvet ve teknik antrenmanının 9-14 yaş gurubu erkek çocuklarına ait, bazı motor yetenek ve temel kuvvete etkisinin araştırılması amaçlanmıştır. Araştırmaya Giresunspor Kulübü futbol alt yapısındaki, yaş ortalamaları 11,58 ± 1,29 yıl olan 57 erkek sporcu katılmıştır. Sporcuların fiziksel özelliklerini belirlemek için, vücut ağırlığı ve boy uzunluğu, Yuhasz Formülü ile Vücut yağ Yüzdesi (VYY), Beden Kütle İndeksi (BKI), bacak ve sırt kuvveti ölçümleri yapılmıştır. Motor yeteneklerini belirlemek için dikey sıçrama, durarak uzun atlama, uzan-eriş testi, 505 Çeviklik Testi, İllinois Sürat Testi, Altıgen (Hegzagonal) Çeviklik testi uygulanmıştır. Bu testler antrenmanlar başlamadan önce ön test olarak uygulanmış ve 10 haftalık antrenmanların bitiminde tekrar aynı metotlar kullanılarak son test ölçümleri alınmıştır. Çalışmada yapılan ön test ile son test ölçümlerine ait ortalamaların karşılaştırılması "Bağımlı Gruplar t- Test (PairedSamples Test-SPSS-18) uygulaması" ile yapılmıştır. 10 Haftalık çalışma öncesi ve sonrası alınan ölçümler karşılaştırıldığında bacak kuvveti, dikey sıçrama ve 505 çeviklik testinde anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($p>0.05$). Boy, ağırlık, BKİ, VYY, uzan-eriş ve altıgen çeviklik değerlerinde anlamlı farklılık görülmüş olup ($p<0.05$) anlamlılık derecesi düşük seviyededir (Cohen's d <.200). Sırt kuvveti, durarak uzun atlama, İllinois çeviklik testi ve altıgen (hegzagonal) çeviklik test değerlerinde de anlamlı farklılık görülmüş olup ($p<0.01$), anlamlılık derecesi orta düzeydedir (Cohen's d <.201-700). Sonuç olarak motor testler ve futbol teknik yetenek testlerine ait ön test ölçümlerinden sonra iki ay süreyle yaptırılan düzenli futbol temel teknik antrenmanlarının çocukların motor ve teknik yeteneklerini geliştirdiği yapılan son test ölçümleri ile tespit edilmiştir.

STUDY ON THE EFFECTS OF 10 WEEKLY BASIC STRENGTHS AND TECHNICAL TRAINING ON SOME MOTORIC AND STRENGTH DEVELOPMENTS OF 9-14 AGE CHILDREN

In this study, it was aimed to investigate some motor skills and basic strengths of 10 - week basic strength and technical training of 9-14 age group boys. 57 male athletes with a mean age of 11.58 ± 1.29 years participated in the research Giresunspor Football Academy.Body weight and body length, Yuhasz Formula with Body Fat Percentage (BFP), Body Mass Index (BMI), leg and back strength were measured to determine the physical characteristics of the athletes. Vertical jump, long standing jump, reach-in test, 505 Agility Test, Illinois Speed Test, Hexagonal Agility test were applied to determine motor capabilities. These tests were performed as pre-tests before starting the training and at the end of the 10-week training, post-test measurements were taken using the same methods again.The comparison of the mean values of the pre-test and the post-test measurements in the study was made by "Paired Samples Test-SPSS-18 Applications". There was no significant difference in leg strength, vertical jump and 505 agility test ($p> 0.05$) when the measurements taken before and after 10 weeks of operation were compared. Significant differences were found in height, weight, BMI, BFM, reach-in test and hexagonal agility values ($p <0.05$), and significance level was low (Cohen's d <.200). Significant differences were also found in back strength, long standing jump, illinois agility test, and hexagonal agility test values ($p<0.01$), and the significance level was moderate (Cohen's d <.201- 700). As a result, it was determined by the post-test measurements that the regular football basic technical trainings which were made for two months after the pre-test measurements of the motor tests and the football technical ability tests, improved the motor and technical skills of the children.

SB585

KUVVET GELİŞİM ORANI: ANTRENMAN PLANLAMASI VE PROGRAM DİZAYNI

***[1]Kaan Gürbey Aktüre*, [1]Mustafa Arslan Başar, [1]Çiğdem Bulgan, [1]Sedat Odabaşı**

[1]Haliç Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, ISTANBUL

***Email :** akture.kaan@gmail.com, m.aslanbasar@gmail.com, cigdembulgan@gmail.com, sdtodabasi@gmail.com*

Sportif performans sırasında kuvvetin üretilme yeteneği birçok eylemin gerçekleşmesinde önemli rol oynamaktadır. Bu yetenek, literatürde, kuvvetin ortaya koyulduğu hız, genellikle kuvvet gelişim oranı (KGO) olarak tanımlanmıştır. Bu çalışmanın amacı, sporcuların kuvvet üretebilme mekanizmalarını inceleyerek, bu mekanizmanın ana bileşenlerinin çalışma prensipleriyle, bu oranın artmasına olanak sağlayan antrenman varyasyonlarını nasıl geliştirileceğini araştırmaktadır. Basitçe KGO, kuvvet-zaman eğrisinin bükülmesiyle belirlenmektedir (Δkuvvet/Δzaman) ve belirli bir hareket için hızlı ivme elde etme yeteneği ile direkt olarak ilişkilidir. Birçok spor branşı çok kısa süreler içerisindeki eylemler neticesinde sonlanır. Örn., sprint anındaki ayağın zemin ile teması 0.08-0.10 s, uzun atlama take-off anı 0.11-0.12 s arasında değişkenlik göstermektedir. Fakat, maksimal kuvvet vb. yöntemler spor branşlarındaki bu hızları taklit edemezler. Yapılan çalışmalarda, maksimal kuvvete ulaşılması için gereken sürenin en az 300ms olduğu ortaya konulmuştur. Bu nedenle, maksimal kuvvetin gelişimini sağlamak için gereken zaman, patlayıcılık gerektiren spor branşlarındaki gereken süreden önemli ölçüde daha uzundur. Dolayısıyla, patlayıcı hareketlerin çoğunlukla olduğu branşlarda, maksimal kuvvet metodu vazgeçilmez olsa da, yeterli olamamaktadır. Günümüzde bu KGO'nun artışı için birçok antrenman modeli dizayn edilmiştir. Bu antrenman modelleri balistik, pliometrik, maksimal kuvvet, güç, hız gibi parametreleri içerisinde barındıran bir dizi unsuru içermektedir. Yapılan araştırmalar, kuvvetin üretilme hızının, spor branşına yönelik atletik hareketler için gözlemlenen temas süresine daha yakın olmasının, performans ile yüksek korelasyon içerisinde olduğunu bildirmiştir. Bu korelasyonu destekleyen çalışmalar günümüzde karma antrenman (mixed training) adı verilen yöntemle de sıklıkla uygulanmaktadır. Karma antrenmanın KGO gelişiminde sıklıkla kullanılmasındaki ana sebep, kuvvet-hız eğrisinin hem kuvvet hem de hız tarafını antrene ederek sportif performansın en üst düzeye çıkarılarak branşa özgü kazanım sağlamasıdır. Anahtar kelimeler: Kuvvet, Gelişim Oranı, Antrenman.

RATE OF FORCE DEVELOPMENT: TRAINING PLANNING AND PROGRAM DESIGN

The ability to produce strength during sportive performance plays an important role in many actions. This ability is defined as the rate at which the force is expressed, usually the rate of force evolution (ROF). The aim of this study was to examine how the athletes can improve their training variants, which allow them to increase the proportion of the main components of this mechanism by studying the force- generating mechanisms of the athlete. ROF is determined by twisting the force-time curve (Δforce / Δtime) and is directly related to the ability to obtain rapid acceleration for a given motion. Many sports branches end in a very short period of time. For example, the ground contact of the sprint is 0.08-0.10s, the long jump take-off moment varies between 0.11-0.12s. However, methods such as maximal force can not simulate these speeds in sports branches. In studies conducted, it was demonstrated that the time required for reaching maximal force was at least 300ms. So, the time required to achieve maximal strength development is considerably longer than that required. Therefore, in areas where explosive movements are predominant, the maximal force method is indispensable but not sufficient. Nowadays, many training models have been designed to increase ROF. These training models include a number of elements that are contained within parameters such as ballistic, plyometric, maximal force, force, speed. Research has shown that the rate of strength production is closer to the duration of contact observed for athletic movements, with a high correlation with performance. The studies that support this correlation are frequently applied by the so-called mixed training method. The main reason for the frequent use of mixed is to achieve specific fitness by maximizing sportive performance by taking both force and velocity sides of the force-velocity curve to the highest level.

SB592

ÇOCUKLARDA TAEKWONDO EĞİTİMİNİN MOTORİK PERFORMANS ÖZELLİKLERİNE ETKİSİ

***[1]Cengiz Ölmez*, [1]Selami Yüksek, [1]Vedat Ayan**

[1]Trabzon Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, TRABZON

***Email :** cengizolmez@hotmail.com.tr, syuksek@gazi.edu.tr, vayan61@gmail.com*

GİRİŞ VE AMAÇ:Bu araştırmanın amacı; 12 hafta süreli taekwondo eğitiminin, 8-12 yaş erkek taekwondocuların motorik performans özelliklerine etkilerini incelemektir. YÖNTEM:Araştırma, 23'ü deney (yaş 9,96±1,64 yıl, boy 135,78±12,51 cm, vücut ağırlığı 31,66±9,19 kg), 13'ü kontrol (yaş 10,31±1,18 yıl, boy 138,92±5,41 cm, vücut ağırlığı 34,85±7,09 kg) toplam 36 öğrencinin gönüllü katılımı ile yapıldı. Araştırmanın ön-test ve son-test aşamalarında; motorik performansların tespit edilmesi amacıyla 20 metre sürat testi, flamingo denge testi, dikey sıçrama testi, yatay sıçrama testi, otur uzan esneklik testi, 30 saniye mekik testi, 30 saniye şınav testi, illinois çabukluk testi ve multistage shuttle run aerobik güç testi kullanıldı. Sporcuların anaerobik güçleri ise, lewis nomogramı ile tespit edildi. Araştırma sonunda verilerin istatistiksel analizi için SPSS 25.0 istatistik programı kullanıldı ve anlamlılık düzeyi olarak $p<0,05$ değeri alındı. BULGULAR: Araştırmada, 12 haftalık taekwondo antrenmanları sonunda, tüm parametrelerdeki ön test ve son test değerleri arasındaki farkların anlamlı olduğu tespit edildi ($p<0,05$). SONUÇ:Sonuç olarak; kuvvet, sürat, dayanıklılık, çabukluk, denge, esneklik ve güç gibi temel motorik özellikleri doğal olarak bünyesinde barındıran taekwondo, eğitimler neticesinde çocukların sportif performanslarını olumlu yönde etkileyebilmektedir. Bu sonuçlara dayanarak, taekwondoya özgü antrenman drillerini içeren programlara, temel motorik özellikleri geliştirici antrenman dirillerinin eklenmesinin, taekwondo becerilerinin gelişmesi noktasında sporculara katkıda bulunacağı kanaatindeyiz.

THE EFFECT OF TAEKWONDO TRAININGS ON MOTORIC PERFORMANCE CHARACTERİSTICS OF CHILDREN

INTRODUCTION AND AIM: The purpose of this study was to investigate the effects of 12 weeks taekwondo educations on motoric performance characteristics of 8-12 age male taekwondo players. METHOD: The study was conducted with an experimental group who composed of 23 children (age 9,96±1,64 years, height 135,78±12,51 cm, body weight 31,66±9,19 kg), a control group who composed of 13 students (age 10,31±1,18 years, height 138,92±5,41 cm, body weight 34,85±7,09 kg) totally 36 students voluntarily. Pre-test and post-test periods of study; 20-meter speed test, flamingo balance test, vertical jump test, horizontal jump test, sit and reach flexibility test, 30 second sit-up test, 30 second push-up test, illinois agility test and multistage shuttle run aerobic power test was used to determine the motoric performance of the athletes. Lewis nomogram was also used to determine anaerobic power of the athletes. SPSS 25.0 statistical software was used for statistical analysis of the data at the end of the study and the threshold for significance level was $p<0.05$. RESULTS: In the study, the significant differences were determined on all parameters between pre-test and post-test at the end of 12 weeks taekwondo trainings ($p<0,05$). CONCLUSION: As a result; taekwondo that contain in itself fundamental motoric characteristics like strength, velocity, endurance, agility, balance, flexibility and power naturally can affect sportive performance of the athletes positively as a result of educations. On the strength of this results, we believe that the training drills improving fundamental motoric properties put in training programs pertaining to taekwondo will contribute to taekwondo skills of athletes.

SB593

ÇOCUKLARDA UYGULANAN TAEKWONDO ANTRENMANLARININ SOMATOTİP YAPI VE MOTORİK PERFORMANS ÖZELLİKLERİ ÜZERİNE ETKİSİ

***[1]Cengiz Ölmez*, [1]Vedat Ayan, [1]Selami Yüksek**

[1]Trabzon Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, TRABZON

***Email :** cengizolmez@hotmail.com.tr, vayan61@gmail.com, syuksek@gazi.edu.tr*

GİRİŞ VE AMAÇ: Bu çalışmanın amacı; 10 haftalık taekwondo antrenmanlarının, 11-13 yaş erkek taekwondocuların somatotip yapılarına ve motorik performans özelliklerine etkilerini incelemektir. YÖNTEM: Çalışma, Trabzon-Akçaabat'ta taekwondo sporu ile ilgilenen 16 erkek sporcunun (yaş 12,06±0,68 yıl, boy 151,03±7,25 cm, vücut ağırlığı 44,91±10,17 kg) gönüllü katılımıyla, yarı deneysel ön-test ve son-test desenli araştırma yöntemi ile yapıldı. Çalışmanın ön- test ve son-test aşamalarında; sporcuların somatotip yapılarının tespit edilmesi amacıyla Heath-Carter yöntemi, motorik performansların tespit edilmesi amacıyla 20 metre sürat testi, flamingo denge testi, dikey sıçrama testi, yatay sıçrama testi, otur uzan esneklik testi, 30 saniye mekik testi, 30 saniye şınav testi, illinois çabukluk testi ve multistage shuttle run aerobik güç testi kullanıldı. Sporcuların anaerobik güçleri ise, lewis nomogramı ile tespit edildi. Araştırma sonunda verilerin istatistiksel analizi için SPSS 25.0 istatistik programı kullanıldı ve anlamlılık düzeyi olarak $p<0,05$ değeri alındı. Araştırmanın ön-test ve son-test aşamalarında, sporcuların somatotip yapıları ve motorik performans seviyeleri arasındaki farklar, normal dağılım gösteren veriler için Paired Samples t-test, göstermeyen veriler için ise, Wilcoxon Test ile tespit edildi. BULGULAR: Araştırmada; 12 haftalık taekwondo antrenmanları sonunda, mekik, şınav, dikey ve yatay sıçrama, anaerobik güç, 20 metre sürat, otur uzan esneklik ve dayanıklılık değerleri ile mezomorf yapıdaki farkların anlamlı olduğu tespit edildi ($p<0,05$). SONUÇ: Sonuç olarak; çocuklarda düzenli olarak uygulanan taekwondo antrenmanları, bünyesinde temel motorik becerileri barındırmasından dolayı, onların vücut kompozisyonunu, somatotip yapılarını ve sportif performanslarını olumlu yönde değiştirebilmektedir. Taekwondoya özgü teknik ve taktik becerileri içeren antrenman programlarına, temel motorik özellikleri geliştirici antrenman dirillerinin eklenmesinin, taekwondoya özgü becerilerin gelişmesi noktasında sporculara katkıda bulunabileceği anlaşılmaktadır.

THE EFFECT OF TAEKWONDO TRAININGS APPLIED TO CHILDREN ON SOMATOTYPE STRUCTURE AND MOTORIC PERFORMANCE CHARACTERISTICS

AIM: The objective of this study was to examine the effects of 10 weeks taekwondo trainings on somatotype structure and motoric performance characteristics of 11-13 age male taekwondo players. METHOD:The study was conducted with quasi-experimental design and voluntarily participating 16 male athletes (age 12,06±0,68 years, height 151,03±7,25 cm, body weight 44,91±10,17 kg) who interested in taekwondo in Trabzon- Akçaabat. Pre-test and post-test periods of study; Heath-Carter method was used to determine the somatotype structures of the athletes and 20-meter speed test, flamingo balance test, vertical jump test, horizontal jump test, sit and reach flexibility test, 30 second sit-up test, 30 second push-up test, illinois agility test and multistage shuttle run aerobic power test was used to determine the motoric performance of the athletes. Lewis nomogram was also used to determine anaerobic power of the athletes. SPSS 25.0 statistical software was used to statistical analysis of the data at the end of the study and the threshold for significance level was $p<0.05$. Pre-test and post-test periods of study, Paired Samples t-test for normally distrubuted variables and Wilcoxon Test for non-normally distributed variables were used to determine the differences between motoric performance levels and somatotype structures of the athletes.RESULTS:Significant differences were determined in the study on crunch, push up, vertical and horizontal jump, anaerobic power, 20-meter velocity, sit and reach flexibility and endurance variables and mesomorph structures at the end of 12 weeks taekwondo trainings ($p<0,05$).CONCLUSION: The taekwondo trainings that applied to children regularly can change body composition, somatotype structures and motoric performance of the athletes because of contain in itself fundamental motoric skills. That is understood that when the training programs incorporated technical and tactical skills pertaining to taekwondo are added to training drills improving the fundamental motoric characteristics, that will contribute to athletes for improving the skills pertaining to taekwondo.

SB600

SEKİZ HAFTALIK PİLATES EGZERSİZLERİNİN FUTBOL EĞİTİMİNDE DENGE, ESNEKLİK VE FUTBOLA ÖZGÜ TEKNİK BECERİLER ÜZERİNE ETKİSİ

[2]Günay Şen, [2]Erkut Tutkun, [1]Ayça Genç, [3]Hakan Acar

[1]Muş Alparslan Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, MUŞ
[2]Uludağ Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi,BURSA
[3]Bülent Ecevit Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu,ZONGULDAK

Email : *, erkuttutkun@gmail.com, genc_ayca@hotmail.com, hakanacar1979@gmail.com*

Amaç: Bu çalışmada, futbol antrenmanlarına ilave edilmiş pilates mat egzersizlerinin futbolcularda; denge, esneklik ve futbola özgü temel beceriler (şut, pas verme, top sürme) üzerine etkilerinin incelenmesi amaçlanmaktadır.

Materyal ve Metot: Çalışmaya 10-12 yaş aralığında son iki yıldır düzenli futbol antrenmanı yapan deney grubu (n=11) ve kontrol grubu (n=11) olmak üzere 22 erkek futbolcu katılmıştır. Deney grubuna (n=11) , standart futbol antrenmanlarından önce 8 hafta süre ile 35-45 dk pilates mat egzersizleri uygulanırken, kontrol grubuna (n=11) standart futbol antrenmanı uygulanmıştır. Çalışmada seçilmiş özelliklerin ölçümü için otur-uzan esneklik testi, Flamingo Denge Testi ve Mor & Christian Genel Futbol Yetenek Testleri uygulanmıştır. Araştırmada elde edilen tüm veriler SPSS 20.0 paket programında analiz edildi ve ön test-son test karşılaştırmalar için "Bağımlı Gruplar t- Test (Paired Samples Test) Uygulaması" kullanıldı ve anlamlılık değeri ($p< 0.05$) olarak alındı.

Bulgular: Yapılan ölçümler sonucunda, deney grubunda esneklik, denge ve pas ortalama test sonuçlarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmiştir ($p<0,05$), futbola özgü teknik testlerden şut ve top sürme testlerinde ise anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($p>0,05$). Kontrol grubunda ise; esneklik, denge, şut, pas ve top sürme becerilerinin ön test ve son test ortalama değerleri arasında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$).

Sonuç: Sonuç olarak, 10-12 yaş futbolculara uygulanan 8 haftalık pilates mat egzersizlerinin esneklik, denge ve pas becerilerinde anlamlı değişiklikler meydana getirirken; şut ve top sürme becerilerinde meydana gelen gelişimin anlamlı düzeyde olmadığı tespit edilmiştir. Branşa özgü futbol antrenmanına ek olarak uygulanan pilates egzersizinin bazı motorik özellik ve branşa özgü becerilerin gelişimine katkı sağlayabileceği düşünülebilir.

Anahtar Kelimeler: Denge, Esneklik, Futbol, Pilates

THE EFFECT OF EIGHT-WEEK PILATES EXERCISES ON BALANCE, FLEXIBILITY AND TECHNICAL SOCCER SKILLS IN SOCCER TRAINING

Objective: The goal of this study is to analyse the effects of Pilates mat exercises included in soccer trainings on the balance, flexibility and basic soccer skills (shooting, passing, dribbling) of the soccer players.

Material and Method: A total of 22 male soccer players between ages 10-12 performing regular soccer training for the last two years participated in the study and they were divided into two categories as the experimental group (n=11) and the control group (n=11). The experimental group (n = 11) was subjected to 35-45 minutes long Pilates mat exercises for 8 weeks before the standard soccer training whereas the control group (n = 11) was subjected to the standard soccer training only. The sit-and-reach flexibility test, the Flamingo Balance Test and the Mor & Christian General Soccer Ability Skill Tests were applied to measure the selected features in the study. All

data obtained in the study were analysed in the SPSS 20.0 package program. The T-Test (Paired Samples Test) was used for the pre-test and post-test comparisons and the significance value was taken as $p < 0.05$.

Results: At the end of the measurements made, a statistically significant difference was found in the experimental group with respect to the mean results achieved in flexibility, balance and passing tests ($p<0.05$), but no significant difference was found in shooting and dribbling tests among the soccer-specific technical skills tests ($p > 0.05$). In the control group; there was no significant difference between pre-test and post-test mean values of flexibility, balance, shooting, passing and dribbling skills tests ($p > 0.05$).

Conclusion: In conclusion it was found that, while the 8-week Pilates mat exercises applied to 10-12-year old soccer players generated significant changes in their flexibility, balance and passing skills. It can be concluded that, Pilates exercise may contribute to the development of certain motor and soccer-specific skills.

SB602

ESKRİMDE RELATİF YAŞ VE KLASMAN SIRALAMASI İLİŞKİSİ: CİNSİYET VE BRANŞ ETKİSİ

***[1]Tuğba Nilay Kulaksız*, [1]Sinem Hazır Aytar**

[1]Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Spor Bilimleri Bölümü, ANKARA

Email : *nlykulaksiz@gmail.com, sinemhazir@gmail.com*

Giriş: Spor müsabakalarında eşitliğin sağlanabilmesi amacıyla sporcular kronolojik yaşlarına göre gruplara ayrılırlar. Ancak aynı yıl içinde doğmuş olan sporculardan yılın ilk çeyreğinde doğanlar ve son çeyreğinde doğanlar arasında fizyolojik ve antropometrik farklılıklar bulunabilmektedir. Yılın ilk çeyreğinde doğan sporcuların yılın son çeyreğinde doğan sporcularda daha avantajlı olması relatif yaş etkisi (RYE) olarak tanımlanmaktadır. Yapılan araştırmalarda RYE birçok açıdan ve farklı spor branşlarında incelenmiştir ancak eskrim branşında tek bir çalışmaya rastlanmıştır (Romann ve Fuchslocher, 2014).

Amaç: Elit eskrimcilerde klasman sırası ve RYE arasındaki ilişkinin belirlenmesi ile RYE'nin cinsiyet ve branşa (epe, flöre ve kılıç) etkisini incelemektir.

Yöntem: Araştırma kapsamında Uluslararası Eskrim Federasyonunun 2018-2019 yılı klasmanında bulunan kadın (n: 1753) ve erkek (n: 2546) tüm sporcular incelenmiş, sporcuların doğum tarihlerine UEF'in resmi internet sitesinden ulaşılmıştır. RYE'nin araştırılması amacıyla sporcuların doğdukları aylar 4 çeyreğe (Q) (Ocak, Şubat, Mart aylarında doğan sporcular Q1; Nisan, Mayıs, Haziran aylarında doğan sporcular Q2; Temmuz, Ağustos, Eylül aylarında doğan sporcular Q3; Ekim, Kasım, Aralık aylarında doğan sporcular ise Q4) ayrılmıştır. Klasman sıraları ile RYE arasındaki ilişki Sperman Korelasyon Analizi, RYE'nin cinsiyet ve branşa (epe, flöre ve kılıç) etkisinin incelenmesi için ise ki-kare testi kullanılmıştır.

Bulgular: Q değerleri ile klasman sıraları arasındaki ilişki incelendiğinde yalnızca kadınlarda flöre branşında anlamlı ve pozitif bir ilişki olduğu ($rs=0.92$, $p=0.030$) bulunmuştur. Ki-kare sonuçlarına göre hem cinsiyet hem de spor branşında RYE anlamlı değildir ($p>0.05$).

Sonuç: Elit kadın eskrimcilerde sadece flöre branşında yılın ilk çeyreklerinde doğan sporcuların klasman sıralamasında daha üst sıralarda yer aldığı ve RYE'nin cinsiyet ve branşa göre eskrim branşının elit seviyesinde gözlenmediği bulunmuştur.

RELATIONSHIP BETWEEN RELATIVE AGE AND SPORT RANKING IN FENCING : EFFECTS OF GENDER AND WEAPON

Introduction: To provide equality in sport competitions, athletes are grouped into different categories based on their chronological age. However, there could be physiological and anthropometric differences between athletes who were born in the first quarter and the last quarter of the same year. An athlete born in the first quarter has an advantage over another athlete born in last quarter of the same year and it is known as the Relative Age Effect (RAE). Although there are numerous studies on RAE in several aspects and different sports, only one study have investigated RAE in fencing (Romann and Fuchslocher, 2014).

Purpose: The aim of this study was to investigate the relationship between RAE and sport rankings of fencers and the effects of RAE on gender and fencing weapon (epee, foil and sabre).

Methods: Women (n: 1753) and men (n: 2546) all athletes presented in 2018-2019 ranking of International Fencing Federation (IFF) were examined in this study and birth dates of these athletes were obtained from the official web site of IFF. The birth months of the athletes were diveded into four quarters (Q) (Q1: January–March; Q2: April–June; Q3: July–September; Q4: October–December) in

order to investigate RAE. Spearman Correlation Analysis was used to analyze the relationship between RAE and sport ranking and the effects of RAE on gender and fencing weapon were analyzed with Chi-Square Tests.

Results: The results showed that the relationship between Q values and sport ranking is only significant for women foil ($r_s=0.92$, $p=0.030$). According to Chi-Square Tests results gender and weapon were not affected from RAE ($p>0.05$).

Conclusion: The elite women fencers who were born in the first quarters of year competing in foil weapon have higher positions at sport rankings. Additionally, there is no observation about the effects of RAE on gender and weapon in

SB607

ÇİFT BACAK VE TEK BACAK SKUAT EGZERSİZİNİN DİKEY SIÇRAMA PERFORMANSI ÜZERİNE AKUT ETKİLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

[1]Elit Laçin, [1]Hüseyin Konuk, [1]Utku Alemdaroğlu, [1]Yusuf Köklü, [1]Harun Emrah Türkdoğan

[1]Pamukkale Üniversitesi, DENİZLİ

Email : *elitlacinozdemir@yahoo.com, , , , harunturkdogan@gmail.com*

Giriş : Sporcuların performansını geliştirmek için farklı türlerde skuat egzersizleri hem tek hem de çift bacak şeklinde yaygın olarak kullanılmaktadır. Çift bacak skuat egzersizinin sıçrama performansı üzerine akut etkisi ile ilgili birçok çalışma bulunmakla birlikte tek bacak skuat egzersizinin sıçrama üzerine akut etkisiyle ilgili herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Amaç : Bu çalışma, tek bacak ve çift bacak skuat egzersizinin dikey sıçrama performansı üzerine akut etkisini karşılaştırmak amacı ile yapılmıştır.

Yöntem: çalışmaya bölgesel ligde bulunun bir takımın , alt yapısında gençler kategorisinde oynayan, 12 kadın voleybolcu (yaş=16,25 ± 121 yıl; boy=165,33 ± 8,23 cm ; VA= 53,49 ±5,57 kg) gönüllü olarak katılmıştır. Sporcular rastgele 4 gruba ayrılmış; 1.Gün ısınma sonrası sıçrama değerleri belirlenmiştir. 2. gün 1.grup çift bacak skuat, 2.grup tek bacak sağ skuat, 3.grup tek bacak sol skuat, 4.grup tek bacak sağ ve sol skuat yapmış 4 dk dinlenmenin ardından dikey sıçrama performans değerlerine bakılmıştır. Sporcular sırasıyla bütün uygulamalara katılmıştır. Skuat hareketleri 1 maksimal tekrarın %90 ile 1 set 5 tekrar olarak uygulanmıştır, uygulamalar arasında en az 48 saat ara verilmiştir. Değerler arasındaki farklara tekrarlı ölçümlerde varyans analizi testi ile bakılmıştır . Bulgular: yapılan istatiksel işlem sonucu çift bacak skuat egzersizinin (36,68±7,37 cm*), tek bacak sağ skuat egzersizinin (37,06±7,42 cm*) ve tek bacak sol skuat egzersizinin (36,5±7,11*) sıçrama performansını istatistiksel olarak anlamlı şekilde arttırdığı (F=3,947; p= 0,008). Sağ ve sol bacak arka arkaya yapılan skuat hareketi sonrası sıçrama performansı (34,22±8,29) ile kontrol sıçrama değeri(34,07±5,48) arasında ise istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmadığı tespit edilmiştir.

Sonuç: bu çalışmanın bulguları göz önüne alındığında sporcuların sıçrama performansını akut olarak artırmak için hem çift bacak skuat egzersizlerini hem de tek bacak skuat egzersizlerinin kullanabilecekleri düşünülmektedir

Anahtar Kelimeler: ısınma, patlayıcı kuvvet, pap

COMPARISON OF ACUTE EFFECTS OF BILATERAL AND UNILATERAL SQUAT EXERCISE ON VERTICAL JUMP PERFORMANCE

Introduction : Different type of squats, which are unilateral and bilateral, have been using widely to increase the perfromance of players. Many studies have examined to acute effects of bilateral squat exercise on jump performance, but there are no study about acute effect of unilateral squat exercise in literature.

Aim: The purpose of this study was to compare the acute effect of bilateral and unilateral squat exercise on vertical jump performance.

Method: 12 women volleyball players (age = 16,25 ± 121 years, height = 165,33 ± 8,23 cm, body mass = 53,49 ± 5,57 kg) participated in the study from sup team of regional league team voluntarily . Players randomly separated into 4 groups; 1. Day after warm- up vertical jump performed by all players. On the second day, 1st group performed bilateral squat, 2nd group unilateral right squat, 3rd group unilateral left squat, 4th group unilateral right and left squat , after 4 minutes rest the vertical jump were performed. Players have

performed all types of squat. Squat movements were performed 1 set of 5 repetitions with 90% of 1 maximal repeat, with at least 48 hours rest between treatments. The differences between the values were examined by repeated variance analysis test.

Results: The results showed that bilateral sqaut (36,68 ± 7,37 cm *), unilateral right squat (37,06 ± 7,42 cm *) and unilateral left squat exercises (36,5 ± 7,11 * *) improved the vertical jump performance significantly(F = 3.947, p = 0.008). There was no statistically significant difference between control jump performance (34,22 ± 8,29) and (34,07 ± 5,48) jump performance after unilateral right and left squat exercise.

Discussion : According to this study result, both type of squats could

Key words: warm-up, explosive power, pap

SB616

ÜNİVERSİTE DÜZEYİNDEKİ ARTİSTİK CİMNASTİK DERSLERİNDE BAZI SIÇRAMALARIN ÖĞRETİMİ İÇİN FARKLI YÖNTEMLERİN KARŞILAŞTIRILMASI

[1]GAZİ ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ, ANKARA

Email :

Amaç: Çalışmanın amacı üniversite düzeyinde Cimnastik dersi alan bayan öğrencilerin müfredat içerisinde yer alan hareketleri öğrenmelerini kolaylaştırmak amacıyla farklı yöntemlerin denenmesi ve değerlendirilmesidir. Yöntem: Çalışmaya Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde okuyan 20 bayan öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Öğrenciler rastgele seçim yöntemi ile ikiye ayrılarak deney ve kontrol gurupları oluşturulmuştur. Deney grubuna temel duruşlar ve yürüyüş formlarından oluşturulan basamaklama yöntemi kullanılarak geyik, sison ve kurt sıçramaları öğretilmiş kontrol gurubunda ise geleneksel yöntem kullanılmıştır. Öncesinde öğrencilere hareketler gösterilerek denemeleri istenmiş ve yaptıkları denemeler iki uluslararası Artistik Cimnastik hakemi tarafından, hakemlerin belirlediği iki kriter üzerinden (yükseklik ve genlik), “5” en yüksek ve “1” en düşük puan olmak üzere değerlendirilmiştir. 10 hafta süresince cimnastik derslerinde, ısınma sonrasındaki 30 dakika boyunca basamaklamalar ve sıçrama hareketleri çalışılmıştır. 10 hafta sonrasında ise öğrencilerin hareketleri tekrar uygulamaları istenmiş ve değerlendirmeler tekrarlanmıştır. Değerlendirme Artistik Cimnastik hakem kurallarına uygun şekilde yapılmıştır. Bulgular : İki farklı yöntem karşılaştırıldığında “sison” hareketinde klasik yöntem öne çıkarken ($p<.05$), “kurt” sıçramasında temel duruşlar ve yürüyüş formlarından oluşturulan yöntem daha etkili olmuştur ($p<.05$). “Geyik” sıçramasında ise kayda değer bir fark gözlemlenmemiştir. Sonuç olarak ; Üniversite düzeyinde cimnastik dersi alan öğrencilere sıçrama öğretimini kolaylaştırmak amacıyla klasik yönteme ek olarak farklı yöntemler de kullanılabilir.

COMPARISON OF DIFFERENT METHODS IN TEACHING OF SOME JUMPS IN ARTISTIC GYMNASTICS COURSES AT THE UNIVERSITY LEVEL

Objective: The aim of the study is to try and to evaluate different methods in order to facilitate the learning of movements in the curriculum for female students who are taking Gymnastics courses at the university level. Method: 20 female students studying at the Faculty of Sports Sciences in Gazi University voluntarily participated in the study. Students were divided into two groups by random selection method and distributed as experimental and control groups. Leap , sisonne and wolf jumps were taught using the staging method that was formed with basic postures and walking forms to the experimental group, whereas the traditional method was used for the control group. Earlier on, the students were asked to demonstrate the movements that were shown to them and their trials were evaluated by two international Artistic Gymnastics judges with the two criteria determined by the referees (height and amplitude) with the highest score of "5" and the lowest score of "1". During the 10-week gymnastics lessons, staging and jumping movements were studied for 30 minutes after the warm-up. After 10 weeks, the students were asked to reapply their movements and the assessments were repeated. The assessment was made in accordance with the Artistic Gymnastics referee rules. Results: As a result, as the two methods were compared, while the classical method became prominent in the "sisonne" jump($p <.05$), the method that was created with basic postures and walking forms was more effective in wolf jumps ($p <.05$). No significant difference was observed in the "leap" jump. In conclusion; different methods can be used in addition to the classical method in order to facilitate the teaching of jumps to students who take university level gymnastics courses

SB623

GENÇ YÜZÜCÜLERDE SUYA GİRİŞ MESAFESİ İLE DURARAK UZUN ATLAMA VE DİKEY SIÇRAMA MESAFELERİNİN İLİŞKİSİ

[1]Mustafa Kamil Özer, [1]Halil Korkmaz, [1]Nurten Topaloğlu, [1]Yasin Metin Çelik

[1]İstanbul Gedik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Email : *kamil.ozer@gedik.edu.tr, halil.korkmaz@gedik.edu.tr, gulsahtopaloglu_@hotmail.com, y.metincelik@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Yüzme yarışı blok, uçuş, sualtı ve serbest yüzme fazlarından oluşmaktadır. Cossor ve Mason(2001)'a göre 15m'lik mesafeyi kapsayan hızlanma bölümü (Blok, sualtı ve sualtı) süre açısından yarışın %26,1 bölümüne etki etmektedir. Maglischo (2003)'nun yaptığı çalışmaya göre çıkış tekniği 50m yüzme yarışının %10'u 100m yüzme yarışının %5'i üzerinde etkili olduğunu belirtmiş ve çıkış tekniği ile yüzme süresinin 0,10 s geliştirilebileceğini ifade etmiştir. Bu bilgiler doğrultusunda yüzme yarışında çıkış tekniğinin önemi vurgulanmıştır. Bu araştırmanın amacı 15-18 yaş arası lisanslı yüzücülerin suya giriş mesafesi ile durarak uzun atlama ve dikey sıçrama arasındaki ilişkileri incelemektir. Yöntem: Bu çalışma, Enka ve Fenerbahçe spor kulüplerinde lisanslı olan antrenmanlı 15-18 yaşları arasında 28(15erkek,13kadın) yüzücünün gönüllü katılımı ile yapılmıştır. Yüzücülerin vücut ağırlığı, boy, streamline, kulaç alt extremite uzunlukları, tek ve çift ayak durarak uzun atlama mesafesi ve dikey sıçrama yüksekliği, dominant ve nondominant olarak yaptıkları track çıkışı ölçümleri alınmıştır. Verilerin istatistiksel analizinde SPSS V. 22 bilgisayar paket programı kullanılmıştır. Yüzücülere ait track çıkışların mesafeleri ve sürelerinin, durarak uzun atlama ve dikey sıçrama mesafeleriyle arasındaki ilişkiler Pearson Korelasyon analizi ile belirlenmiştir. Anlamlılık düzeyi p<0,05 olarak alınmıştır. Bulgular: Yüzücülerin çift ayak durarak uzun atlama mesafesinin; sağ ayak durarak uzun atlama mesafesi, sol ayak durarak uzun atlama mesafesi, çift ayak dikey sıçrama mesafesi, sağ ayak dikey sıçrama mesafesi, sol ayak dikey sıçrama mesafesi, sağ ayak önde track giriş mesafesi ve sol ayak önde track giriş mesafesi arasında anlamlı ilişki bulunmuştur (p<0,05). Sonuç: Yüzücüler dikey sıçramalarını geliştirerek çıkış mesafelerine katkı sağlayabileceği düşünülmektedir. Ayrıca yüzücülerin sağ ayak önde track giriş mesafesinin sol ayak önde track giriş mesafesi ile arasında anlamlı ilişki bulunmuştur (p<0,05). Yüzücülerin nondominant ayaklarının önde olarak yapacağı çıkış çalışmalarının dominant ayaklarının önde olarak yapacakları çıkış mesafelerine katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Anahtar Kelimeler: Yüzme, Track çıkış, uçuş mesafesi, uçuş süresi.

RELATIONSHIP BETWEEN WATER ENTRY DISTANCE, STANDING LONG AND VERTICAL JUMP DISTANCES IN YOUNG SWIMMERS

Introduction and Purpose: Swimming competition consists of block, flight, underwater and free swimming phases. According to Cossor and Mason (2001), the acceleration section (block, underwater and underwater) covering the 15m distance affects 26.1% of the race duration. According to Maglischo (2003), the takeoff technique indicated that 10% of the 50m swimming race is effective on 5% of the 100m swimming race and that the output technique can improve the swimming time by 0.10 s. This information emphasizes the importance of the takeoff technique in the swimming competition. The purpose of this study is to examine the relationship between water entry distance, standing long and vertical jump distances in licensed swimmers aged 15-18. Method: This study was conducted with volunteer participation of 28 (15 men, 13 women) swimming between the ages of 15-18 who are licensed in Enka and Fenerbahçe sports clubs. Swimmers body weight, height, streamline, lower extremity stroke length, single- and double-leg standing long jump distance and vertical jump height dominant and nondominant takeoff measurements were taken. SPSS V. 22 computer package program was used for statistical analysis of the datas. Relationships between the distances and durations of takeoff, Standing Long and Vertical Jump were determined by Pearson Correlation analysis. Significance level was taken as (p <0,05). Result: A significant relationship was found between double foot standing long jump distance and the right foot standing long jump distance, left foot long jump distance, double foot vertical jump distance, right foot vertical jump distance, left foot vertical jump distance, right foot front track takeoff distance and left foot front track takeoff distance (p <0.05). Conclusion: It is believed that swimmers can contribute to takeoff distances by improving their vertical jump. In addition, there was a significant correlation between right foot front track takeoff distance and left foot front track takeoff distance (p <0,05).

SB634

ELEKTRONİK SPORCULAR İLE AMATÖR FUTBOL KALECİLERİNİN DOMİNANT EL REAKSİYON ZAMANLARININ İNCELENMESİ

***[1]M. Furkan Şahin*, [2]Özgür Bostancı, [3]Aytekin Hamdi Başkan**

[1]Muş Alparslan Üniversitesi,Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu,Muş
[2]Ondokuz Mayıs Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Samsun
[3]Giresun Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Giresun

***Email :** furkansahin0110@gmail.com, bostanci@omu.edu.tr , aytekin.baskan@giresun.edu.tr*

Amaç: Bu çalışmada, elektronik sporcular ile futbol kalecilerinin dominant el reaksiyon zamanlarının incelenmesi amaçlanmıştır.

Materyal ve Metot: Bu çalışmaya, 2017-2018 sezonunda amatör ve profesyonel olmak üzere düzenli antrenman yapan dominant eli sağ el olan 25 futbol kalecisi ve 25 elektronik sporcu olmak üzere 50 kişi katılmıştır. Çalışmaya katılan elektronik sporcu ve kalecilerin dominant el görsel, işitsel ve karışık reaksiyon zamanı ölçümleri Newtest 1000 aleti ile yapılmıştır. Verilerin hesaplanmasında SPSS 20,0 istatistik paket programı kullanılmıştır. İstatistiksel sonuçlar %95 güven aralığında ve $p<0,05$ anlamlı olarak kabul edilmiştir.

Bulgular: Kalecilerin dominant el reaksiyon zamanı değerleri incelendiğinde;sağ el görsel reaksiyon zamanı ort.37,0 msn.; sağ el işitsel reaksiyon zamanı ort.34,0 msn; sağ el mix reaksiyon zamanı ort.34,28 msn. olarak tespit edilmiştir. Elektronik sporcuların dominant el reaksiyon zamanı değerleri ise; sağ el görsel reaksiyon zamanı ort.14,0 msn.; sağ el işitsel reaksiyon zamanı ort.17,0 msn. ve sağ el mix reaksiyon zamanı ort.16,72 msn. olarak tespit edilmiştir.

Sonuç: Sonuç olarak, elektronik sporcular ve kaleciler arasındaki dominant el reaksiyon zamanı parametreleri incelendiğinde; sağ el görsel reaksiyon zamanları, sağ el işitsel reaksiyon zamanları ve sağ el mix reaksiyon zamanları açısından iki grup arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0,05$). Elektronik sporcuların reaksiyon zamanının kalecilerden daha iyi olmasının, video oyunlarının reaksiyon zamanı üzerine pozitif etkilerinden kaynaklandığı söyleyebilir.

Anahtar Kelimeler: e-Spor; Elektronik sporcu; Futbol; Kaleci; Reaksiyon zamanı

ANALYSIS OF THE DOMINANT HAND REACTION TIMES OF ELECTRONIC ATHLETES AND AMATEUR FOOTBALL GOALKEEPERS

Purpose: The purpose of this research is to examine the dominant hand reaction times of electronic athletes and football goalkeepers.

Material and Method: A total of fifty people consisting of 25 football goalkeepers and 25 electronic athletes who regularly trained as amateurs and professionals and whose dominant hands are their right hand in the 2017-2018 season, participated in this research. Dominant hand, visual, auditory and mixed reaction time measurements of electronic athletes and goalkeepers participating in the research were made with Newtest 1000 instrument. SPSS 20.0 statistical package program was used to calculate the data. Statistical results were accepted to have $p<0.05$ significance level at 95% reliability range.

Findings: Measurement of the reaction times of goalkeepers showed that; right hand reaction time was 37.0 msc on average;right hand auditory reaction time was 34.00 msc on average;right hand mix reaction time average was34.28 msc. Measurement of the dominant hand reaction times of electronic athletes showed that; right hand visual reaction time was 14.0 msc on average;right hand auditory reaction time was 17.00 msc on average; right hand mixed reaction time average was 16,72 msc.

Conclusion: As a result, the dominant hand reaction time parameters of electronic athletes and goalkeepers revealed out a significance differences between the two groups in terms of the right hand visual reaction times, right hand auditory reaction times and right hand mixed reaction times ($p < 0.05$). The fact that the reaction times of electronic athletes reaction are better than the goalkeepers is due to the positive effects of video games on reaction times.

Keywords: E-sports; Electronic athlete; Football; Goalkeeper; Reaction time

SB643

SPORCULARDA İSKEMİK ÖNKOŞULLAMANIN TRİATLON PERFORMANSINA ETKİSİNDE KALP HIZI DEĞİŞKENLİĞİNİN ROLÜ

***[1]Mehmet Zeki Sarı*, [1]Buğra Gençtürk, [1]Aliye Gündoğdu, [1]Dilek Topal, [1]Sabriye Altın, [1]Begüm Oğul, [1]Abdurrahman Aktop, [1]Selma Civar Yavuz, [1]Emel Çetin Özdoğan, [1]Y.Gül Özkaya**

[1]AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ, ANTALYA

***Email :** mehmetzsari@gmail.com, bugragencturk@gmail.com, aliyeaksoytr@gmail.com, dilektopal88@gmail.com, sabriye.altin@hotmail.com, begoozaltun@hotmail.com, aktop@akdeniz.edu.tr, scivar@akdeniz.edu.tr, emelcetin@akdeniz.edu.tr, gulozk@yahoo.com*

Giriş ve Amaç: sporcularda uzak iskemik önkoşullama (İÖK) uygulamasının triatlon performansına etkisini ve bu etkide kalp hızı değişkenliği (KHD) parametrelerinin rolünü incelemektir. Yöntem: Çalışmaya, en az 3 yıldır triatlon antrenman ve yarışmalarına katılan, 8 kadın, 16 erkek olmak üzere toplam 24 sporcu dahil edilmiştir. Katılımcıların yaş ortalaması 35,43±1,84'dür. Çalışmada tüm parametreler ikişer hafta arayla alınan dinlenim, sham ve İÖK uygulaması sonrasında elde edilmiştir. İÖK uygulaması, kişi sırt üstü pozisyonda yatarken, bilateral olarak uyluk orta 1/3'lük kısmına, sfigmomanometre manşonu 220 mmHg şişirilerek uygulanmıştır. İÖK, toplam 4 kez; 5 dk iskemi, ardından 5 dk reperfüzyon şeklinde uygulanmıştır. Sham uygulamasında ise aynı protokol, 20 mmHg basınç kullanılarak uygulanmıştır. Sporculardan beden kompozisyonu, nabız, kan basıncı, algılanan zorluk derecesi, durumluluk kaygı ve kalp hızı değişkenliği parametrelerinden kalp atım sayısı, solunum frekansı, SDNN, NN50, PNN50, RMSSD, VLF, LF, HF, LF/HF ve güç sonuçları dinlenim, sham ve İÖK öncesi ve sonrasında ve triatlon uygulaması sonrasında tekrar edilmiştir. Sonuçlar ortalama±standart sapma olarak sunulmuş, ölçümler arasındaki istatistiksel analizde t testi kullanılmıştır. Bulgular: Sporcularda sham ve İÖK sonrası triatlon süresinin kısaldığı saptanmış, İÖK sonrası triatlon performansının, sham uygulamasına göre istatistiksel olarak daha yüksek olduğu bulunmuştur. Öte yandan İÖK sonrası uygulanan triatlon performansı sonrasında elde edilen KHD parametrelerinden sadece kalp atım sayısının, sham uygulamasına göre daha düşük olduğu saptanmıştır. Diğer parametrelerde sham ve İÖK uygulamaları arasında fark bulunmamıştır. Sonuç: Bu çalışmanın sonuçları, İÖK'nın triatletlerde performansı belirgin olarak arttırdığını, bu artışta egzersiz sonrası kalp atım sayısındaki değişikliğin rolü olduğunu ortaya koymuştur.

Anahtar sözcükler: triatlon, SDNN, HF, LF, egzersiz

THE ROLE OF THE HEART RATE VARIABILITY ON THE EFFECTS OF ISCHAEMIC PRECONDITIONING ON TRIATHLON PERFORMANCE IN ATHLETES

The purpose of the present study is to investigate the role of the heart rate variability (HRV) parameters on the effects of ischaemic preconditioning (IPC) procedure on triathlon performance in athletes. A total of 24 athletes, 8 female and 16 male, having at least 3 years training and competition experience in triathlon were participated in this study. The mean age of the participants was 35.43 ± 1.84. In the study, all parameters were obtained after two weeks of rest, after sham and IPC. The IPC was applied bilaterally to the middle 1/3 of the thigh on the supine position, and the sphygmomanometer cuff was inflated 220 mmHg. IPC was applied 4 times in total; 5 minutes of ischemia followed by 5 minutes of reperfusion. In sham procedure, same protocol was applied using 20 mmHg pressure. Body composition, heart rate, blood pressure, rate of perceived exertion, state trait anxiety, respiratory frequency, SDNN, NN50, PNN50, RMSSD, VLF, LF, HF, LF / HF and power results were measured at rest, or following triathlon performance with or without sham and IPC procedures. The results were presented as mean ± standard deviation, and t test was used for statistical analysis between measurements. The results demonstrated that the totally triathlon time was prominently shortened after sham and IPC, and the triathlon performance after IPC was found to be statistically higher in a comparison with the sham procedure. On the other hand, it was found that only the heart rate among all HRV parameters was lower following IPC procedure in a comparison with the sham application after triathlon performance. There were no differences between sham and IPC in other parameters. In conclusion, the results of this study suggest that the IPC significantly improved performance in the triathletes, possibly by an alteration in the heart rate afterexercise.

SB645

YOUTUBE KAYNAKLI SKUAT EGZERSİZİ VİDEOLARININ İNCELENMESİ

[1]Utku Alemdaroğlu, [1]Harun Emrah Türkdoğan, [1]Ayşenur Akbaş, [1]Nazire Yılmaz, [1]Bilal Aslan, [1]Erol Can Timurkutluğ, [1]Yunus Arslan

[1]Pamukkale Üniversitesi, DENİZLİ

Email : *utkualemdaroglu@yahoo.com, harunturkdogan@gmail.com, aysenr.akbas@gmail.com, , , ,*

Giriş: günümüzde teknolojik araçlar bilginin ulaşılmasını son derece kolaylaştırmıştır ancak bu bilginin güvenirliliği ile ilgili ciddi bir tartışma söz konusudur

Amaç: Bu araştırmanın amacı youtube da kullanılan skuat (back squat) videolarının skuat kriterlerine ne kadar uygun yapıldığını incelemektir.

Yöntem: internet tabanlı yayın yapan youtube kanalına yüklenen videolar “back squat exercise “ anahtar kelimesi ile aranmış ve uygun içerikli videolar en az üç uzman tarafından izlenerek puanlama yapılmıştır. Puanlama her kriter için doğru (1) ve yanlış (0) şeklinde yapılmıştır. Adam ve ark. (2015) den alınan 10 kriter kullanılarak toplam 1618 eğitim (158) ve uygulama (1460) videosu 6 ay boyunca düzenli şekilde incelenmiştir. Uygun olarak işaretlenen kriter sayısı o görüntünün toplam puanı olarak kabul edilmiştir. (0- 10 genel toplam) Videolarda bir anlatıcı tarafından hareketin nasıl yapılması gerektiği anlatılıyor ise video eğitim eğer sadece hareket gösteriliyorsa video uygulama kategorisinde değerlendirilmiştir. Bu çalışmada değerlerini frekans ve çeyreklikleri belirlenmiş median değerleri alınmış iki video çeşidi arasındaki farklara mann whitney u testi ile bakılmıştır.

Bulgular : Çalışmada 1618 video değerlendirilmiş Yapılan istatistiksel işlem sonucu 10 kriter üzerinden genel toplamı eğitim içerikli videoların median değeri 9 (7-10) bulunurken uygulama videolarına 6 (4-8) olarak bulunmuş ve yapılan istatistiksel işlem sonucu eğitim ve uygulama videoları arasında istatiksel olarak anlamlı fark tespit edilmiştir.

Sonuç: Bu çalışma özellikle herhangi bir uzman üyelik gerektirmeyen genel kullanıma açık bilgi aktarım sitelerinden elde edilen bilgi ve belgelerin uygunluğunun iyi şekilde araştırılarak karar verilmesi gerektiğini göstermektedir.

Anahtar kelime: Teknoloji, bilgi, eğitim, antrenman, egzersiz

Referansalar : Adam M. Kushner, BS, CSCS,1 Jensen L. Brent, BS, CSCS,2 Brad J. Schoenfeld. (2015). Training Techniques to Correct Functional Deficits and Technical Factors That Limit Performance. Strength and Conditioning Journal

Elicabuk H, Yaylacı S, Yilmaz A, Hatipoglu C, Kaya F, Serinken M. (2016). The Reliability of Turkish "Basic Life Support" and "Cardiac Massage" Videos Uploaded to Websites. Eurasian J Med 2016; 48: 15-9

EXAMINATION OF YOUTUBE BACK SQUAT EXERCISE VIDEOS

Introduction : today technological tools have made it very easy to access information, but there is a serious debate about the reliability of this information

Aim: The purpose of this research is to examine how well back squat videos used on YouTube fit the squat criteria.

Method: Videos uploaded to the internet-based YouTube channel were searched with the keyword "back squat exercise" and videos with appropriate content were watched and scored by at least three experts. Scoring was done in the form of correct (1) and wrong (0). 158 educational and 1460 practice videos were examined regularly for 6 months using 10 criteria from Adam et al. (2015). The number of criteria marked appropriately was accepted as the total score of that view (0-10 total point). If the video tells how to act by a narrator that is educational video and in the video application category if only motion is shown. In this study, frequency and quarter values are taken from the median values indicated., the differences between the two video types determined by the mann whitney test.

Results: 1618 videos were evaluated in the study. The median of the education videos was 9 (7 - 10) and practice videos 6 (4 -8), respectively, and there was statistically significant difference between two video tybes.

Discussion : This study shows that the appropriateness of information and documentation obtained from publicly available information transfer sites, which do not require any specialist membership, should be well researched and decided.

Key words: Technology, knowledge, education, training, exercise

References : Yaylacı S, Serinken M, Eken C, Karcıoğlu O, Yılmaz A, Elicabuk H and Dal O. (2014). Are YouTube videos accurate and reliable on basic lifesupport and cardiopulmonary resuscitation? Emergency Medicine Australasia (2014) 26, 474–477

SB646

FUTBOLCULARDA DAR ALAN OYUNLARININ ÇEVİKLİK PERFORMANSI ÜZERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

[2]Abdulsamet Efdal , [2]Emrah Yılmaz , [1]Gökmen Özen, [1]Hürmüz Koç

[1]Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ÇANAKKALE
[2]Hitit Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ÇORUM

Email : *sametefdal@hotmail.com, emrahyilmaz@hitit.edu.tr, gokmenozen44@gmail.com, hurmuzkoc@gmail.com*

Amaç: Bu araştırmanın amacı futbolcularda dar alan oyunlarının çeviklik performansı üzerindeki etkisinin incelenmesidir. Yöntem: Araştırmaya 17.6± 0.5 yıl yaş, 173.5±6.2 cm boy ve 64.9±6.1 kg vücut ağırlığı ortalamasına sahip düzenli antrenman yapan lisanslı 20 erkek amatör futbolcu katıldı. Katılımcılar kontrol ve deney grubu olmak üzere eşit sayıda iki gruba ayrıldı. Deney grubuna 4 hafta süresince hazırlanan standart futbol antrenman programlarına ek olarak futbola özgü dar oyun çalışmaları yaptırılırken kontrol grubuna dar oyun çalışmalarını içermeyen standart futbol antrenman programı uygulandı. Çalışmanın öncesinde ve sonrasında çeviklik testleri yapıldı. Çalışma öncesi ve sonrasındaki futbolcuların çeviklik performansını gösterir veriler SPSS paket programında Wilcoxon signed-rank testi kullanılarak analiz edildi. İstatistiksel analizlerde anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ olarak belirlendi. Bulgular: Araştırma uygulanan Wilcoxon signed-rank testi sonuçlarına göre çeviklik testi ortalamaları bakımından kontrol grubunda ön test ortalamasının (ön test: 18.20±1.1&son test: 18.23±1.1) deney grubunda ise son test ortalamasının (ön test:18.10±0.7& son test: 17.95±0.7) istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu tespit edildi ($Z = -2.22$, $p = .026$, $Z = -2.81$, $p = .005$). Sonuç: Araştırma sonucunda futbolculara 4 hafta süreyle uygulanacak dar alan oyun çalışmalarının çeviklik performansının gelişimine olumlu etkisi olacağı ve futbolcuların çeviklik performansında düşüş yaşanmaması için dar alan oyun çalışmalarının sporcuların aylık antrenman programları içerisinde yer alması gerektiği ifade edilebilir.

Anahtar Kelimeler: Antrenman, Çeviklik, Futbol, Dar alan oyunları

INVESTIGATION OF THE EFFECTS ON SMALL-SIDED GAMES THE AGILITY PERFORMANCE OF THE FOOTBALL PLAYERS

Purpose: The aim of this study is to investigate the effect of small-sided games in the football training program on the agility performance of football players. Method: A total of 20 well-trained male football players who licensed in amateur football clubs. Their mean age 17.6±0.5 years, mean height 173.5±6.2 cm and mean body mass 64.9±6.1 kg. Participants divided into two groups (n=10 per group)as experimental and control groups. The football-specific small-sided games were performed on the experimental group for 4 weeks, 3 days per week for one hour per day in addition to their standard training programs while no small-sided games were performed on the control group except for standard training program. Agility tests were performed before and after the training period. The measurements were analyzed by “Wilcoxon Signed Ranks”, which is used to test for significant differences between pre- and post-test. All statistical analyses were conducted using a significance level of $p = .05$ Results: According to the results of Wilcoxon signed-rank test, the mean pre-test agility score of control group was higher than their mean of post-test scores (pre-test= 18.20±1.1 post-test: 18.23±1.1; $Z = -2.22$, $p = .026$) while the mean post- test agility score of experimental group was higher than their mean of pre-test scores (pre-test= 18.10±0.7 post-test: 17.95±0.7; $Z = -2.81$, $p = .005$). Conclusion: As a result of this research, it can be stated that small-sided games will a positive impact on the development of agility performance for football players. On the other hand, in order not to decrease the agility performance of footballers, small-sided games should be included in the monthly football training programs.
Keywords: Agility, Training, Football, Small-sided games

SB660

CORE ANTRENMANLARIN SPORCULARIN DİNAMİK DENGE PERFORMANSI ÜZERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

***[1]Emrah Yılmaz*, [2]Gökmen ÖZEN , [1]Abdulsamet EFDAL, [1]Emrah YILMAZ, [2]Hürmüz KOÇ**

[1]Hitit Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ÇORUM
[2]Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bİlimleri Fakültesi,ÇANAKKALE

***Email :** apeksakademispor@hotmail.com, gokmenozen44@gmail.com, sametefdal@hotmail.com, apeksakademispor@hotmail.com, hurmuzkoc@gmail.com*

Amaç: Bu araştırmanın amacı core antrenman uygulamalarının sporcuların dinamik denge performansı üzerine etkisinin incelenmesidir.

Yöntem: Araştırmayı Hitit üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde eğitim gören ve farklı branşlarda düzenli antrenman yapan 15 erkek sporcu (yaş: 24.1±1.4 yıl, boy uzunluğu:175.5±6 cm ve vücut ağırlığı: 71.9±9.8 kg) gönüllü olarak katıldı. Araştırma grubuna 4 hafta boyunca hafta 3 gün, 1 saatlik, 10 core egzersiz serisinden oluşan antrenman programı uygulandı. Bu süre içerisinde sporcuların yüksek efor gerektiren farklı herhangi bir antrenman programlarına katılmamaları istendi. Araştırmada ilk antrenman gününden önce ve antrenmanların bittiği günün hemen sonrasında olmak üzere Y balance testi kullanılarak bilateral bacak dinamik denge performansları belirlendi. Araştırma öncesi ve sonrasına ait denge performans verileri SPSS 19.0 paket programı kullanılarak Wilcoxon signed-rank testi ile karşılaştırıldı. İstatistiksel anlamlılık düzeyi $p < .05$ olarak kabul edildi.

Bulgular: Araştırmada sporculardan elde edilen Y balance dinamik denge performans verilerinin istatistiksel analiz sonuçlarına göre; sağ ve sol ayak anterior denge performans skorları bakımından ön test ve son test ortalamaları arasında istatistiksel olarak ileri düzeyde bir fark olduğu saptandı (sırasıyla; $Z = -3.31$, $p = .001$, $Z = -3.33$, $p = .001$,). Bu sonuçlar sağ ve sol bacak anterior dinamik denge skorlarında son testler lehine anlamlı bir artış olduğunu göstermektedir. Ancak sağ ve sol ayak posteromedial ve posterolateral dinamik denge skorlarında ön ve son test ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p > .05$).

Sonuç: Araştırmada 4 hafta boyunca uygulanan core antrenmanların bilateral ayak hareketlerindeki dinamik denge performansına olumlu etkisi olduğu belirlendi. Bu sonuçlar core antrenmanların branşa özgü denge ilişkili teknik becerilerdeki performans gelişimine ve spor sakatlıklarının önlenmesinde sporculara önemli faydalar sağlayacağını göstermektedir. Anahtar Kelimeler: Core egzersizleri, Denge, Y balance testi

THE EFFECTS OF CORE TRAINING ON DYNAMIC BALANCE OF ATHLETES

Purpose: The purpose of this research is to investigate the effect of core training on the dynamic balance performance of athletes.

Method: The sample of this study was composed of 15 male athletes with mean age: 24.1±1.4 years, body height: 175.5±6 cm and body mass: 71.9±9.8 kg. Participants regularly participate in the training program in different branches. The core training program was performed in the study group for 4 weeks, 3 days per week for one hour per day. During this study period, the athletes were asked not to participate in any different high-intensity training programs. To determine the bilateral leg dynamic balance performance Y balance test was performed on participants before and after training. Wilcoxon signed-rank test was used to examine the effectiveness of the core training programme by comparing pre-test and post-test scores in respect of dynamic balance in the study group. The level of significance was set at $p< 0.05$.

Results: The results of Wilcoxon signed-rank test revealed a statistically significant difference between the pre-test and post-test averages in the scores of right and left anterior balance (respectively,Z =-3.31,p =.001,Z =-3.33,p =.001,). These analyses show that there is a significant increase in favour of post-test scores in the scores of right and left anterior balance. However, no significant difference was found between pre- and post-test scores in both right and left posteromedial and posterolateral dynamic balance scores (p >.05). Conclusion: According to the finding of our study, we determined that the core exercises, which applied for 4 weeks, had a positive effect on the dynamic balance performance in the bilateral lower limb movements of athletes. To conclude, our results demonstrate that core training will provide significant benefits to athletes in the prevention of sports injuries and performance improvement in technical skills. Keywords: Balance, Core exercise, Y balance test

SB661

GENÇ FUTBOL OYUNCULARININ MAÇ AKTİVİTE PROFİLLERİNİN FİZİKSEL PERFORMANSLA İLİŞKİSİ

***[1]Emre Recep Ali Demirci*, [1]Mehmet Ismet Tok, [1]Mert Tunar, [1]Caner Çetinkaya**

[1]Dokuz Eylül Üniversitesi Spor Bilimleri Ve Teknolojisi Yüksekokulu, IZMIR

***Email :** emrerecepalidemirci@hotmail.com, ismet.tok@deu.edu.tr, mert.tunar@deu.edu.tr,*

Amaç: Genç futbol oyuncularının resmi futbol müsabakası sırasındaki aktivite profillerini ölçmek ve maksimal oksijen tüketim kapasiteleri ile maç aktivite profilleri arasında ilişki olup olmadığını değerlendirmektir.

Gereç ve Yöntem: Çalışmaya tamamı aynı takımda yer alan 13 yaş grubundaki 11 futbol oyuncusu, gönüllülük esasına göre alınmıştır. Katılımcılara YO-YO IR1 testi uygulanmıştır. Maç aktivite profilleri resmi lig maçları sırasında, üzerlerine yerleştirilen Küresel Yer Belirleme Sistemi (GPS) kullanılarak ölçülmüştür (VXsport, VXlog330A, Yeni Zelanda).

Bulgular: Katılımcıların, kat ettikleri toplam mesafe 4772±919 metredir. Müsabakaların ilk yarısında kat edilen mesafe (2425,2 m) ile ikinci yarısında kat edilen mesafe (2110,9 m) arasında anlamlı fark yoktur. Katılımcıların müsabaka esnasındaki aktivite profilleri, yürüyüş ve düşük hızda koşu: 3391,3±245,2 m, orta hızda koşu: 972,2±484,7 m, yüksek hızda koşu: 294,2±303,9 m, sprint: 96,5±117,5 m olarak bulunmuştur. Tüm koşu hızlarında kat edilen mesafe ile, maksimal oksijen tüketim kapasitesi arasında anlamlı ilişki vardır ($p<0,05$).

Anahtar Sözcükler: Futbol, Maç aktivite profili, VO2maks, GPS, Yo-Yo testi

THE RELATIONSHIP BETWEEN MATCH ACTIVITY PROFILE AND PHYSICAL PERFORMANCE AT YOUNG SOCCER PLAYERS

Aim: To measure match activity profile of young soccer players during competitive matches and evaluate the relationship between maximal oxygen uptake and match activity profile

Methods: Eighteen soccer players from U-13 team of a soccer club were recruited to the study. Yo-Yo IR1 test was applied to players to measure maximal oxygen uptake levels. Match activity profile is determined by using GPS devices which placed into the players' uniform.

Results: Total distance covered by players was 4772±919 meters. The players, covered the 2425,2 meters in first half and 2110,9 in second half. Activity profile of players: walking and jogging: 3391,3 m; moderate intensity running: 972,2 m; high intensity running: 294,2 m and sprint: 96,5 m. There is a significant and strong correlation between match activity profile and maximal oxygen uptake level of players.

Keywords: Soccer, match activity profile, VO2max, GPS, Yo-Yo test

SB664

TÜRKİYE FUTBOL SÜPER LİGİ 2016-2017 SEZONU 3. BÖLGEDE KAZANILAN DURAN TOP ATIŞLARININ ANALİZİ

***[1]Burak Çağlar Yaşlı*, [2]Oğuzhan Tuncel, [1]Mitat Koz**

[1]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA
[2]Iğdır Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu, IĞDIR

***Email :** yasli@ankara.edu.tr, oguzhantuncel@hotmail.com, Mitat.Koz@ankara.edu.tr*

Giriş ve Amaç; Başarılı takımlar, duran topların etkili kullanılması konusunda rakiplerine göre oldukça etkili performans (duran toplardan gol bulma oranları: başarılı takımlar 1:7 - rakipler 1:15) sergilemektedirler. Bu pozitif korelasyon duran toplar ile ilgili yapılan hazırlık ve planlamaların önemini ortaya koymaktadır. Bu bilgiler ışığında gerçekleştirilen araştırmanın amacı, Türkiye Futbol Süper Ligi 2016-2017 sezonunda 3.hücum bölgesinde kazanılan duran topların incelenmesidir.

Yöntem; Araştırmada, Türkiye Futbol Süper Ligi 2016-2017 Sezonuna ait 2832 korner atışı, 508 merkez serbest vuruş (MSV) ve 739 kanat serbest vuruşu (KSV) 'Posiscope Analiz Programı' ile video analiz yöntemi kullanılarak incelenmiştir. Analizler, müsabaka analizinde deneyimi olan araştırmacılar tarafından yapılmıştır. Araştırmada incelenmek üzere seçilen parametreler; Korner kullanım süreleri, korner, MSV ve KSV kullanım şekilleri, kornerlere ve KSV 'lere yapılan ilk temaslar, korner ve KSV topun atıldığı bölgeler ve KSV, MSV ve kornerlerin sonlanma şekilleridir. Elde edilen verilerin analizi, SPSS 21 paket programında, tanımlayıcı istatistik yöntemi ve Kİ-Kare testi kullanılarak, p>00,5 anlamlılık değerinde yapılmıştır.

Bulgular; 2016-2017 sezonunda, korner atışlarında, kısa kornerlere oranla %13,56, uzun kornerler %86,43 tercih edilmiştir.(x^2=1362,783 p<0,05) Kaleyi bulan korner organizasyonlarının %33,04'ü gol ile sonuçlanmıştır. MSV'lerin, %63,83'ü direk şut atılarak kullanılırken, bu atışların %9,81'i gol ile sonuçlanmıştır. KSV'lerin, atışa ilk teması savunma yapan takım gerçekleştirdiğinde, gol olma oranı 1:69 (%1,45)olmasına rağmen; ilk teması hücum eden takım gerçekleştirdiğinde, bu oran 1:10 (%10,47)'lere yükselmektedir.

Sonuç; Araştırma sonucuna göre 3.bölgede kazanılan duran toplarda, atışlara ilk teması yapan takım olma ve bu temasın gerçekleştiği bölge önem kazanmaktadır. Özellikle, ilk temasın hücum eden takımlar tarafından yapıldığı vuruşlarda ve 6 pas içinden yapılan vuruşlarda gol olma oranları yükselmektedir.

THE ANALYSIS OF ATTACKING SET PLAY THAT ARE AWARDED ON ATTACKING THIRD IN TURKISH PREMIER LEAGUE 2016-2017 SEASON

Introduction; Succesfull teams are far more efficient than their opponents at scoring from set plays (set plays to goal ratio 1:7 for successfull teams , 1:15 for opponents) This positive correlation reveals the importance of practices that are making about preparation and strategies for set plays. In the lights of these informations, the aim of this study is investigation of set plays that are awarded on attacking third in Turkish Premier League(TPL) 2016-2017 Season

Method; In this study, 2832 corner kicks(CK), 508 attacking freekicks in central areas (FCA) and 739 attacking freekicks in wide areas (FWA) which are occured in TPL 2016-2017 Season, are investigated by using video analysis method with Posiscope Analyse System. Datas are analysed from the researchers who are experienced for match analysis. Preparation time for CK, playing type of CK, FCA and FWA, CK and FWA touching sequence, playing area of the ball on CK and FWA, final actions of CK, FWA and FCA. Datas are

analysed by using SPSS 21 statistical package with the use of Chi squre test and Descriptives analysis. Level of significance was set at $p < 0,05$

Results; Teams give preference to long cornerkicks %86,43 relatively short corner kicks %13,56 for CK actions in 2016-2017 season ($x^2=1362,783$ $p<0,05$). %33,04 of CK which hit target are resulted with scoring. While %63,83 of FCA was played as a direct shot, %9,81 of these shots are scored a goal.

Conclusion; According to results, the team which are firstly able to touch ball and the area in which this touch are kicked, are given importance for attacking third set plays. The proportion of goal scored has increased ,If the attacking team players are able to touch ball in 6-yard box

SB665

4 HAFTALIK SPRİNT İNTERVAL ANTRENMANIN AEROBİK, ANAEROBİK KAPASİTEYE VE 10KM ZAMAN DENEME PERFORMANSINA ETKİLERİNİN HAFTALIK SIKLIK, YÜKLENME:DİNLENME ORANLARI VE SÜREÇ ETKİSİ AÇISINDAN İNCELENMESİ

***[1]Hakan Karabıyık*, [1]Raci Karayiğit, [1]Göktuğ Ertetik, [1]Erdem Çakaloğlu, [1]Dicle Aras, [1]Mitat Koz**

[1]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

***Email :** karabiyik@ankara.edu.tr, racikarayigit@hotmail.com, gertetik7@hotmail.com, erdemcakaloglu@ankara.edu.tr, diclearasx@gmail.com, mkoz@ankara.edu.tr*

Giriş: Yüksek şiddetli antrenmanlar sporcuda hızlı ve etkin bir adaptasyon sağlayarak sporcunun performansını olumlu şekilde geliştirdiği yapılan çalışmalarda gözlemlenmiştir. Bu tip çalışmalar farklı sıklık ile çeşitli yüklenme ve dinlenme aralıkları ile yapılsa da bu alanda yapılan çalışmaların çoğu bisiklet ergometresinde haftada 2/3 kez 1:8/1:16 yüklenme-dinlenme oranları ile uygulanmaktadır. Ancak Sprint İnterval Antrenman (SİT) konusunda yapılan çalışmalarda optimal antrenman adaptasyonları elde etmek için en uygun haftalık antrenman sıklık ve yüklenme-dinlenme oranlarını aynı grup üzerinde deneyen bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Bu bağlamda çalışmanın amacı SİT antrenmanlarını 1:8/1:16 yüklenme-dinlenme oranlarında haftada 2 veya 3 kez uygulama arasında fark olup olmadığını belirlemek, ayrıca ara testler alarak bu uygulamaların süreç etkilerinin incelemektir.

Metod: Fiziksel olarak aktif 32 erkek (yaş 21,28±2,55yıl; boy 176,56±6,33cm; vücut ağırlığı 72,28±9,75kg) çalışmaya katılmış. Katılımcılar dört gruba ayrılmıştır. Her grup 15 saniyelik sprintleri 2 yada 4 dakika dinlenme aralıkları ile haftada 2 ya da 3 sıklıkla yapmıştır. Haftada 2 ve 3 antrenman yapan grupların toplam sprint sayıları eşitlenmiştir (ilk 2 hafta 4 tekrara karşı 6 tekrar; son 2 hafta 6 tekrara karşı 9 tekrar). Ön-ara-son testlerde, MaxVo2, 10km zaman deneme, tekrarlı wingate (4 tekrar*30sn, 4 dk dinlenme ile) testleri verilen sıra ile yapıldı. İlk antrenman, ara testlerden önceki son antrenman ve son testlerden önceki son antrenmanların öncesi, hemen sonrası ve 30 dakika sonrasında kalp atım hızı değişkenliği verileri kayıt edildi. Çift yönlü varyans analizi verilerin analizinde kullanıldı..

Sonuçlar: 10km zaman deneme, aerobik ve anaerobik performansta grup içi anlamlı bir farka rastlanmışsa da ($p<0,05$) gruplar arası ($p>0,05$) herhangi bir farka rastlanılmamıştır. Ayrıca hiçbir testte grup*zaman etkileşimine gözlemlenmemiştir.

Tartışma: Sonuçlar, sprint interval antrenmanın haftalık sıklığı ve farklı yüklenme dinlenme oranlarının 10km zaman deneme, aerobik ve anaerobik adaptasyonlarda benzer etkiler yarattığını gösterdi. İleriki çalışmalarda farklı sıklık ve yüklenme:dinlenme oranlarının daha uzun süreli çalışılması literatüre katkı sağlayacaktır.

EFFECTS OF 4 WEEKS SPRINT INTERVAL TRAINING ON AEROBIC, ANAEROBIC CAPACİTY AND 10KM TİME TRİAL PERFORMANCE; FREQUENCY, WORK:RATIO, TIME COURSE

Introduction: These types of studies are done with different frequencies and work:rest ratio, most of the studies done in this area is implemented with 2/3times per week, work:rest rati of 1:8/1:16 on cycle ergometer. However, studies on Sprint Interval Training(SIT) did not find the optimal weekly training frequency and work:rest ratio on the same group to achieve optimal training adaptations. In this context, the purpose of the study is to determine whether there is a difference between 2 and 3 times per week application of SIT at 1:8/1:16 wor:rest ratios and also to examine the time course effects of these study by taking intermediate tests.

Methods: 32physically active men (age21,28±2,55years, height176,56±6,33cm, bodyweight 72,28±9,75kg) participated in the study. Participants are divided into 4groups. Each group performed 15second sprints 2or3times per week with 2minute to 4minute intervals.

The total number of sprints of 2 and 3 training groups per week was equalized (first 2weeks 4repetitions 6repetitions, last2 weeks 6repetitions 9repetitions). In the pre-intermediate-final tests was performed with maxvo2, 10km time trial, repeated wingate (4 repeat*30 sec, with 4min rest) respectivly. Heart rate variability data were recorded before training after immediately training and after training 30minutes in first training, the last training before the intermediate tests, and the last training before the last tests. Two-way analysis of variance was used in the analysis of the data.

Results: Although 10km time trial, aerobic and anaerobic performance were found to be significant within group ($p<0,05$), no difference was found between the groups ($p>0,05$). Also no group*time interaction was observed in any test.

Discussion: The results showed that the weekly frequency of sprint interval training and different work:rest ratios were similar in 10km time trial, aerobic and anaerobic adaptation. Future studies will contribute to the literature that studied longer training periods different frequency and work:rest ratios.

SB667

CORE ANTRENMANLARININ ADOLESAN YÜZÜCÜLERİN 50M SERBEST STİL YÜZME PERFORMANSLARINA ETKİSİ

***[1]Emrah Yılmaz*, [2]Gökmen ÖZEN , [1]Abdulsamet Efdal, [1]Emrah Yılmaz**

[1]Hitit Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ÇORUM
[2]Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bİlimleri Fakültesi,ÇANAKKALE

***Email :** apeksakademispor@hotmail.com, gokmenozen44@gmail.com, sametefdal@hotmail.com, apeksakademispor@hotmail.com*

Amaç: Bu çalışmanın amacı core kuvvet antrenmanlarının adölesan yüzücülerde 50 m serbest stil yüzme performanslarına etkisinin incelenmesidir.

Yöntem: Bu çalışmaya 10-13 yaş aralığında 30 erkek yüzücü katıldı. Katılımcılar konrol ve deney grubu olmak üzere 15'er kişilik gruplara ayrıldı. Deney grubuna 4 haftalık periyotta haftada 3 gün, olmak üzere 30 dakikalık setler halinde core egzersizleri (plank, side plank, russian twist, seated scissor kicks, alternating side heel touch, spiderman planks, plank withle graises, glute bridge, how to do the bird dog exercise, peverse plankle graise) uygulanmıştır. Kontrol grubu ise bu süre içerisinde mevcut antrenman programlarına devam etmiştir. Sporcuların 4 haftalık egzersizler öncesi ve sonrasında tespit edilen 50 m serbest stil dereceleri Wilcoxon signed rank testi ile karşılaştırılarak analiz edildi.

Bulgular: İstatistiksel analiz sonuçlarına göre deney grubunda ön test ve core antrenmanları sonrası son test 50 m serbest stil dereceleri (ön test: 47.3±5.8 s, son test: 47.3±5.9 s) bakımından anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edildi($Z = -1.59$, $p = .112$). Kontrol grubunda da benzer şekilde ön test ve son test 50 m serbest stil dereceleri (ön test: 48.3±5.6 s, son test: 48.2±5.5 s) arasında anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edildi ($Z = -0.34$, $p = .733$).

Sonuç: Araştırma sonucunda yüzücüler için uygulanan 4 haftalık core kuvvet antrenmanlarının yüzücülerin performansı üzerine olumlu etkisi anlamlılık düzeyinde gözlenmezken genel olarak sporcuların performanslarında iyileştirmeye yol açtığı gözlemlenmiştir. Bu bağlamda yapılacak daha uzun süreli antrenmanlarla adölesan yüzücülerin performans gelişiminin izlenmesinin faydalı olacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Adölesan, Core antrenmanı, Serbest stil, Yüzme

THE EFFECT OF CORE TRAINING ON 50M FREESTYLE SWIMMING PERFORMANCES IN ADOLESCENT SWIMMERS.

Aim: The purpose of this study is to examine the effect of core training on 50 m freestyle swimming performances in adolescent swimmers.

Method: Thirty male swimmers between the ages of 10-13 participated in this study. Participants were divided into two groups as control (n=15) and experimental group (n=15). Core exercises including sets of 30 minutes for 3 days a week for 4 weeks period were performed in the experimental group while the control group continued their current training programs during this period. The 50 m freestyle scores of all participants before and after 4 weeks of exercise program were compared by Wilcoxon signed rank test.

Results: According to the results of the statistical analysis, there were no significant difference in the pre-test and post-core post-test posttest 50m freestyle times (pre-test: 47.3±5.8 sec, post test: 47.3±5.9 sec) of the core training group (Z = -1.12, p= .262). Similarly, there was no significant difference between the pre-test and post-test 50m freestyle times (pre-test: 48.3 ± 5.6 s, post-test: 48.2 ± 5.5 s) in the control group (Z = -0.34, p = .733).

Conclusion: As a result, the positive effect of 4-week core strength training on swimming performance was not statistically significant. However, we saw that the swimming performance of the adolescent swimmers improved. In this context, we think that monitoring the performance development in adolescent swimmers through longer core training will be useful.

Keywords: Adolescent, Core training, Freestyle, Swimming,

SB676

SEKİZ HAFTALIK RAFTİNG ANTRENMANLARININ BAZI FİZİKSEL VE FİZYOLOJİK PARAMETRELERE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

[2]Bayram Gül, [1]Eser Ağgön

[1]Erzincan Üniversitesi
[2]Erzincan

Email : *kartal-24@hotmail.com, eseraggon@gmail.com*

ÖZET Giriş ve Amaç: Bu araştırmanın amacı rafting yapan öğrencisine uygulanan sekiz haftalık rafting antrenmanlarının bazı fiziksel ve fizyolojik parametreler üzerine motorik ve fizyolojik etkilerinin araştırılmasıdır. Yöntem: Bu amaç doğrultusunda Erzincan Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda okuyan, 52 kadın 37 erkek üniversite öğrencisine sekiz hafta süreyle karasu nehrinde rafting antrenmanları yaptırıldı. Antrenmanlara başlamadan önce el pençe kuvvetleri, sırt kuvveti, bacak kuvveti, 20 m sürat testi ve FEV1, FVC, PEF solunum testleri yapıldı. Ölçümler SPSS (Statistical Package for Social Science)22.0 for Windows istatistik paket programında incelendi. Erkek ve kadınların yaşları, boyları ve vücut ağırlıkları ortalama değerleri hesaplandıktan sonra veri seti için normallik analiz yapıldı. Bu analiz sonucunda dağılımların normal olduğu görüldü. Bu nedenle ön test ve son test karşılaştırması yapmak için parametrik testlerden "Paired-Samples T" testi kullanıldı. Sonuçlar. 05 anlamlılık düzeyine göre değerlendirildi. Ön test-son test sonrası değerler karşılaştırıldığında parametrelerde anlamlı bir iyileşme gözlendi. Bulgular: Uygulamalı rafting egzersizlerine katılan kadın ve erkek raftların antrenmanlar öncesi ve 8 hafta uygulamalar sonrası ölçüm değerlerinde; sol-sağ el pençe, sırt ve bacak kuvvetlerinde anlamlı artışlar olduğu tespit edildi. Ayrıca solunum testlerde antrenman yapan raftların FEV1, FVC, PEF solunum fonksiyon testlerinde anlamlı artışlar tespit edildi (P<.05). 20 metre sürat testinde erkek öğrencilerin ön test - son testlerin istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmazken, kadın öğrencilerin ön test ve son testlerinde sürat değerlerinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu tespit edildi. Sonuç: Yapılan sekiz haftalık rafting egzersizlerinin beden eğitimi ve spor yüksekokulunda öğrenim hayatına devam eden öğrencilerin bir çok motorik ve fizyolojik özelliklerini pozitif yönde geliştirdiği, Rafting antrenmanlarının da düzenli yapıldığında motorik özellikleri değiştirecek etkiye sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Anahtar Kelimeler: Doğa Sporları, Rafting, Kuvvet, Sürat, Solunum Fonksiyon,

AN INVESTIGATION OF SOME PHYSICAL AND PHYSIOLOGICAL PARAMETER EFFECTS OF EIGHT WEEK RAFTING PRACTICE

ABSTRACT

Introduction and Aim: The purpose of this study is to investigate the motor and physiological effects of eight-week rafting exercises on some physical and physiological parameters applied to the intended rafting students.

Method: For this purpose, rafting trainings were carried out in Karasu river for eight weeks to 52 female and 37 male university students attending Erzincan University Physical Education and Sports College. Hand claw forces, back strength, leg strength, 20 m sprint test and FEV1, FVC, PEF respiratory tests were performed before starting the training. Measurements were analyzed in the Statistical Package for Social Science (SPSS) 22.0 for Windows statistical package program. The "Paired-Samples T" test was used for parametric tests to compare pre-test and post-test. Results were evaluated according to the 05 level of significance. A significant improvement in parameters was observed when pre-test, post-test values were compared

Findings: 8 weeks after the application measurements; left-right hand grip, back and leg strength increases were found on the Pre and post training male and female rafts participating in applied rafting exercises. In addition, significant increases in FEV1, FVC, PEF

respiratory function tests were detected in rafts that have been training in respiratory tests. (P & lt; .05). While there was no statistically significant difference between pre and post tests of male students in the 20 - meter speed test, it was determined that there was a statistically significant difference in the speed values of the pre-test and post-test of female students.

Conclusion: The result of the eight-week rafting exercises is that the students who continue their education life in physical education and sports college have developed many motor and physiological features in positive direction and have the ability to change the motoric characteristics when the rafting training is done regularly.

Keywords: Nature Sports, Rafting, Force, Speed, Respiratory Function

SB679

KAS PENNATE AÇISI İLE BAZI SEÇİLEN SAHA PERFORMANS TESTLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

[1]Muhammed Emin Kafkas **, [1]Fahri Safa Çınarlı, [2]Tülay Yıldırım**

[1]İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi
[2]İnönü Üniversitesi, Tıp Fakültesi

Email : *mehmet.kafkas@inonu.edu.tr, safa.cinarli@gmail.com, tulay.yildirim@inonu.tr*

Giriş ve Amaç: Farklı düzlemlerde uygulanan sportif performans değerleri ile kas mimarisi arasında yüksek düzeyde ilişki olduğu düşünülmektedir. Uzama-kısalma-döngüsü sırasında kas fibrilleri tarafından üretilen güç kas mimarisine bağlıdır. Bu araştırmanın temel amacı; sportif performansın temel özellikleri olan sürat, patlayıcı kuvvet ve dayanıklılık ile kas pennate açısı arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

Metot: Araştırmaya en az 2 yıldır düzenli spor yapan 23 erkek (yaş:20.52±1.78 yıl; boy:176.5±4.81 cm; vücut ağırlığı:67.16±7.62 kg; vücut yağ oranı: 10.45±5.53 %; beden kütle indeksi:21.6±2.72 kg/m2) katılımcı dâhil edildi. Katılımcıların ilk gün demografik bilgileri ile birlikte B mode ultrason kullanılarak dominant bacak rektus femoris kas pennate açıları tespit edildi. İkinci gün öğleden sonra 30 m sprint ile aktif sıçrama (CMJ) performans değerleri ve 48 saat dinleme verildikten sonra aerobik kapasitelerini belirlemek için YoYo aralıklı toparlanma testi seviye-1 uygulandı. Elde edilen bulgular GraphPad Prism 7 kullanılarak analiz edildi. Katılımcıların saha test performansları ile kas pennasyon açıları arasındaki ilişkinin belirlenmesinde Pearson Korelasyon analizi kullanıldı. Araştırmada anlamlılık düzeyi $p<0.05$ olarak belirlendi.

Bulgular: Elde edilen bulgular incelendiğinde pennate açısı ile 30 m ($r= -0.45$) ve pennate açısı ile CMJ ($r= 0.47$) arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki tespit edildi ($p<0.05$). Ancak pennasyon açısı ile maksimal aerobik kapasite ($r=0.16$) arasında anlamlı bir ilişki görülmedi ($p>0.05$).

Sonuç: Araştırma sonunda kas pennasyon açısı ile patlayıcı kuvvet gerektiren yetenek parametreleri arasında daha yüksek ilişkinin olduğu belirlendi. Sportif açıdan optimal düzeyde performans sergilenmesinde kasın mimari özelliklerinin belirlenmesinin anahtar rol oynadığı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Kas mimarisi, Pennate açısı, Saha testleri, performans.

EXAMINATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN MUSCLE PENNATE ANGLE AND SOME SELECTED FIELD PERFORMANCE TESTS

Intoduction and Aim: It was thought that there is a high relationship between the sportive performance values and the muscle architecture in different planes. The strength produced by muscle fibers during the stretch-shortening cycle depend on muscle architecture. The main purpose of this research is to examine of the relationship between the speed, explosive force, endurance and muscle pennate angle.

Method: 23 men (who had at least 2 year sportive life) (age: 20.52 ± 1.78 years, height: 176.5 ± 4.81 cm, body weight: 67.16 ± 7.62 kg, body fat ratio: 10.45 ± 5.53%, body mass index: 21.6 ± 2.72 kg) were included in the study for at least 2 years / m2) participant was included. On the first day of the participants demographic information was used and B-mode ultrasound was used to determine the dominant leg rectus femoris muscle pennate angles. On the second day afternoon, 30 m sprint and counter movement jump (CMJ)

performance values was determeined, and then the YoYo intermittent recovery test level-1 was applied to determine the aerobic capacities. The obtained results were analyzed using GraphPad Prism 7. Pearson Correlation analysis was used to determine the relationship between participants' field test performances and muscle pitch angles. Significance level in the study was determined as $p < 0.05$.

Results: When the findings were examined, a statistically significant correlation was found between the pennate angle and 30 m ($r = -0.45$); and the pennate angle and CMJ ($r = 0.47$) ($p < 0.05$). However, there was no statistically significant relationship between the angle of pennation and maximal aerobic capacity ($r = 0.16$; $p > 0.05$).

Conclusion: At the end of the study, it was determined that there is a higher correlation between the muscle pennate angle and the ability parameters that require explosive force.

Key words: Muscle architecture, Pennate angle, Field tests, performance.

SB686

8 HAFTALIK KOMPLEKS ANTRENMAN PROGRAMLARININ TENİSÇİLERDE KUVVET VE DAYANIKLILIK PARAMETRELERİNE OLAN ETKİSİ

[2]Atakan Çağlayan, [1]Emrah Özdemir, [3]Yunus Emre Üstgörül, [4]Muhsin Duran

[1]Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü
[2]Düzce Üniveristesi Spor Bilimleri Fakültesi
[3]Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Marmaris Turizm Meslek Yüksek Okulu
[4]Diyarbakır Dicle Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu

Email : *atakancaglayan@hotmail.com, emrahozdemir87@hotmail.com, ,*

Bu çalışmanın amacı 8 haftalık kompleks antrenman programlarının tenisçilerde kuvvet ve dayanıklılık paramatrelerine olan etkisini incelemektir. Araştırmamızda Düzce İli'nde bulunan Düzce Tenis Kulübü'nde tenis oynayan 34 gönüllü sporcu katılmıştır. Çalışmaya katılan sporcular iki gruba ayrılarak; çalışma grubu (ÇG; n=17) ve kontrol grubu (KG; n=17) şeklinde ve sporcu geçmişleri en az 3 yıl olan tenisçilerden oluşmaktadır. Çalışmada ÇG sporcularına ısınmadan hemen sonra 8 hafta süresince haftada 3 gün yaklaşık 40 dakika olacak şekilde kompleks antrenman programlarının patlayıcı kuvvet ve dayanıklılık parametrelerine yönelik kolaydan zora modeli ile olacak şekilde uygulanırken KG sporcularına geleneksel antrenman programlarını uygulamaya devam etmişlerdir. Önceden belirlenen program dahilinde çalışmaya katılan tüm sporcuların antrenman programına başlamadan önce ön testleri, 8 haftalık antrenman programı sonrasında ise son test ölçümleri alınmıştır. Ön ve son testler aynı kişiler tarafından aynı yerde yapılmıştır. Katılımcılara kuvvet ölçümleri için durarak uzun atlama ve şınav testleri uygulanırken dayanıklılık testi için 20 metre mekik koşusu testi uygulanmıştır. Elde verilerin çözümlenmesinde, katılımcı sayısının az olması nedeniyle nonparametrik test uygulanmıştır. Veriler normal dağılım göstermediği için çalışma ve kontrol grubu karşılaştırılmasında Mann-Whitney U testi uygulanmıştır. Ön test ve son test karşılaştırmasında Wilcoxon testi uygulanmıştır. İstatistiksel analizler SPSS 17.0 istatistik paket programı ile gerçekleştirilmiştir. İstatistiksel önem düzeyi 0,05 olarak kabul edilmiştir. Sporcuların ön ve son testleri sonucunda çalışma grubunun kuvvet ve dayanıklılık özelliklerinde istatistiksel olarak anlamlı farklılık görülürken ($p<0,05$), iki grup karşılaştırıldığında ise kontrol grubunda anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$). Sonuç olarak kompleks antrenman uygulanan tenisçilerde kuvvet ve dayanıklılık özelliklerinin olumlu yönde geliştiği tespit edilmiştir. Bu ifadeye göre kompleks antrenman programlarının, tenisçilerin hazırlık dönemlerinde uygulanan antrenman programlarının bir parçası olması gerektiği düşünülebilir.

THE EFFECT OF 8 WEEK COMPLEX TRAINING PROGRAMS ON TENNIS PLAYERS FOR STRENGTH AND RESISTANCE PARAMETERS

The purpose of this study is to examine the effect of 8-week complex training programs on tennis players' strength and resistance parameters. In our research, 34 volunteer athletes participated in Düzce Tennis Club in Düzce. The athletes participating in the study were divided into two groups; (n = 17) and control group (n = 17), and athletes with at least 3 years of athletic background. They continued to apply traditional training programs to CG athletes as they were practiced in the study as if they were a quick-on-the-go model for the explosive strength and endurance parameters of complex training programs, which would take about 40 minutes per week for 3 weeks for 8 weeks immediately after warming to SG athletes. All the athletes participating in the pre-determined program were pre-tested before starting the training program and post-test measurements after the 8-week training program. Preliminary and final tests were carried out by the same people in the same place. A 20-meter shuttle run test was used for the resistance test while long jump and push-up tests were conducted while standing for participant strength measurements. Nonparametric test was applied in the analysis of the hand data because of the low number of participants. The Mann-Whitney U test was used to compare the study and control groups as the data did not show a normal distribution. Statistical analyzes were performed with SPSS 17.0 statistical package program. The statistical significance level was accepted as 0.05. As a result of the pre and post tests of the athletes, there was a

statistically significant difference in the strength and resistance characteristics of the study group ($p < 0,05$), but no significant difference was found in the control group when the two groups were compared ($p > 0,05$). As a result, it was determined that the strength and resistance characteristics

SB689

FARKLI PEDAL BAŞLANGIÇ HIZLARININ WİNGATE ANAEROBİK TEST DEĞERLERİ ÜZERİNE ETKİSİ

***[1]Pınar Demirel*, [1]Halit Harmancı, [1]Harun Koç, [1]Yağmur Akkoyunlu**

[1]Kütahya Dumlupınar Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Kütahya

***Email :** pinar_dmrl@yahoo.com, halit.harmanci@dpu.edu.tr, harun.koc@dpu.edu.tr, yagmur.akkoyunlu@dpu.edu.tr*

Bu çalışmanın amacı, farklı pedal başlangıç hızlarının wingate anaerobik test (WAnT) değerleri üzerine etkisinin incelenmesidir. Çalışmaya, 14 kadın voleybolcu (ortalama yaş 20,21±1,19 yıl, vücut ağırlığı 62,95±6,26 kg ve boy uzunluğu 174,67±6,42 cm) gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmada deneklere rastgele sırayla dört farklı pedal başlangıç hızında (110rpm, 130rpm, 150rpm ve manuel) WAnT testi uygulanmıştır. Her bir WAnT testine ilişkin absolut ve relatif (zirve, ortalama, minimum) güç değerleri, zirve güce ulaşma süresi, yorgunluk indeksi ve maksimal pedal hızları değerlendirilmiştir. WAnT testlerinden elde edilen değişkenler arasındaki farklılıklar tekrarlı ölçümlerde ANOVA analiziyle değerlendirilmiştir. Çalışma bulgularına göre, pedal başlangıç hızı 110rpm olan WAnT testi absolut ile relatif zirve ve ortalama güç çıktılarının 150rpm ve manuel WAnT testi değerlerinden anlamlı şekilde daha yüksek olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$). 130rpm WAnT testi relatif zirve ve ortalama güç değerlerinin 150rpm ve manuel WAnT testi sonuçlarından, absolut zirve ve ortalama güç çıktılarının ise manuel WAnT testi değerlerinden anlamlı şekilde daha yüksek olduğu bulunmuştur ($p<0,05$). Absolut minimum güç değerleri açısından, pedal başlangıç hızı 130rpm WAnT testi çıktılarının 150rpm ve manuel WAnT testi değerlerinden anlamlı şekilde daha yüksek olduğu belirlenmiştir ($p<0,05$). Diğer taraftan relatif minimum güç ve yorgunluk indeksi açısından farklı pedal başlangıç hızlarında uygulanan WAnT testi değerleri arasında anlamlı bir farlılık olmadığı görülmüştür ($p>0,05$). Uygulanan WAnT testlerine ait maksimal pedal hızı değerleri karşılaştırıldığında testler arasında anlamlı linear bir artış (110rpm<130rpm<150rpm<manuel) olduğu saptanmıştır ($p<0,05$). Zirve güce ulaşma süreleri açısından, 110rpm ve 130rpm WAnT testi sonuçları 150rpm ve manuel WAnT testi değerlerinden anlamlı şekilde daha düşük olduğu bulunmuştur ($p<0,05$). Sonuç olarak, WAnT testine ilişkin en yüksek absolut ve relatif zirve ve ortalama güç değerlerine daha düşük pedal başlangıç hızlarında (110-130rpm) ulaşıldığı görülmüştür. Eğer ölçümlerde hedeflenen yüksek zirve ve ortalama güç çıktıları elde etmekse, daha düşük test pedal başlangıç hızları kullanılabilir.

EFFECT OF DIFFERENT PRELIMINARY PEDALING CADENCE ON WINGATE ANAEROBIC TEST RESULTS

The aim of this study was to determine different preliminary pedaling cadence (PPC) on wingate anaerobic test (WAnT) results. 14 female volleyball players (mean age:20.21±1.19yrs, weight:62.95±6.26kg, height:174.67±6.42cm) were volunteered to participate in this investigation. The athletes who participated in this study were randomly applied to WAnT at four different pedaling cadence (110rpm,130rpm,150rpm,manual drop(MD)). Absolute and relative (peak,mean,minimum) power values for each WAnT, time at peak power, fatigue index and maximal pedal velocities were assessed. Differences between the variables obtained from the WAnT's were assessed by repeated measures ANOVA analysis was used. According to the study findings, the absolute and relative peak (PP) and mean power (MP) outputs obtained from the WAnT at 110rpm PPC were found to be significantly higher than the 150rpm-MD WAnT values ($p<0.05$). Relative PP and MP outputs obtained from WAnT at 130rpm PPC were higher than 150rpm-MD WAnT values ($p<0.05$) and absolute PP-MP outputs obtained from WAnT at 130rpm PPC was higher than MD WAnT values ($p<0.05$). In terms of absolute minimum power values, power outputs obtained from the WAnT at 130rpm PPC significantly higher than 150rpm-MD WAnT values ($p<0.05$). There was no significant difference between the WAnT values applied at different pedal initial velocities in terms of relative minimum power and fatigue index ($p>0.05$). When the maximal pedal speed values for the WAnT's were compared, it was found that there was a significant linear increase between the tests (110rpm<130rpm<150rpm<MD) ($p<0.05$). In terms of time at PP output, WAnT results at 110rpm-130rpm PPC were significantly lower than the 150rpm-MD WAnT values ($p<0.05$). As a result, the highest absolute and relative-peak/mean-power values for the WAnT were found at lower pedal initial velocities (110-130rpm). If the aim is to achieve a high peak and average power output, lower test pedal starting speeds can be used.

SB692

BASKETBOL ANTRENMANLARININ SOMATOTİP YAPI VE FİZİKSEL PERFORMANS ÖZELLİKLERİNE ETKİSİ

***[1]Burak Kural*, [1]Vedat Ayan, [1]Cengiz Ölmez, [1]Selami Yüksek, [1]Burak Kural**

[1]Trabzon Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, TRABZON

***Email :** burakkurall@gmail.com, vayan61@gmail.com, cengizolmez@hotmail.com.tr, selami.yuksek@ktu.edu.tr, burakkurall@gmail.com*

Bu araştırma; 12 haftalık basketbol antrenmanlarının, genç erkek basketbolcuların somatotip yapılarına ve motorik performans özelliklerine etkilerini incelemek amacıyla yapıldı. Araştırma, Türkiye Basketbol Federasyonu Trabzonspor Basketbol Kulübünde lisanslı olarak basketbol oynayan toplam 17 erkek basketbolcunun (yaş 14,94±0,24 yıl, boy 179,82±6,98 cm, vücut ağırlığı 69,32±12,78 kg) gönüllü katılımıyla, yarı deneysel ön-test ve son- test desenli araştırma yöntemi ile yapıldı. Araştırmanın ön-test ve son-test aşamalarında; sporcuların somatotip yapılarının tespit edilmesi amacıyla Heath-Carter yöntemi, motorik performansların tespit edilmesi amacıyla 20 metre sürat testi, flamingo denge testi, dikey sıçrama testi, yatay sıçrama testi, otur uzan esneklik testi, gövde fleksiyon esneklik testi, pençe kuvveti testi, sırt-bacak kuvvet testi, sağlık topu fırlatma testi, illinois çabukluk testi ve mekik koşusu aerobik güç testi kullanıldı. Sporcuların anaerobik güçleri ise, lewis nomogramı ile tespit edildi. Araştırma sonunda verilerin istatistiksel analizi için SPSS 25.0 istatistik programı kullanıldı ve anlamlılık düzeyi olarak p<0,05 değeri alındı. Araştırmanın ön-test ve son-test aşamalarında, sporcuların somatotip yapıları ve motorik performans seviyeleri arasındaki farklar, normal dağılım gösteren veriler için Paired Samples t-test, göstermeyen veriler için ise, Wilcoxon ile tespit edildi. Araştırmada; 12 haftalık basketbol antrenmanları sonunda; pençe kuvveti, sırt-bacak kuvveti, yatay sıçrama, sağlık topu fırlatma, illinois çabukluk, otur uzan ve gövde fleksiyon esneklik ve dayanıklılık değerleri ile endomorf ve ektomorf yapıdaki farkların anlamlı olduğu tespit edildi (p<0,05). Sonuç olarak; düzenli yapılan basketbol antrenmanları, sporcuların vücut kompozisyonunu, somatotip yapılarını ve sportif performanslarını olumlu yönde etkileyebilmektedir. Basketbola özgü antrenman programlarına, temel motorik özellikleri geliştirici antrenman dirillerinin eklenmesinin, genç basketbolcularda basketbol becerilerinin gelişmesine katkıda bulunacağı kanaatindeyiz. Anahtar Kelimeler: Basketbol, Somatotip, Antropometri

THE EFFECT OF BASKETBALL TRAININGS ON SOMATOTYPE STRUCTURE AND PHYSICAL PERFORMANCE CHARACTERISTICS

This study was conducted to examine the effects of 12 weeks basketball trainings on somatotype structure and motoric performance characteristics of young male basketball player. The study was conducted with quasi-experimental design and voluntarily participating totally 17 certified male basketball players (age 14,94±0,24 years, height 179,82±6,98 cm, body weight 69,32±12,78 kg) who play basketball in the Turkish Basketball Federation's Trabzonspor Basketball Club. Pre-test and post-test periods of study; Heath-Carter method was used to determine the somatotype characteristics of the athletes and 20-meter speed test, flamingo balance test, vertical jump test, horizontal jump test, sit and reach test, body flexion test, handgrip strength test, back-leg strength test, health ball throw test, illinois agility test and multistage shuttle run aerobic power test was used to determine the motoric performance of the athletes. Lewis nomogram was also used to determine anaerobic power of the athletes. SPSS 25.0 statistical software was used for statistical analysis of the data at the end of the study and the threshold for significance level was p<0.05. Pre-test and post-test periods of study, Paired Samples t-test for normally distrubuted variables and Wilcoxon for non-normally distributed variables were used to determine the differences between motoric performance levels and somatotype structures of the athletes. In the study, the significant differences were determined on hand-grip strength, back-leg strength, horizontal jump, health ball throw, illinois agility, sit- reach and body flexion flexibility and endurance variables and endomorph and ectomorph structures at the end of 12 weeks basketball trainings (p<0,05). As a result, the basketball trainings that done regularly can affect body composition, somatotype structures and sportive performance of the athletes. We believe that the training drills improving fundamental motoric properties put in training programs pertaining to basketball will contribute to basketball skills of young basketballer. Keywords: Basketball, Somatotype, Anthropometry

SB693

KARATE ANTRENMANLARININ TEMEL MOTORİK ÖZELLİKLER ÜZERİNE ETKİSİ

[1]Burak Kural, [1]Selami Yüksek, [1]Vedat Ayan, [1]Cengiz Ölmez, [1]Burak Kural, [1]Fatih Aydın

[1]Trabzon Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, TRABZON

Email : *, selami.yuksek@ktu.edu.tr, vayan61@gmail.com , cengizolmez@hotmail.com.tr, burakkurall@gmail.com, fatih.aydın@ktu.edu.tr*

Bu araştırma; 12 haftalık karate antrenmanlarının, 8-12 yaş erkek karatecilerin temel motorik performans özelliklerine etkilerini incelemek amacıyla yapıldı. Araştırmaya, 9'u deney (yaş 9,67±1,32 yıl, boy 132,33±8,51 cm, vücut ağırlığı 34,71±9,86 kg) ve 13' ü kontrol grubu (yaş 10,31±1,18 yıl, boy 138,92±5,41 cm, vücut ağırlığı 34,85±7,09 kg) olmak üzere toplam 22 erkek karatecinin gönüllü katılımı sağlandı. Araştırmanın ön-test ve son-test aşamalarında; temel motorik özellikler ile ilgili performansların tespit edilebilmesi amacıyla 30 saniye mekik testi, 30 saniye şınav testi, 20 metre sürat testi, flamingo denge testi, dikey sıçrama testi, yatay sıçrama testi, otur uzan esneklik testi, illinois çabukluk testi ve multistage shuttle run aerobik güç testi kullanıldı. Sporcuların anaerobik güçleri ise, dikey sıçrama ve vücut ağırlığı verilerinin formulize edildiği lewis nomogramı ile tespit edildi. Araştırma sonunda verilerin istatistiksel analizi için SPSS 25.0 istatistik programı kullanıldı ve anlamlılık düzeyi olarak p<0,05 değeri alındı. Araştırmada, 12 haftalık karate antrenmanları sonunda flamingo denge, dikey sıçrama, yatay sıçrama, otur uzan esneklik, 30 saniye şınav, illinois çabukluk, lewis anaerobik güç ve mekik koşusu aerobik güç testi ön test ve son test değerleri arasındaki farkların anlamlı olduğu tespit edildi (p<0,05). Bir mücadele sporu olarak karate, içeriğinde tüm motorik performans ögelerini barındırmaktadır. Dolayısıyla düzenli yapılan karate antrenmanları ile kuvvet, dayanıklılık, çabukluk, denge ve güç gibi motor beceriler antrene edilmektedir. Bu noktadan hareketle, karateye özgü antrenman programlarına, temel motorik özellikleri geliştirici antrenman dirillerinin eklenmesinin, karate becerilerinin gelişmesi noktasında sporculara katkıda bulunacağı kanaatindeyiz. Anahtar Kelimeler: Karate, çocuk, performans

THE EFFECT OF KARATE TRAININGS ON FUNDAMENTAL MOTORIC CHARACTERISTICS

This study was conducted to examine the effects of 12 weeks karate trainings on fundamental motoric performance characteristics of 8-12 age boy karate players. An experimental group composed of 9 children (age 9,67±1,32 years, height 132,33±8,51 cm, body weight 34,71±9,86 kg) and a control group composed of 13 children (age 10,31±1,18 years, height 138,92±5,41 cm, body weight 34,85±7,09 kg) totally 22 boy karate players were participated in this study voluntarily. Pre-test and post-test periods of study; 30 second sit-up test, 30 second push-up test, 20-meter speed test, flamingo balance test, vertical jump test, horizontal jump test, sit and reach test, illinois agility test and multistage shuttle run aerobic power test was used to determine the fundamental motoric performance of the athletes. Lewis nomogram formulized with vertical jump and body weight was also used to determine anaerobic power of the athletes. SPSS 25.0 statistical software was used for statistical analysis of the data at the end of the study and the threshold for significance level was p<0.05. In the study, the significant differences were determined between pre-test and post-test values of flamingo balance, vertical jump, horizontal jump, sit and reach flexibility, 30 seconds push-up, illinois agility, lewis anaerobic power and multistage shuttle run aerobic power at the end of 12 weeks karate trainings (p<0,05). Karate as a martial art contain in itself all motoric performance characteristics. So, the karate trainings that done regularly can train motoric skills like strength, endurance, agility, balance and power. From this point of view, we are of opinion that the training drills improving fundamental motoric properties put in training programs pertaining to karate will contribute to karate skills of athletes.

Keywords: Karate, child, performance

SB695

KISA SÜRELİ VÜCUT AĞIRLIĞI KAYBININ BÖBREK FONKSİYONLARINA ETKİSİ

***[1]Hakan Yarar*, [1]Ümid Karlı, [2]Güler Bugdaycı, [2]Hamdi Oğuzman, [1]Kutlu Aydın**

[1]Abant Izzet Baysal Universitesi Beden Egitimi Ve Spor Yüksekokulu, Bolu
[2]Abant Izzet Baysal Üniversitesi Tıp Fakültesi, Bolu

***Email :** hakanyarar96@hotmail.com, umidkarli@gmail.com, gbugdayci@gmail.com, hamdioguzman@gmail.com, kutlu_aydin@yahoo.com*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı kısa süreli kilo kaybının böbrek fonksiyonlarını etkisini incelemektir.

Materyal ve Yöntem: Bu çalışmaya daha önce müsabakalar için kilo kaybetmiş [(mean±SD) yaş: 22,50±1,50 yıl; boy: 172,25±6,41cm; vücut ağırlığı: 78,15± 11,65kg; vücut yağ yüzdesi: 15,05±5,24] olan 12 deneyimli erkek mücadele sporcusu gönüllü olarak katılmıştır. Sporcular rastgele çapraz deney desenine göre bir hafta arayla deney uygulaması olarak vücut ağırlığı kaybı periyoduna ve kontrol uygulaması olarak diyetsiz bir periyoda dahil olmuşlardır. Kan numuneleri kilo kaybı öncesi, kilo kaybı sonrası ve 18 saat toparlanma sonrasında alınmıştır. İdrar numuneleri ise kilo kaybı öncesi, kilo kaybı esnasında iki defa, kilo kaybı sonrası ve 18 saat toparlanma sonrasında toplanmıştır. Sporcuların 48 saat içerisinde vücut ağırlıklarının % 5'ini kaybetmeleri sağlanmıştır. Kan numunesinden serum BUN (kanda üre azotu) ve kreatinin belirlenmiş ve glomerüler filtrasyon oranı (eGFR) hesaplanmış, idrar numunesinden ise idrar üre ve kreatinin seviyeleri belirlenmiştir. Verilerin analizi için tekrarlı ölçümlerde iki yönlü varyans analiz ve Friedman testi kullanılmıştır. Bulgular: İstatistiksel analizlere göre hızlı vücut ağırlığı kaybına bağlı olarak serum BUN ve kreatinin seviyesinde anlamlı ($p<0,05$) artış saptanmıştır. Diğer taraftan eGFR degerinde ağırlık kaybına bağlı olarak anlamlı düşüş ($p<0,05$) bulunmuştur. Ayrıca idrar üre ve kreatinin seviyesinin hızlı ağırlık kaybına bağlı olarak istatistiksel olarak anlamlı derecede ($p<0,05$) arttığı tespit edilmiştir.

Sonuç: Sonuç olarak 48 saat içerisinde gerçekleşen % 5'lik vücut ağırlığı kaybı böbrek foksiyonlarını olumsuz yönde etkilemektedir. Buradan yola çıkılarak, mücadele sporcularının sağlıklarını korunmak amacıyla mümkün olduğunca hızlı kilo vermekten kaçınmaları gerektiği sonucuna varılabilir.

Anahtar kelimeler: Sıvı kaybı, , BUN, Kreatinin, Üre.

THE EFFECTS OF SHORT-TERM BODY WEIGHT LOSS ON RENAL FUNCTIONS

Introduction and Purpose: The aim of this study was to investigate the effects of short-term body weight loss on renal functions.

Material and Methods:Twelve experinced male combat sports athletes [(mean±SD) age: 22,50±1,50 years; stature: 172,25±6,41cm; body mass: 78,15± 11,65kg; body fat %: 15,05±5,24] previously lost weight for competitions were participated as volunteer in this study. Athletes were 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. Blood samples were collected prior to weight loss, after weight loss and after 18 hours recovery. Urine samples were collected prior to weight loss, two times during weight loss, after weight loss and after 18 hours recovery. Athletes lost 5% of their body weight within 48 hours. Serum BUN (blood urea nitrogen) and creatinine were determined and estimated glomerular filtration rate (eGFR) was calculated from the blood samples, while urine urea and creatinine levels were determined from the urine sample. For statistical analyses two way ANOVA with repeated measures and Friedman test were used.

Results: According to the statistical analyses significant increase ($p<0,05$) were observed in serum BUN and creatinine level due to the rapid weight loss. On the other hand, there was significant decrease ($p<0,05$) in eGFR value due to weigth loss. Additionally, it was also found that urinary urea and creatinine levels increased significantly ($p<0,05$) due to rapid weight loss.

Conclusions: As a results of this study 5% of body weight loss within 48 hours affect renal functions negatively. From this point it can be concluded that the combat sport athletes should avoid from practicing quick weight loss as much as possible in order to protect their health.

Key words: Dehydration, BUN, Creatinine, Urea.

SB696

MÜCADELE SPORCULARININ KİLO KAYBI PROFİLLERİNİN İNCELENMESİ

[1]Hakan Yarar, [1]Recep Türkyılmaz, [2]Hüseyin Eroğlu

[1]Abant Izzet Baysal Universitesi Beden Egitimi Ve Spor Yüksekokulu, Bolu
[2]2Kahramanmaraş Sütçü Imam Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Kahramanmara

Email : *hakanyarar96@hotmail.com, receptrkylmz@hotmail.com, eroglu1@gmail.com*

Giriş amaç: Yapılan bu çalışmanın amacı mücadele sporcularının kilo düşme profillerinin belirlenmesidir. Materyal ve Yöntem: Araştırmaya [(ort.±SS) yaş: 20,84±4,42 yıl; spor yaşı: 9,11±5,17 yıl] 371 erkek 131 bayan olmak üzere toplam 502 mücadele sporcusu gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılar siklet sporu ile uğraşan ve daha önce müsabakalar öncesi kilo kaybetmiş Güreş, Boks, Halter, Tekvando, Karate, Judo, Kick boks gibi sıklet sporcularından oluşmaktadır. Araştırmada veriler Yarar ve ark (2016) "Sporcu kilo düşme yöntemleri ve etkileri ölçeği" kullanılarak elde edilmiştir. Elde edilen verilerin tanımlayıcı istatistikleri, aritmetik ortalamaları (x), standart sapmaları (ss) ve yüzde frekans (%) dağılımları SPSS 20 (Statistical Package for the Social Sciences) paket programı kullanılarak hesaplanmıştır. Bulgular: İstatistiksel analizlere göre sporcuların ilk kilo düşme yaşı 14,72±2,45 yaş, bir sezonda kilo düşme sayısı ise 2,62±1,49, bir seferde kaybedilen maksimumum kilo kaybı oranı 5,33±2,72 kg dır. Sporcuların % 32,3'ü (n=162) kilo düşmeye müsabakadan 2 hafta önce, % 28,1'i (n=141) müsabakadan 3-4 hafta önce, % 18,3'ü (n=92) ise müsabakaya son bir hafta kala kilo düşmeye başladığı tespit edilmiştir. Ayrıca sporcular kilo düşme nedenleri olarak % 33,6'sı (n=168) vücut ağırlığının iki siklet arasında olduğu, % 23,1'i (n=116) bulunduğu siklette güçlü rakiplerim olması ve % 23,0'ü (n=115) ise kilo vererek daha hızlı ve dayanıklı olmak amacıyla kilo düştüğünü belirtmişlerdir. Sonuç: Sonuç olarak bu çalışmada sporcularının erken yaşlarda kilo düşmeye başladıkları ve sporcuların büyük bir kısmının müsabakaya yakın zamanda kilo verdiği tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Kilo kaybı yöntemleri, Siklet sporları, Diyet.

THE INVESTIGATION OF WEIGHT LOSS PROFILES ON COMBAT SPORTS ATHLETES

Purpose: The aim of this study was to determine that weight loss profiles of weight category sports athletes. Material and Methods: 502 active (371 male, 131 female) weight category sports athletes who have lost weight before (mean ± SD, age: 20,84±4, 42 year, experience (year): 9,11±5,17,) were participated as a volunteer in this study. The participants consisted of wrestling, boxing, weight lifting, teak won do, karate, judo, kick box athletes. For the data collection the questionnaire of "Sport weight loss methods and effects scale" Yarar and et al. (2016) was used. For statistical analysis descriptive statistics, arithmetic mean (x), standard deviations (ss) and percentage frequency (%) of subjects were calculated on SPSS version 20.0 (statistical package for the social sciences). Results: According to statistical analysis first weight reduction age 14,72±2,45 year, average weight loss frequency in a season (time) was 2, 62±1,49, maximum weight loss ratio in a time was 5,33±2,72 kg. At the same time, 32,3% (n=162) of athletes are starting to lose weight 2 weeks before the competition, 28,1% (n=141), loss weight 3-4 week before the competition, 18,3 % (n=92) one week before the competition. For the reason of weight loss; 33, 6% (n=168) was body weight is between two category, 23,1% (n=116) had good competitors in the category and 23% (n=115) in order to be faster and more durable. Conclusions: As a result of this study, it was determined that athletes who started to lose weight in early ages and many athletes lost weight short time before the competition.

Key words: Weight loss methods, Weight Category Sports, Diet

SB700

PROFESYONEL BİR BASKETBOLCUNUN DİZ REHABİLİTASYONU İÇİN KOMBİNE EDİLMİŞ İZOKİNETİK VE STABİLİZASYON ANTRENMANI: OLGU SUNUMU

***[1]İsmail Bayram*, [2]Ali Onur Cerrah, [2]Hayri Ertan**

[1]Amasya Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü, AMASYA
[2]Eskişehir Teknik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ESKİŞEHİR

***Email :** i.bayram43@gmail.com, alihonorcerrah@gmail.com, hayriertan@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Basketbolcular, sıçramalar esnasında diz eklemine binen ani yüklerden ve geniş vücut yapılarından dolayı diz yaralanmalarına yatkındırlar. Ayrıca, tekrar eden hareketler eklem kartilajı üzerinde aşındırıcı bir etki oluşturarak uzun yıllar içinde aşırı kullanıma bağlı sakatlıklara neden olabilir. Ana amacımız sakat ve sağlam bacak arasındaki mevcut güç çıktılarını ve dengesizlikleri antrenman protokolü öncesinde ve sonrasında belirlemekti. After post-test, all the comparisons were made between injured and non-injured legs, as well as between flexor and extensor muscles. Yöntem: Sporcunun yaşı 30, boyu 205 cm, vücut ağırlığı 107.20 kg, VKİ: 25.50, yağ oranı %12.80 ve antrenman yaşı 22 yıl idi. İzokinetik kuvvet değerleri (konsentrik/konsentrik) Isomed2000 izokinetik dinamometre'' (D&R Ferstl GmbH, Hemau, Germany) ile alındı. Ölçümler, temel güç çıktısı ve toplam işin değerlendirilmesi amacıyla, 600/s (5 tekrar) açısal hızda her iki bacak için alındı. 5 antrenman seti zayıf kas gruplarının güçlendirmesi amacıyla, ön test sonuçlarına göre düzenlendi ve sporcudan gelen sözel yanıtlara göre antrenmanların set, tekrar sayıları, dinlenme ve deneme zamanları düzenlendi. Son ölçümlerden sonra, karşılaştırmalar sağlam ve sakat bacağın aynı kas grupları ve her bir bacağın fleksör-ekstensör kas grupları arasında yapıldı. Bulgular: Sakat bacağın maksimum flex/ex güç çıktıları ilk testte 600/s için 156/123 Nm iken, son testte 268/280 Nm'ye yükseldi. Sağlam bacak kuvvet değerleri ilk testte 217/223 Nm iken son testte 277/310 Nm idi. Benzer olarak, aakat bacağın toplam iş değerleri ilk testte 600/s için 1453 J (flek:882/eks:571) iken, son testte 2332 J (flek:1120/ eks:1212)'e yükseldi. Sağlam bacak kuvvet değerleri ilk testte 1915 J (flek:970/eks:945) iken son testte 2382 J (flek:1161/eks:1221) idi. Sonuç: Çalışmamız aynı zamanda, devam eden rehabilitasyon süreçlerindeki takip sayesinde doğru antrenman modifikasyon ve müdahalelerinin önemine vurgu yapmaktadır.

COMBINED ISOKINETIC AND STABILIZATION TRAINING FOR THE KNEE REHABILITATION OF A PROFESSIONAL BASKETBALL PLAYER: A CASE STUDY

Introduction and Purpose: Basketball players are susceptible to injure their knee due to instantaneous loads on the joint during jumps and because of their huge body structures. Also repetitive movements can create a cumulative abrasive effect on the joint cartilage which leads to overuse injuries. Our main aim was to identify the current power output and imbalance between injured and non-injured legs for pre-post training protocol. Method: The athlete was 30 years old and his descriptive statistics were the following ones; height: 205cm, weight: 107.20kg, BMI: 25.50, fat percentage: 12.80 % and training age: 13 years. Isokinetic strength values (concentric/concentric) were measured for knee flexion/extension by using "Isomed2000 isokinetic dynamometer" (D&R Ferstl GmbH, Hemau, Germany). Both legs of athlete were tested in 600/sec (5 repetitions) after a warm-up section to evaluate both torque and work variables. 5 training sessions were designed by targeting to increase force output of the weak muscle groups and modified in terms of set, repetition number, rest and trial times according to verbal feedback of athlete. After post-test, all the comparisons were made between injured and non-injured legs, as well as between flexor and extensor muscles. Results: Maximum knee flexion/extension torque of injured leg were 156/123 Nm for 600/sec in pretest and increased to 268/280 Nm at post-test. Maximum torque values of the non-injured leg were 217/223 Nm in the pretest and increased to 277/310 Nm at post-test. Similarly, total work values of injured leg were 1453 J (flex:882/ex:571) for 600/sec in pretest and increased to 2332 J (flex:1120/ex:1212) at post-test. Total work values of the non-injured leg were 1915 J (flex:970/ex:945) in the pretest and increased to 2382 J (flex:1161/ex:1221) at post-test. Conclusion: Our study also emphasizes the importance of proper training modifications and interventions to ongoing rehabilitation processes by means of monitorization.

SB701

PUBERTE ÖNCESİ BASKETBOLCULARDA NÖROMÜSKÜLER VE PROPRİOSEPTİF ANTRENMANIN MOTOR VE SEÇİLİ BASKETBOL BECERİLERİ ÜZERİNE ETKİSİ

[1]NAMIK KEMAL ÜNİVERSİTESİ,TEKİRDAĞ

Email :

Bu çalışmanın amacı 8 haftalık nöromüsküler ve proprioseptif antrenman programının (NPAP) puberte öncesi erkek basketbolcuların motor ve basketbol becerileri üzerindeki etkisini değerlendirmektir. Yirmi dört erkek basketbolcu deney grubuna (n = 12; ortalama [±] yaş, 10.66 ± 0.75 yıl) ve kontrol grubuna (n = 12; ortalama yaş, 10.82 ± 0.68) ayrıldı. Tüm oyuncular bir takım olarak birlikte eğitildi; bununla birlikte, deney grubu haftada 2 kez 8 haftalık bir NPAP'ye katılırken, kontrol grubu kendi antrenörlerinin rehberliğinde düzenli basketbol antrenman programları uygulandı. Motorik beceriler, çeviklik testi, 20 m sürat ve sırt kuvveti, dikey sıçrama, uzun atlama, esneklik ve denge testlerinin sonuçlarına göre değerlendirildi. Basketbol becerileri, şut ve top sürme testlerine göre değerlendirildi. Kontrol grubunda sadece dikey sıçrama ve esneklik değerlerinde anlamlı farklılıklar bulunurken, deney grubunda ise tüm motorik ve şut becerilerinde anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Ayrıca gruplar arası karşılaştırmalarda, çeviklik, sırt kuvveti, uzun atlama, esneklik ve denge değerlerinde müdahale grubunun lehine anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Bu çalışma, erkek basketbolcularda motorik ve şut becerilerine odaklanan bir NPAP'nin önemli etkisini göstermiştir.

EFFECT OF NEUROMUSCULAR AND PROPRIOCEPTIVE TRAINING ON MOTOR AND SELECTED BASKETBALL SKILLS IN PRE-PUBESCENT BASKETBALL PLAYERS

The aim of this study was to evaluate the effect of an 8-week neuromuscular and proprioceptive training program (NPTP) on motor and basketball skills in pre-pubescent male basketball players. Twenty-four male basketball players were divided into an intervention group (n=12; mean [±] age, 10.66±0.75 years) and a control group (n=12; mean age, 10.82±0.68 years). All players trained together as a team; however, the intervention group participated in an 8-week NPTP 2 times per week, while the control group followed their regular basketball training system as guided by their coach. Motor skills were assessed according to the results of an agility t-test, 20 m sprint, and tests of back strength, vertical jump, standing long jump, sit and reach, and standing stork balance. Basketball skills were assessed according to shooting and dribbling tests. Significant differences were found only in vertical jump and flexibility in the control group, whereas significant differences were found in all motor and shooting skills in the intervention group. In addition, intergroup comparisons revealed significant differences in favor of the intervention group in agility, back strength, long jump, flexibility, and balance. The present study demonstrated the significant effect of an NPTP, which focused on motor and shooting skills in pre-pubescent male basketball players.

SB715

FUTBOLCULARDA YAPILAN ANAEROBİK VE AEROBİK PERFORMANS TESTLERİYLE SAHA TAKİP CİHAZLARIYLA ELDE EDİLEN FİZYOLOJİK VE KİNEMATİK PARAMETRELERİN KARŞILAŞTIRILMASI

***[1]Zeki Akyıldız*, [1]Yücel Ocak**

[1]Afyon Kocatepe Üniversitesi

Email : *zekiakyldz@hotmail.com, yocak@aku.edu.tr*

Giriş : Spor bilimleri dünyasında fiziksel performansın analiz edilip sonuçların rakamlara dönüştürülmesi oldukça önemlidir. Literatürde Gps sistemleri, müsabakalarda ve futbola özgü farklı antrenman dirillerinde fizyolojik ve kinematik parametreleri elde etmek, yapılan hareketlerin rakamsal sonuçlarını elde etmemizi sağlamak için yardımcı araç olarak kullanılmıştır.

Amaç: Bu çalışmanın amacı fizyolojik performans testleriyle müsabakalarda elde edilen fizyolojik ve kinematik parametrelerin ilişkilerinin incelenmesidir.

Yöntem: Çalışmaya 32 erkek futbol oyuncusuyla (Yaş:21,85± 2,88 yıl, boy: 177,10±8,03 cm, vücut ağırlığı: 72,40±8,98) başlanmış ancak oyuncular testler ve müsabakalar esnasında dahil edilme kriterlerini sağlayamadıkları için 20 erkek futbol oyuncusunun parametreleri çalışmaya dahil edilip istatistiksel olarak değerlendirilmeye alınmıştır. Katılımcıların fizyolojik ve kinematik performanslarının belirlenebilmesi için Yo-Yo testi ve RAST testi uygulanmıştır. Performans testlerinden sonraki 3 hafta içerisinde, haftada bir gün yapılan resmi futbol müsabakalarında katılımcıların GPS destekli saha takip cihazıyla kinematik ve fizyolojik parametreleri alınmıştır. Yapılan çalışmada katılımcılara dair tanımlayıcı istatistik olarak fizyolojik ve kinematik parametrelerin ortalama ve standart sapma değişkenleri hesaplanmıştır. Kinematik ve fizyolojik parametreler arasındaki ilişki spearman kolerasyon katsayısı kullanılarak hesaplanmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde SPSS paket programı kullanılarak ilişkilendirmelerde anlamlılık seviyesi 0,05 olarak belirlenmiştir.

Bulgular ve Sonuç: Çalışmamızda sonuç olarak fizyolojik performans testleriyle, GPS destekli saha takip cihazlarıyla resmi müsabakalarda elde edilen fizyolojik ve kinematik parametrelerin ilişkisinin olmadığı saptanmıştır $p>0,05$. Bunun yanında, performans testleriyle, müsabakalar arasında yoğun yüklenmelerin yaşandığı anlarda pozitif ilişkiler görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: GPS, Fizyolojik Testler, Kinematik Testler

* Bu çalışma Zeki AKYILDIZ'ın "Futbolcularda Yapılan Anaerobik ve Aerobik Performans Testleriyle Saha Takip Cihazlarıyla Elde Edilen Fizyolojik ve Kinematik Parametrelerin Karşılaştırılması" başlıklı yüksek lisans tezinden üretilmiştir. Bu çalışma Afyon Kocatepe Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri Komisyonu tarafından 17.SAĞLIK.BİL.26 proje numarası ile desteklenmiştir.

COMPARISON OF PHYSIOLOGICAL AND KINEMATIC PARAMETERS OBTAINED WITH FIELD TRACKING DEVICES BY ANAEROBİC AND AEROBIC PERFORMANCE TESTS MADE ON FOOTBALL

Introduction: In the world of sports science it is very important to analyze the physical performance and transform the results into figures. In the literature, Gps systems are used to obtain physiological and kinematic parameters in different training and training specific for football and competition, has been used as an auxiliary tool to ensure that we obtain the numerical results of the movements made.

Aim: The aim of this study is to examine the relationships between the physiological and kinematic parameters obtained in the competition with the aim physiological performance tests.

Method: The study was started with 32 male soccer players (Age: 21.85 ± 2.88 years, height: 177.10 ± 8.03 cm, body weight: 72.40 ± 8.98) Since the players can not satisfy the inclusion criteria during the tests and competitions, the parameters of 20 male soccer players were included in the study and statistically assessed. The physiological and kinematic performances of participants the Yo-Yo test and the RAST test were applied. Within 3 weeks of performance tests, one day a week kinematic and physiological parameters of the participants in the official football matches were obtained with GPS supported field monitoring device. made mean and standard deviation variables of physiological and kinematic parameters as descriptive statistic for participation in the study It was calculated. The relationship between kinematic and physiological parameters was calculated using the spearman correlation coefficient. data the level of significance in associations using SPSS package program was determined as 0.05.

Results and Conclusion: As a result of our work, with physiological performance tests, with GPS supported field monitoring devices in official competitions it was found that there was no relation between the obtained physiological and kinematic parameters $p > 0.05$. However, with performance tests, positive relationships were seen at times when intense loads were experienced between competitions.

Key words: GPS, Physiological Tests, Kinematic Tests

SB717

FUTBOLCULARIN ANTROPOMETRİK, İZOKİNETİK KAS KUVVETLERİ VE DENGE PARAMETRELERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN ARAŞTIRILMASI

[1]Murat Son , [1]Serap Çolak , [2]Tuncay Çolak

[1]Kocaeli Üniversitesi,Spor Bilimleri Fakültesi,KOCAELİ
[2]Kocaeli Üniversitesi,Tıp Fakültesi,KOCAELİ

Email : *murat.son@kocaeli.edu.tr, srpclk@gmail.com, tuncaycolak@live.com*

Amaç: Futbolda performansı etkileyecek fiziksel özellik, kas kuvveti ve psikolojik durum dışında, Denge düzeyleri gibi yeni parametreler önem kazanmaya başlamıştır. Çalışmamızın amacı, futbolcuların antropometrik, izokinetik kas kuvvetleri ve denge parametreleri arasındaki ilişkinin araştırılması ve dolayısıyla dengenin performansa etkisini açıklamaktır. Yöntem: Çalışmamıza 31(yaş:21,71±2,26) futbol oyuncusu katılmıştır. Futbolcuların performanslarını etkileyen başta kas kuvveti(Biodex System-3 İzokinetik Dinamometre), antropometrik ölçümleri, performans göstergeleri ve denge ölçümleri(Easytech denge cihazı) alınmıştır. Elde edilen tüm verilerin istatistiksel olarak birbirleriyle korelasyonları yapılmıştır. Dolayısıyla futbolcuların antropometrik, izokinetik kas kuvvetleri ve denge parametreleri arasındaki ilişki araştırılmış ve özellikle dengenin performansa etkisi açıklanmıştır. Bulgular: Araştırmamızda, futbolcuların izokinetik kas kuvvetleri ile denge düzeyleri arasında pozitif bir korelasyon tespit edilmiştir($p<0,05$). Ayrıca denge düzeyleri ile bazı antropometrik parametreler arasında da korelasyonlar bulunmuştur($p<0,05$). Sonuç: Futbolcularda denge oldukça önemli bir parametredir. İyi denge iyi performans demektir. Sonuçlarımız, futbol antrenörlerinin, sporcularına denge egzersizi içeren antrenmanlara daha fazla yer vermeleri gerektiğini göstermiştir. Ayrıca denge egzersizlerinin futbolcuların performanslarını ve dolayısıyla başarılarını etkileyebileceğini göstermiştir.

Anahtar kelimeler: Denge, kas kuvveti, futbol, antropometri

DETERMINING THE RELATIONSHIP BETWEEN ANTHROPOMETRIC, ISOKINETIC MUSCLE STRENGTH AND BALANCE PARAMETRES OF FOOTBALL PLAYERS

Objective: New parameters such as balance levels have begun to gain importance, besides the physical properties, muscular strength and psychological state that will affect performance in football. The aim of our study is to investigate the relationship between football player's anthropometric, isokinetic muscle forces and balance parameters and thus to explain the effect of balance on performance. Methods: 31 football players(21.72±2.26 years) participated in our study. Muscle strength(Biodex System-3 Isokinetic Dynamometer) that effect football players' performance, anthropometric measurement and balance measurement of them(Easytech Balance Device) were taken. The correlation between the data were statistically made.Therefore, the relationship between anthropometric measurement, isokinetic muscle strength and balance parameters were investigated. Especially, the effect of balance on performance was explained. Results: In this study, it was found that the pozitive correlation between isokinetic muscle strength and balance levels of football players($p<0.05$). Furthermore, it was obtained that correlations between some of anthropometric parameters and balance levels($p<0.05$). Conclusion: Balance in football players is a very substantial parameter. The good balance refers to the good performance. The outcomes have showed that the football coachs should pay attention to balance exercises more. Furthermore, balance excercises can effect football players' performance and thus, the success of them. Keywords: Balance, muscle strength, football, anthropometry

SB724

SEDANTER BAYANLARDA STEP AEROBİK EGZERSİZLERİNİN KOR STABİLİZASYONUNA ETKİSİ

[2]Ercüment Erdoğan, [1]Pelin Kapdan, [1]Tuğba Yayla

[1]Ordu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsi, ORDU
[2]Ordu Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, ORDU

Email : *ercumenterdogan22@hotmail.com, zbydsnl_28@hotmail.com, tugbaayayla@gmail.com*

Amaç: Bu çalışma sedanter kadınlara uygulanan 4 haftalık step-aerobik egzersizinin kor bölgesi kuvvet gelişimine ve bazı fiziksel parametrelerine etkisini incelemek amacıyla yapılmıştır. Metot: Çalışmaya 18-24 yaş arasında Ordu Üniversitesinde öğrenim gören sağlıklı, gönüllü 19 sedanter kadın (yaş;20,83±1,54 yıl, boy;162,28±,066cm vücut ağırlığı; 59,34±7,03 kg)katılmıştır. Deneklere 4 hafta (haftada 2 saat) step aerobik antrenmanı uygulanmış çalışma öncesinde ve sonunda kor kuvveti testi, sırt kuvveti, bacak kuvveti ve el pençe kuvvet testleri uygulanmıştır. Elde edilen sonuçlar SPSS paket programında tanımlayıcı istatistikleri, normallik testi, bağımlı değişkenler t test ile değerlendirilmiştir. Bulgular: Çalışmadan elde edilen verilerin analizi sonucunda vücut ağırlığı(p=,250), core kuvveti(p=,070), pençe kuvveti(p=,803), bacak kuvveti(p=,601) ön test ve son test derecelerinde istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmamıştır(p>0,05). Sırt kuvvetinde(p=,012) ön test ve son test değerlerinde istatiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur(P<0,05). Sonuç: Sonuç olarak dört haftalık Step aerobik egzersizlerinin sedanter kadınların core bölgesi kuvvetine ve sırt kuvvetini artırdığı görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Core kuvveti, Sedanter kadın, Step- Aerobik

THE EFFECTS OF STEP AEROBIC EXERCİSES ON THE CORE STABILIZATION OF SEDANTARY WOMEN

Aim: This study is conducted to examine the effect of 4 weekly step aerobic sedantary women on strenght development in the core area and some physical parameters. Method:19 healty voluntary sedantary women(age;20,83±1.54 year, lenght;162,28±0,66 cm, bodyweight;59,34±7,03 kg) who are studying at Ordu University between the ages of 18 and 24 participate in this study. Step aerobic training has been carried out subjects for 4 week(2 hours a week) before and after the study core strenght test, back strenght, leg strenght and hand claw strenght test are carried out. Obtained results are evaluated descriptive packet statistic, normality test, dependent versions with T test in the SPSS packet program. Results: As a results of the analysis of the data obtained in the study is detected statistically significant difference im body weight, core strenght, claw strenght, leg strenght preand post test degree (p>0,05). İn the pre test and post test values of back strenght is found a statistically significant difference(P<0,05). Conclusion: Consequently, 4 weeks of step aerobic exercises have been seen to increase the core area strenght and back strenght of sedantary women.

Keywords: Core strenght, sedantary women, step aerobic

SB728

SERBEST STİL GÜREŞÇİLERDE KİNEZYO BANT UYGULAMASININ SIRT VE BACAK KUVVETİ ÜZERİNE ETKİLERİ

[1]Emrah Yılmaz, [2]Gökmen Özen, [1]Abdulsamet Efdal, [1]Abdüsselam Turgut

[1]Hitit Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi,ÇORUM
[2]Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi,ÇANAKKALE

Email : *apeksakademispor@hotmail.com, gokmenozen44@gmail.com, sametefdal@hotmail.com, abdusselamturgut@gmail.com*

Amaç: Bu çalışmanın amacı serbest stilde güreşen erkek sporcuların antrenmanlarında sırt ve bacak bölgesine uygulanan kinezyo bant uygulamasının sporcuların sırt ve bacak kuvveti üzerine etkisinin incelenmesidir.

Yöntem: Bu çalışmaya serbest stilde ulusal ve uluslararası müsabakalara katılan ve düzenli antrenman yapan 20 erkek güreşçi katıldı. Katılımcılar rastgele 10 kişi deney ve 10 kişi kontrol grubu olmak üzere gruplandırıldı. Çalışmada her iki gruba 72 saat süresince aynı antrenman programları uygulandı. Deney grubuna kontrol grubundan farklı olarak çalışma süresince antrenmanlarda, lumbal paravertebral kaslar ile quadriceps kaslarına bilateral olarak kinezyo bant uygulaması yapıldı. Çalışmanın hemen öncesinde ve sonrasında katılımcıların sırt ve bacak kuvvetleri Takei sırt-bacak kuvet dinamometresi ile ölçüldü. Grupların elde edilen ön test ve son test kuvvet ortalamaları SPPS istatistiksel analiz programında yer alan Wilcoxon testi ile karşılaştırıldı. Analizlerde farklılıkların belirlenmesi için % 95 anlamlılık düzeyi (ya da α=0.05 hata payı) kullanıldı.

Bulgular: İstatistiksel analiz sonuçları deney grubunda ön test ve kinezyo bant uygulaması sonrası son test ortalamalarında hem sırt (ön test: 112.5±38.3 W, son test: 131.2±34.7 W) hem de bacak kuvveti (ön test: 141.4±37.6 W, son test: 150.7±46.4 W) ortalamaları bakımından anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edildi ($Z = -1.12$, $p = .262$, $Z = -1.17$, $p = .241$). Kontrol grubuna ait bacak ve sırt kuvveti ortalamalarında da benzer şekilde ön test ve son test değerleri arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmadı ($p > .05$).

Sonuç: Araştırma sonucunda güreşçilere 72 saat süresince tatbik edilen kinezyo bant uygulamasının sporcuların sırt ve bacak kuvvetleri üzerinde herhangi bir farklılık yaratmadığı dolayısıyla kuvvet performansı üzerinde bir etkisi olmadığı ifade edilebilir. Daha uzun süreli araştırmalarla kinezyo bant uygulamasının sporcuların kuvvet gelişimine etkisinin izlenilmesi literatüre katkı sağlayacaktır.

Anahtar Kelimeler: Güreş, kinezyo bant, kuvvet, spor

THE EFFECTS OF THE KINESIO TAPING ON THE BACK AND LEG STRENGTH IN FREESTYLE WRESTLERS

Aim: The purpose of this study is to investigate the effect of Kinesio taping on the back and leg strength of male freestyle wrestlers.

Method: A total of 20 male well-trained wrestlers who competed for national and international level participated in this study. Wrestlers were randomly divided into experimental and control group (n =10 per group). The same training programs were performed for 72 hours for both groups. In the experimental group, bilateral Kinesio taping also was applied to lumbar paravertebral muscles and quadriceps muscles during training periods. Back and leg strength were measured with Takei back and leg dynamometer before and after the study. Wilcoxon signed-rank tests were used to test for significant differences in mean pre and post strength changes in wrestlers.

Results: The results of statistical analysis indicated that both the back (pre-test: 112.5 ± 38.3 W, end-test: 131.2 ± 34.7 W) and leg strength (pre-test: 141.4 ± 37.6 W, post-test: 150.7 ± 46.4 W) were not found to be a significantly different between the means of pre-test and post- test (respectively, $Z = -1.12$, $p = .262$, $Z = -1.17$, $p = .241$). Similarly, there was no significant difference between pre- and post-test scores in the mean of leg and back strength of control group ($p > .05$).

Conclusion: As a result of this study, it can be stated that Kinesio taping to the wrestlers during the 72 hours does not make any difference on their back and leg strengths and therefore has no a major effect on the muscle strength performance in wrestling. More extensive longitudinal studies will then be required to the effect of Kinesio taping on the strength development of athletes.

Keywords: Wrestling, Kinesio Tape, Muscle strength, sports.

SB730

GENÇ ERKEK SPORCULARDA LUMBAL KASLARA UYGULANAN KİNEZYO BANT UYGULAMASININ ESNEKLİK PERFORMANSINA KISA VE UZUN SÜRELİ ETKİLERİ

***[1]Abdulsamet Efdal*, [1]Emrah Yılmaz, [2]Gökmen Özen**

[1]Hitit Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi,ÇORUM
[2]Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi,ÇANAKKALE

***Email :** sametefdal@hotmail.com, apeksakademispor@hotmail.com, gokmenozen44@gmail.com*

Amaç: Bu araştırmanın amacı genç erkek sporcularında lumbal kaslara uygulanan kinezyo bant uygulamasının esneklik performansına kısa ve uzun süreli etkisinin incelenmesidir.

Yöntem: Araştırmaya Çorum Spor Lisesi'nde okuyan ve düzenli antrenman yapan 30 erkek lisanslı sporcu katılmıştır. Katılımcıların lumbal paravertebral kaslarına yönelik kinezyo bant uygulaması uzman fizyoterapist tarafından uygulandı ve 72 saat boyunca bantların sporcular üzerinde kalması sağlandı. Esneklik ölçümleri için otur eriş testi kullanıldı. Esneklik ölçümler kinezyo bantlama öncesi, bantlama sonrası ve bantlamadan 72 saat sonra bantlar çıkarılarak yapıldı. Katılımcıların esneklik ölçüm sonuçları arasındaki farkın anlamlılığını test etmek için Paired Samples t Testi kullanıldı.

Bulgular: Araştırmada esneklik ortalamalarının analiz sonuçlarına göre; katılımcıların kinezyo bantlama öncesi (23.4±6.7 cm) ve bantlama sonrası (22.1±6.4 cm) esneklik ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde (ort. farkı=1.28 cm) farklılık olduğu tespit edildi ($t(29)= -3.81$, $p = .001$). Bantlama öncesi ve bantlamadan 72 saat sonra yapılan bantsız esneklik ortalamaları (24.1±7.1 cm) arasında da yine anlamlı düzeyde farklılık olduğu belirlendi ($t(29)= -2.28$, $p = .03$).

Sonuç: Araştırma sonucunda genç erkek sporcularda lumbal paravertebral kaslara yönelik uygulanan kinezyo bantlamanın ilk uygulandığı anda sporcuların esneklik performansına bir düşüşe neden olurken 72 saatlik kinezyo bant uygulama ise esneklik performansının gelişimine katkı sağlamaktadır. Sonuç olarak kinezyo bant uygulamasının müsabaka veya yarışmaların hemen öncesinde uygulanması eklem hareket açıklığını azaltacağından sporcuların performansını olumsuz etkileyebilir.

Anahtar Kelimeler: kinesio bant, esneklik, futbol, hentbol, atletizm

SHORT AND LONG-TERM EFFECTS OF KINESIO TAPING APPLIED TO LUMBAL MUSCLES ON FLEXIBILITY PERFORMANCE IN YOUNG MALE ATHLETES

Purpose: The aim of this study is to investigate the short-term and long-term effects of kinesio taping (KT) applied to lumbal muscles on flexibility performance in young male athletes.

Method: A total of 30 well-trained male athletes recruited from the Çorum Sports High School were included in this study. KT was applied to the lumbal paravertebral muscles of the participants by a physiotherapy specialist. The tapes were not removed over athletes for 72 hours. Participants were instructed to keep the tape on their lumbal spine region for 72 hours. The sit-and-rich test was used to measure the flexibilty performance. Sit-and-rich test performed three times before taping, after taping and after taping removal.Paired Samples t Test was used to identify the participants' changes in flexibility performance.

Results: There was a statistically significant difference between the mean scores of flexibility before taping and after taping ($t(29)=3.81, p=.001$). It was also found that there was a significant difference between the flexibility averages before taping and after taping removal ($t(29)=-2.28, p=.03$).

Conclusion: To conclude, we determined that immediately after KT applied to the lumbal paravertebral muscles in the young male athletes occurred a decrease in the athletes' flexibility performance. On the other hand, we determined that KT for 72 hours contributed to the improvement of flexibility performance in young athletes., KT applied to lumbal spine region immediately before competitions may decrease the range of motion of these joints and may adversely affect the performances of the athletes.

Key Words: kinesio Tape, Flexibility, football, handball, athletics

SB731

BASKETBOLCU VE VOLEYBOLCULARDA KİNEZYO BANT UYGULAMASININ OMUZ HAREKET AÇIKLIĞINA ETKİLERİ

[1]Emrah Yılmaz, [2]Gökmen Özen, [1]Abdulsamet Efdal

[1]Hitit Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi,ÇORUM
[2]Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi,ÇANAKKALE

Email : *apeksakademispor@hotmail.com, gokmenozen44@gmail.com, sametefdal@hotmail.com*

Amaç: Bu çalışmanın amacı basketbolcu ve voleybolcuların omuz bölgesine uygulanan kinezyo bantlamanın omuz hareket açıları üzerindeki etkisinin incelenmesidir.

Yöntem: Bu çalışmanın araştırma grubunu 18-26 yaş aralığında Hitit üniversitesi basketbol (n=10) ve voleybol (n=10) takımlarında oynayan 20 erkek sporcu oluşturmaktadır. Çalışmamızda sporcuların deltoid ve latissimus dorsi kas gruplarına uzman fizyoterapist tarafından kinesio bant uygulaması yapıldı. Katılımcılarında 72 saat kinezyo bantları çıkarmamaları istendi. Uygulama öncesi ve sonrasında abdüksiyon, addüksiyon, fleksiyon, ekstansiyon aktif omuz eklem hareket açıları gonyometre ölçülmüştür. Her ölçüm ile 3 defa tekrar edildi ve değerlerin ortalaması kayıt altına alındı. Grupların elde edilen ön test ve son test omuz eklem hareket açıları değerleri SPPS istatistiksel analiz programında yer alan Wilcoxon Signed-rank testi ile karşılaştırıldı. Analizlerde farklılıkların belirlenmesi için anlamlılık düzeyi ($p<0.05$) kabul edilmiştir.

Bulgular: İstatistiksel analiz sonuçları hem basketbolcularda hemde voleybolcularda kinezyo bantlama öncesi ve sonrası omuz abdüksiyon, addüksiyon, fleksiyon ve ekstansiyon açı ortalamalarında son testler lehine istatistiksel anlamlı bir artış meydana geldiğini gösterdi.

Sonuç: Araştırma sonucunda uygulanan kinezyo bantlamanın basketbol ve voleybol sporcularının omuz eklem hareket açılarında olumlu etkisi olduğu görülmüştür. Bu bağlamda basketbol ve voleybol branşlarında sporculara uygulanacak olan kinezyo bant uygulamalarının sporcuların performanslarına pozitif yönde etkileri olacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Basketbol, Voleybol Kinez bant, Omuz, Eklem hareket açıklığı

THE EFFECT OF THE KİNESİO TAPING APPLIED TO THE SHOULDER REGION OF THE BASKETBALL AND THE VOLLEYBALL PLAYERS ON THE SHOULDER RANGE OF MOTİON

Aim: The purpose of this study is to investigate the effect of the kinesio taping applied to the shoulder region of the basketball and the volleyball players on the shoulder range of motion.

Method: The study group of this study is composed of 20 male athletes with a mean age of 21.2±1.87 years, 183.1± 0.07 cm height and 78.6±9.79 kg body weight playing at Hitit University basketball (n=10) and volleyball (n=10) teams. Kinesio taping was applied to deltoid and latissimus dorsi muscle groups of athletes by a physiotherapy specialist. The kinesio tape was asked to remain on shoulder region of the players for 72 hours. Each measurement was repeated 3 times and the average of the values was recorded. The data obtained were compared with the Wilcoxon Signed Ranks test in the SPSS packet program. Significance level $p<0.05$ was used in all statistical analyses.

Results: The results of statistical analysis showed that there was a statistically significant increase in the means of shoulder abduction, adduction, flexion and extension angles before and after kinesio taping in both basketball and volleyball groups.

Conlusion: As a result of this research, we observed that kinesio taping applied to the shoulder region of the basketball and volleyball players affect positively on the range of shoulder movements. In this context, kinesio taping to be applied to in basketball and volleyball players may have positive effects on the performance of players.

Keywords: Basketball, Volleyball, Kinesio tape, Shoulder, Range of motion

SB741

FUTBOLDA İKİ FARKLI 2X2 DAR ALAN OYUNUNUN FİZYOLOJİK YANIT, MEKANİK VE TEKNİK KARAKTERLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

[1]Afyon Kocatepe Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, AFYONKARAHİSAR

Email :

Giriş ve Amaç: İnterval dayanıklılık antrenmanlarında 3X3-4 dk. kalp atım hızının (% KAmax) %90-95 ve 3-4 dk. %KAmax'ın %60-70'inde dinlenme çalışmaları futbolda en popüler yöntemlerden biridir. Son zamanlarda dar alan oyunları (DAO), futbolcuların hem teknik hem de fizyolojik gelişimi için sıkça kullanılmaya başlanmıştır. Bu çalışmanın amacı, futbolda 3X4 dk. yüklenme ve 4dk. dinlenme (yüklenme: dinlenme oranı 1:1) prensibine göre düzenlenmiş iki tip 2X2'lik DAO'nun fizyolojik yanıtları, mekanik ve teknik değişkenlerini karşılaştırmaktır.

Yöntem: Çalışmaya 16 amatör futbolcu (yaş =22.2±3.2 yıl, boy =176.7±4.12 cm, vücut kitlesi =69.04±5.5 kg) katılmıştır. Her iki DAO 20X15 m'lik suni çim sahada gerçekleştirilmiştir. Katılımcılar ilk olarak klasik 2X2 DAO'nu oynamıştır. Aynı katılımcılar iki gün sonra revize 2X2 DAO'yu gerçekleştirmiştir. Klasik 2X2 oyununda, oyuncular takım arkadaşı ile paslaşırken, revize DAO,'da oyuncular hem takım arkadaşı ve hem de oyun alanın köşesinde bekleyen oyuncularla (diğer iki takımın oyuncuları) paslaşmıştır. Köşedeki oyuncular, hangi takım onlara pas attıysa tekrar o takımdakilere pas atmıştır. Takımlar her 4 dakikada bir yer değiştirmiştir.

Bulgular: Katılımcıların %KAmax'ı (%90.65±2.48 karşın %87.33±2.17, p<0.01), RPE (18.04±1.02'ye karşın 17.12±0.80, p<0.05) kat edilen mesafe (601.31±40.95 karşın 546.60±51.32m, p<0.01) en yüksek hız (22.55±1.82 karşın 20.99±1.67 km/s, p<0.01), ortalama hız (8.40±0.69 karşın 8.40±67 km/s, p<0.01) ve dinlenme % KAmax (%68.50±6.01 karşın %66.79±5.60, p<0.01) anlamlı olarak revize DAO'da yüksek bulunmuştur. Buna ek olarak, revize DAO'da pas sayısı (44.75±6.98'e karşılık 40.06±6.39, p<0.01) anlamlı olarak daha fazla iken, top kontrolü (24.36 ± 6.40 karşın 39.12±6.47, p<0.01) ve birebir mücadele (2.25±1.61'e karşı 12.94±4.30, p<0.01) revize DAO'da daha düşük çıkmıştır.

Sonuç: Revize 2X2 DAO dayanıklılık gelişimi için fizyolojik gereksinimleri sağlarken aynı zamanda daha fazla mekanik ve teknik verimlilik sağlamaktadır.

COMPARISON OF THE PHYSIOLOGICAL RESPONSES AND TIME MOTION AND TECHNICAL CHARACTERISTICS OF TWO DIFFERENT 2 VS 2 SMALL SIDE GAMES IN SOCCER

Introduction and Aim: In endurance interval trainings, using 3X3 to 4-min at intensity of 90-95% of maximal heart rate (%HRmax) /3 to 4- min at 60-70% of HRmax during rest bouts is one of the most popular method in soccer. The small side games (SSG) have recently begun to be used for both technical and physiological development of soccer players. The aim of this study was to compare the physiologic responses and time motion and technical characteristics of two different 2 vs 2 SSG organized according to the model of 3X4-min bouts with 4-min rest (work:rest ratio 1:1).

Method: Sixteen amateur soccer players (age=22.2±3.2 year, height=176.7± 4.12 cm, body mass=69.04±5.5 kg) participated. The games were performed in a 20X15 m pitch. The participants first performed the classic 2X2 SSG. The same participants performed the revised 2X2 SSG two days later. While players could pass to the their teammates in the classic game, the players could pass to their teammates and to the players in corner in the revised game. The players in the corner had to give a pass to the same team that passed to them. The teams replaced every 4 minutes.

Results: Their %HRmax (%90.65±2.48 vs %87.33±2.17, p<0.01), rate of perceived exertion (18.04±1.02 vs 17.12±0.80, p<0.05), maximal speed (22.55±1.82±1.82 vs 20.99±1.67 km/h, p<0.01), average speed (8.40±0.69 vs 8.40±67 km/h, p<0.01), %HRmax of rest (%68.50±6.01 vs %66.79±5.60, p<0.01), and distance they covered (601.31±40.95 vs 546.60±51.32m, p<0.01) were found significantly higher in the revised game. Moreover,, it was detected that the number of passes (44.75±6.98 vs 40.06±6.39, p<0.01) were significantly higher while the ball control (24.63±6.40 to 39.12±6.47, p<0.01), and the tackling (2.25±1.61 vs 12.94±4.30, p<0.01) were lower during the revised game.

Conclusion: The revised game provides physiological requirements for endurance development

SB758

KADIN HENTBOLCULARA UYGULANAN SEKİZ HAFTALIK CORE ANTRENMANIN BAZI FİZİKSEL VE FİZYOLOJİK PARAMETRELER ÜZERİNE ETKİSİ

***[1]Gökmen Kılınçarslan*, [2]Ali Erdem Cİğerci, [1]Harun Genç, [3]Ozan Sever**

[1]Bingöl Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, BİNGÖL
[2]Kastamonu Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, KASTAMONU
[3]Erzurum Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ERZURUM

***Email :** gkilincarslan@bingol.edu.tr, aecigerci@kastamonu.edu.tr, hgenc@bingol.edu.tr , ozan.sever@atauni.edu.tr*

Bu çalışmanın amacı, 8 haftalık core kuvvet antrenman programının hentbol takımında oynayan kadın hentbolcuların (17,7+1,6) fiziksel ve fizyolojik özellikleri üzerine etkilerini araştırmaktır. Çalışmaya katılan gönüllülerden 2 grup; Çalışma Grubu (ÇG, n=10), ve Kontrol Grubu (KG, n=10) oluşturuldu. ÇG' ye hentbol antrenmanlarına ek olarak 8 hafta ve haftada 3 gün yaklaşık 30 dakika core antrenman programı uygulandı. KG ise hentbol antrenmanlarına ek olarak herhangi bir antrenman programına dahil olmadı. 8 hafta sonucunda uygulanan egzersizlerin performans, vücut kompozisyonu ve core stabilizasyon testlerine etkileri ön ve son test düzeninde gruplar içinde ve arasında tekrarlı ölçümlerde varyans analizi yapılarak karşılaştırılmıştır ($p<0,05$). Antropometrik ölçümlerde ilk ve son testler arasında ağırlık, beden kitle indeksi değerlerinde farklılık ortaya çıkmamışken vücut yağ yüzdesi değerlerinde çalışma grubu lehine anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Sürat (10m-30m), çabukluk (Pro Agility ve 505Arrowhead) , yatay sıçrama test skorları hiçbir grupta gelişmemiştir ve gruplar arası bir farklılık ortaya çıkmamıştır. Dikey sıçrama, el kavrama kuvveti, sırt ve bacak kuvveti, otur-eriş esneklik testi ve denge testi değerlerinde çalışma grubu lehine anlamlı değişiklikler bulunmuştur. Ayrıca core stabilizasyon testleri tüm parametrelerde çalışma grubu lehine anlamlı gelişme göstermiştir. Güç ve kuvvete bağlı performans özelliklerinin gelişiminde core stabilizasyonunu arttıran egzersizlerin yeterli uyarımı yaratmadığından dolayı sürat ve çabukluk gibi motorik özellikleri geliştirmediği, bu bakımdan hentbol kondisyon programlarının ana bölümünü oluşturmasının gerekli olmadığı söylenebilir. Sonuç olarak uygulanan core egzersizlerin hentbolcuların sürat ve çabukluk benzeri anaerobik özelliklere ve vücut kompozisyonuna etki etmediği fakat core stabilizasyon test skorlarını arttırdığı ortaya çıkmıştır.

EFFECT OF 8 WEEKS CORE TRAINING PROGRAMME ON PHYSICAL AND PHYSIOLOGICAL PARAMETERS OF FEMALE HANDBALL PLAYERS

Aim of this study was to investigate the effect of 8 weeks core training program on some physiologic and physical parameters of handball team's female players (17,7+1,6). Volunteers were seperated two groups as ÇG (n:10), KG (n:10), ÇG was applied core strength training 30 min sessions 8 weeks and 3 days per week additionally handball training programme. KG wasn't applied any core training during 8 weeks additionally handball training programme. Effects of different core training regimes were compared after eight weeks with repeated measures MANOVA ($p<0,05$) for field, core stabilization and body composition tests. Neither group demonstrated difference for body composition measurements (weight, body mass index) for repeated test scores and between groups comparisons. Significant difference was found body fat percentage parameters on ÇG. Sprint (10m30m), agility (Pro Agility and 505-Arrowhead), standing long jump scores did not increased in any groups and no difference was found between groups. Significance was found in vertical jump, back and leg strength, right and left hands strength, flexibility, balance parameters on ÇG. Also Significance was found in all coreparameters on ÇG. Results indicate that both training types improved movement related measures of core stability but did not transfer into any anaerobic skills and body composition. Core stability training is not generate sufficient stimulus to improve power and strength dependent performance skills like sprint and agility and not required to be the main part of soccer conditioning programs.

SB769

FUTBOL MİLLİ TAKIM SEÇMELERİNDE BAĞIL YAŞ ETKİSİ VE FİZİKSEL PERFORMANS

[2]Levent Şahin, [1]İlyas Okan

[1]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi
[2]Galatasaray Spor Kulübü

Email : *leventsa@hotmail.com, ookan@gazi.edu.tr*

Bu çalışmanın amacı, Futbol milli takım seçmelerine katılan sporcuların bağıl yaş etkisini incelemek ve kronolojik yaşa göre atletik performansın karşılaştırılmasıdır.

Çalışmaya U14 yaş kategorisi futbolcuları olmak üzere Türkiye geneli toplam 259 sporcu katılmıştır. Çalışmada; yaş, boy uzunluğu, vücut ağırlığı, beden kitle indeksi, 10 ve 30 metre sürat, çeviklik, dayanıklılık ve uzun atlama olmak üzere toplam 9 parametre incelemeye alınmıştır. Çalışmanın istatistiksel analizinde SPSS 21,0 paket programı kullanılmış, grup içi ortalama ve standart sapma değerleri incelenmiştir.. Gruplar arası karşılaştırmalar için One Way Anova analizi kullanılmıştır. Grup içi karşılaştırmalar scheffe test ile incelenmiş, . 0,05 ve 0,01 düzeylerinde anlamlılık araştırılmıştır.

Analizlere bakıldığında seçmelere katılan futbolcuların %30,9' u Ocak ayında doğarken, % 20,%'i Şubat ayında doğmuştur. Aralık ayında doğan futbolcu oranı % 1,2 dir. Futbolcuların doğduğu ayların çeyreklere göre dağılımı incelendiğinde ilk çeyrekte doğan sporcuların oranı % 61 iken son çeyrekte doğan sporcuların oranı % 6,9 olarak görülmüştür. Futbolcuların doğduğu ayların 6 aylık dilimlere göre dağılımı incelendiğinde ilk altı ayda doğan sporcuların oranı % 79,2 iken diğer 6 ayda doğan sporcuların oranı % 20,8 olarak görülmüştür. Futbolcuların doğum çeyreklerine göre Vücut ağırlığı, Boy uzunluğu ve BKI karşılaştırmalarının sonuçları incelendiğinde farklılığın olmadığı görülmektedir. Futbolcuların doğum çeyreklerine göre fiziksel performans karşılaştırmalarının sonuçları incelendiğinde çeviklik özelliğinde 1. Çeyrekte doğan sporcuların 4. Çeyrekte doğan sporculara göre daha iyi performans gösterdikleri görülürken, diğer parametrelerde farklılığın olmadığı görülmektedir. Ortalama olarak ilk çeyrek aylarda doğan sporcuların sonraki çeyrek aylara göre performansları daha iyidir.

Sonuç olarak milli takım seçmelerine gelen çocukların ağırlıklı olarak Ocak, Şubat ve Mart aylarında doğdukları, yılın ilk aylarında doğan çocukların tüm fiziksel performans parametreleri ve özellikle çeviklik ve patlayıcı kuvvet bakımından diğer aylarda doğan çocuklara göre avantajlı oldukları söylenebilir.

RELATIVE AGE EFFECT AND PHYSICAL PERFORMANCE IN NATIONAL FOOTBALL TEAM TRYOUTS

The objective of this study is to examine the relative age effect of trialists in National Football Team tryouts, and to compare their athletic performance based on chronological age.

259 Turkish players participated in the study, in the category of U14 age-group. 9 parameters in total, including age, height, weight, body mass index, 10 and 30 meters sprint, agility, endurance and long jump, were analyzed in the study. In the statistical analysis of the study, SPSS 21.0 package program was used, analyzing intragroup average and standard deviation values. For intergroup comparisons, One Way Anova analysis was used. Intragroup comparisons were analyzed via scheffe test. Significancy was researched on 0.05 and 0.01 levels.

When the BMI comparison results, including body weight and height were examined as per the birth quarters of football players, it can be seen that there is no difference. However, examining the physical performance comparison results based on the birth quarters of football players, it was conferred that those, who were born in the first quarter, displayed better performance than those, who were born in the last quarter, while no difference was conferred in the other parameters. On average, the players, who were born in the first quarter, display better performance compared to those, who were born in the next quarters.

In conclusion, it can be said that children, entering the national football team try-outs, were mainly born in the first quarter of the year, that the physical performance parameters of children, who were born in the first months of the year, particularly in terms of agility and explosive power, remain ahead compared to those, who were born in the other months.

SB774

AÇIK VE KAPALI BECERİ ÇABUKLUK ANTRENMANLARININ FUTBOLCULARIN GÖRSEL UYARANA TEPKİ ÇABUKLUĞU ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ

***[1]Halit Egesoy*, [2]Niyazi Eniseler, [1]Ahmet Alptekin**

[1]Pamukkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Denizli
[2]Celal Bayar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Manisa

***Email :** hegesoy1@hotmail.com, eniseler@bayar.edu.tr, aalptekin@pau.edu.tr*

Bu çalışmanın amacı, açık ve kapalı beceri çabukluk antrenmanlarının futbolcuların görsel uyarana tepki çabukluğu (Reaktif çabukluk) üzerindeki etkilerinin araştırılmasıdır. Çalışmaya, profesyonel bir futbol takımının U-19 ve U-21 takımlarında yer alan toplam 44 amatör futbolcu katılmıştır (XYaş = 18.76 ± 0.78 yıl, XAnt.Yaşı = 8.58 ± 0.98 yıl, XBoy = 1.74 ± 0.04 m, XVA = 70.16 ± 3.08 kg). Futbolcuların görsel uyarana tepki çabukluğunun ölçümü için açık beceri çabukluk test sistemi (SportExpert VSTS-100, TR) geliştirilmiş ve reaktif çabukluğun ölçümünde açık beceri çabukluk test protokolü (Farrow, 2010) kullanılmıştır. Test protokolünün Türkiye'deki geçerlik ve güvenirlilik çalışması Alptekin ve ark., (2017) tarafından yapılmıştır. Futbolcuların açık beceri çabukluk testi ön-test değerleri alınmış ve açık beceri (AB), kapalı beceri (KB) ve kontrol (K) olmak üzere 3 gruba ayrılmıştır. Açık beceri çabukluk testi değişkenleri; hareket zamanı, sprint zamanı, karar verme zamanı ve toplam çabukluk zamanı olarak belirlenmiştir. Çalışmanın uygulama kısmı haftada iki antrenman olacak şekilde toplam altı hafta sürmüştür. Grup içi karşılaştırmalarda parametrik test varsayımları sağlandığında bağımlı gruplarda t testi, parametrik test varsayımları sağlanmadığında ise Wilcoxon işaretli sıra testi, gruplar arasında karşılaştırmalarda ise parametrik test varsayımları sağlandığından Tek Yönlü Varyans Analizi kullanılmıştır. Yapılan analizler neticesinde, deneklerin hareket zamanları açısından tüm gruplarda (AB: t.05;15=3,474, KB: t.05;14=3,422, K: t.05;15=3,139), sprint zamanları açısından açık ve kapalı beceri gruplarında (AB: t.05;15=-2,253, KB: t.05;14=-5,161), toplam çabukluk ve karar verme zamanları açısından ise sadece açık beceri grubunda (sırasıyla AB: z.05;15=-2,444, AB: z.05;15=-2,869) anlamlı farklar tespit edilmiştir ($p<0.05$). Bunun yanında deneklerin tüm parametrelerdeki gelişim değerleri karşılaştırıldığında, hareket zamanı (p=0,512), sprint zamanı (p=0,221), toplam çabukluk zamanı (p=0,458) ve karar verme zamanı (p=0,168) gelişim değerlerinin gruplar arasında anlamlı olmadıkları bulunmuştur ($p>0.05$). Çalışmadan elde edilen sonuçlara göre, yapılacak futbol antrenmanlarında açık beceri dirillerine de yer verilmesinin, sporcunun karar verme performansını geliştireceği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Çabukluk antrenmanı, Görsel uyarana tepki çabukluğu, Karar verme zamanı, Performans, Futbol.

THE EFFECTS OF THE OPEN AND CLOSED SKILLS TRAININGS ON THE SOCCER PLAYERS' REACTIVE AGILITY

The aim of this study was to investigate the effects of the closed and open skills trainings on the soccer players' reactive agility. Fourty four soccer players playing in U-19 and U-21 teams of a professional team were assigned to this study (XAGE=18.76±0.78 years, XHEIGHT=1.74±0.38 m and XWEIGHT=70.16±3.08 kg). An open skill reactive test system was developed for measuring reactive agility of soccer players and an open skill reactive test protocol (Farrow, 2010) was used to measure reactive agility. The validity and reliability study of the test protocol was performed by Alptekin et al., (2017) in Turkey. The open skills agility test values of the participants were obtained, then they were divided into three groups (open skill group (OS), closed skill group (CS) and control group (C)). Variables of open skill agility test was decided to movement time, sprint time, decision making time and total agility time. The dependent t-test and Wilcoxon signed rank test were used in the intra-group comparison. One-way Analysis of Variance was used between the group comparison. Significant differences were found in terms of the time of movement of the subjects, in all groups (OS: t.05;15=3,474, CS: t.05;14=3,422, C: t.05;15=3,139); in terms of sprint time in the open and closed skill groups (OS: t.05;15=-2,253, CS: t.05;14=-5,161) and in terms of total speed and decision making time only in the open skill group (OS: z.05;15=-2,444, OS: z.05;15=-2,869, respectively) ($p<0.05$). There were no significant differences between groups in comparison of the values in

participant's movement time, sprint time, total agility time and decision making time when the improvement values of all participants' parameters were compared. Open skill drills should be considered in the soccer training if the decision making performance of the athletes are wanted to improve.

Keywords: Agility training, Reactive agility, Decision making time, Performance, Soccer.

SB779

11-13 YAŞ GRUBU HAFTADA 3 GÜN EGZERSİZE KATILAN ERKEK ÇOCUKLARI İLE SEDANTER ERKEK ÇOCUKLARININ ARASINDAKİ FİZİKSEL ÖZELLİKLERİN VE TEMEL MOTORİK ÖZELLİKLERİN KARŞILAŞTIRILMASI

[1]Zeliha Baştürk, [1]Mehmet Kılıç, [1]Nuri Mert Embiyaoğlu

[1]Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi , KONYA

Email : *zlhbasturk@gmail.com, , mrtembiyaogluu@gmail.com*

Giriş ve amaç:Bu çalışma da Konya merkez 'Kaşgarlı Mahmut ve Mareşal Mustafa Kemal' İlköğretim Okulu'nda öğrenim gören 11-13 yaş grubu judo ve basketbol branşlarında aktif olarak haftada 3 gün egzersize katılan erkek çocukları (grup1) ile Konya Kayacık kırsalında 'Hasan Akbıyık' İlköğretim okulunda okuyan 11-13 yaş grubu sedanter erkek çocukları (grup2) arasındaki fiziksel özelliklerin ve temel motorik özelliklerin karşılaştırılması amaçlanmıştır.

Yöntem: Spor yapan ve yapmayan her üç okuldaki öğrencilere kilo ve boy ölçümü, 30m. sürat koşusu, anaerobik güç ölçümü, dikey sıçrama ve aerobik güç ölçüm testi uygulanmıştır. Veriler SPSS 16.0 paket programında bağımsız t-testi uygulanarak 0,5 hata ile analiz edilmiştir.

Bulgular: Çalışma gruplarının fiziksel ve motorik özelliklerinde boy -kilo, aeorobik güç ve anaerobik güç değerlerinde istatiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Ancak esneklik, 30m sürat , dikey sıçrama ve relatif anaerobik ölçüm sonuçlarında grup 1 lehine anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0,05$).

Sonuç: Bu çalışmada gruplar arasındaki benzerliklerin sebebi, kırsalda yaşayan çocukların doğal oyun çevresinde gelişim devrelerini geçiriyor olmalarından kaynaklanıyor olabilir. Merkez okul spor klüplerinde yapılan branş antrenmanlarının ise sportif performansı üst düzeye taşımakta yeterli olmamasının yanı sıra şehir yaşamının olumsuzluklarından birisi olan hareketsiz yaşamın negatif etkilerini azaltmak için mutlaka gerekli olduğu düşünülebilir.

COMPARISON OF PHYSICAL CHARACTERISTICS AND BASIC MOTORIC CHARACTERISTICS BETWEEN SEDANTARY MALE CHILDREN WHO PARTICIPATE EXERCISE 3 DAYS A WEEK, IN THE AGE GROUP OF 11-13.

INTRODUCTION AND OBJECTIVES: In this study, it is aimed to compare the physical characteristics and basic motoric characteristics between 11-13 age group male children (group1) who actively participated in the exercise for 3 days a week in the judo and basketball branches in Konya center 'Kaşgarlı Mahmut and Mareşal Mustafa Kemal' Elementary School and (Group2) sedantary male children in Kayacık region 'Hasan Akbıyık' Elemantary school. METHOD: The weight and height measurements, 30m. sprinting, anaerobic power measurement, vertical jump and aerobic power measurement test were applied to the students in all three schools, who do and do not participate exercises. Data were analyzed with 0.5 error rate by applying independent t-test in SPSS 16.0 package program.

FINDINGS: There was no statistically significant difference in height, weight, aeorobic power and anaerobic power values in the physical and motoric characteristics of the study groups. However, there was a significant difference in flexibility, 30 m sprint, vertical jump and relative anaerobic measurement results in favor of group 1 ($p <0.05$).

CONCLUSION: The similarity between groups in this study may be due to the fact that children living in rural areas are undergoing developmental cycles around natural play. It can be considered that branch training in central school sports clubs is not enough to bring sportive performance to an advanced level but it is absolutely necessary to reduce the negative effects of the city life.

SB781

YÜZMEDE NEFES SAYISINA BAĞLI KAN OKSİJEN SATÜRASYON DEĞİŞİMİ

***[1]Burcu Ertaş Dölek*, [2]Kadir Can Çakıcı**

[1]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi
[2]İstanbul Teknik Üniversitesi, Beden Eğitimi Bölümü

Email : *bdolek@ankara.edu.tr, cakicik@itu.edu.tr*

Giriş ve Amaç

Yüzmede oksijen tüketimi ve performans ilişkisi ölçülmesi zor ve pahalı bir metottur. Yüzmenin yaygınlaşması ve yüzücü sayısının artması ile birlikte performans ölçüm metotlarının daha da ulaşılabilir hale gelmesi hem yüzücülerin derecelerini hem de antrenörlerin antrenman verimliliklerini arttıracaktır. Kandaki oksijen doygunluğunun yüzme performans kapasitesi için belirleyici olduğu düşüncesinden hareketle, daha ulaşılabilir portatif oksimetreler ile yapılacak periferal kapiller oksijen satürasyonu (SpO2) ölçümlerinin performans belirleyicisi olabileceği düşünülmektedir.

Yöntem

Çalışmaya 27 erkek (12,41±1,22 yıl yaş, 152,19±10,94 cm boy ve 45,48±12,04 kg vücut ağırlığı) ve 14 kız (12,00±1,36 yıl yaş, 147,87±11,73 cm boy ve 43,67±10,17 kg vücut ağırlığı) yüzücü katılmıştır. Sporcuların fiziksel performanslarına ek olarak sırasıyla erkekler ve kızlar için dikey sıçrama yükseklikleri (73,81±9,10 cm ve 71,00±8,42 cm), durarak uzun atlama mesafeleri (150,30±25,48 cm ve 128,47±19,56 cm), beden kitle indeksi değerleri (19,03±2,62 kg/m2 ve 19,46±2,69 kg/m2) ölçülmüştür. Sporcuların dinlenim ve performans sonrası SpO2 seviyeleri ve kalp atım sayıları (KAS) 2 tane 50 m serbest teknikte (1T, 2 kol çekişinde 1 nefes ve 2T, 10 kol çekişinde 1 nefes alarak) yüzme sonrasında SPSS 21.0 istatistik programında değerlendirilmiştir.

Bulgular

Yüzücülerin APE index (kulaç uzunluğu – boy uzunluğu) değerleri sırasıyla erkeklerde ve kızlarda 2,70±4,36 cm ve 3,40±2,85 cm olarak hesaplanmıştır. Kızların daha uzun kulaç uzunluklarına sahip oldukları söylenebilir. SpO2 değerleri dinlenimde 97,48±1,60% ve 96,30±13,27%; 1T sonunda 93,89±4,10% ve 94,33±2,99%; 2T sonunda ise 92,30±3,38% ve 90,40±3,68%, KAS değerleri ise dinlenimde 98,13±1,60 ve 96,00±13,14; 1T sonrasında 159,07±20,49 ve 168,87±20,80; 2T sonrasında 152,56±25,92 ve 160,60±29,37 atım/dk olarak ölçülmüştür.

Sonuçlar

KAS tüm yüzücüler için 1T sonunda daha fazla artarken, 1T dereceleri de daha iyi gelmiştir. Buna ek olarak SpO2 değeri dinlenimden yüksek olmak kaydıyla 1T sonunda 2T'ye göre daha doygun bulunmuştur. Kulaç sayıları 2T sonunda her iki cinsiyette de artmıştır. Bu da daha az oksijen alımında, tekniğin bozulma ihtimalinin artacağına işaret etmektedir.

Anahtar Kelimeler: Yüzme, Performans, SpO2

BLOOD OXYGEN SATURATION CHANGES DUE TO BREATHING FREQUENCY IN SWIMMING

Introduction and Purpose

Measuring relationship between oxygen consumption and performance in swimming is a difficult and expensive method. Since it's believed that the blood oxygen saturation is the determinant of performance, it's thought that the peripheral capillary oxygen saturation (SpO2) measurements with more accessible portable oxiometries will be the determinant of performance.

Methods

27 male (age 12.41±1.22years, height 152.19±10.94cm and 45.48±12.04kg body weight) and 14 female (age 12.00±1.36years, height 147.87±11.73cm and 43.67±10.17kg body weight) swimmers are included in the study. In addition to the physical performance parameters, body mass index values (19.03±2.62kg/m2 and 19.46±2.69kg/m2) were also measured for males and females respectively. Swimmers' SpO2 levels and heart rate counts (HR) were collected at rest and after swimming performance in 2 times 50m freestyle technique (1T, 1 breath in 2 arm cycle and 2T, 1 breath in 10 arm cycle).

Results

The APE index values (arm length – height) of males and females were found 2.70±4.36cm and 3.40±2.85cm respectively. SpO2 values were found 97.48±1.60% and 96.30 ± 13.27% at rest; 93,89±4,10% and 94,33±2,99% at the end of 1T; 92,30±3,38% and 90,40±3,68% at the end of 2T and the HR values were found 98,13±1,60beats/min and 96,00±13,14beats/min at rest; 159,07±20.49beats/min and 168,87±20,80beats/min after 1T; 152,56 ± 25,92beats/min and 160,60 ± 29,37beats/min after 2T.

Conclusion

Both HR values and 1T times were increased at the end of 1T for all swimmers. In addition, the SpO2 values were found to be more saturated at the end of 1T than the 2T, which both of them are higher than the rest values. The number of arm cycles were increased after 2T for both genders. This suggests that the less oxygen uptake will effect the probability of technique deterioration.

Key Words: Swimming, Performance, SpO2

SB782

PLİOMETRİK HİPOKSİ ANTRENMANININ VÜCUT KOMPOZİSYONU, SPRİNT VE SIÇRAMA PARAMETRELERİ ÜZERİNE ETKİLERİ

[1]Betül Coşkun, [2]Dicle Aras, [2]Cengiz Akalan, [1]Mehmet Settar Koçak

[1]ODTÜ, Eğitim Fakültesi, Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü, Ankara
[2]Ankara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : *bcoskun@metu.edu.tr, daras@ankara.edu.tr, cakalan@ankara.edu.tr, settar@metu.edu.tr*

Kuvvet antrenmanlarında hipoksik şartlar altında yapılan uygulamaların son zamanlarda sportif performansla ilgili parametrelere etkilerinin incelenmesi güncel araştırma konuları arasındadır. Bu çalışmada pliometrik hipoksi antrenmanının vücut kompozisyonu, sprint ve sıçrama parametreleri üzerine etkilerinin araştırılması amaçlanmıştır. Araştırmanın örneklemi son 6 ay içerisinde direnç egzersizi ve pliometrik egzersizler yapmayan 23 gönüllü öğrenciden (yaş = 20.39 ± 2.02) oluşmaktadır. Katılımcılar Pliometrik Hipoksi (PH) (n = 8), Pliometrik Normoksi (PN) (n = 7) ve Kontrol (n = 8) olmak üzere rastgele gruplara ayrılmıştır. Sekiz haftalık antrenman periyodu öncesi ve sonrası her üç gruba boy, kilo ölçümü, biyoelektrik impedans analizi, derin kasa sıçrama (DKS), dikey sıçrama (DS) ve squat sıçrama (SS) testleri ile 20 m sprint testi yapılmıştır. PH grubu, derin kasa sıçraması, yarım squat sıçrama, dikey sıçrama ve squat sıçrama egzersizlerinden oluşan pliometri antrenmanlarını, portatif hipoksik jeneratöre bağlı bir yüz maskesi ile normobarik hipoksik ortam (3.536 m) sağlanarak 8 hafta boyunca haftada 3 gün uygularken, PN grubu aynı antrenman programını normoksi ortamda uygulamıştır. Kontrol grubundan ise herhangi bir egzersiz protokolüne maruz kalmadan sadece kendi fiziksel aktivitelerine devam etmeleri ve pliometrik model egzersizlerden kaçınmaları istenmiştir. Araştırma sonucunda vücut kompozisyonu, sprint ve sıçrama parametrelerinde üç grup arasında anlamlı bir fark görülmedi ($p > 0,05$). Ancak ön-test ve son-test karşılaştırmasında hipoksi grubunda DS (%14.80), SS (%16.06), DKS yüksekliği (%15.97), DKS yerle temas süresi (%5.36), reaktif kuvvet indeksi (%10) ve sprint (%3.42) parametrelerinde anlamlı değişim bulunurken; normoksi grubunda yalnızca DS (%8.55), SS (%8.83) ve sprint (%2.58) değerlerinde anlamlı değişim bulunmuştur ($p < 0,05$). Kontrol grubunda ise istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır. Pliometrik antrenmanın hipoksik şartlar altında uygulandığında sıçrama ve sprint değerlerinde daha yüksek oranda gelişim sağladığı görülmektedir.

THE EFFECTS OF PLYOMETRIC TRAINING IN HYPOXIA ON BODY COMPOSITION, SPRINT AND JUMP PARAMETERS

Investigating the effects of strength training exercises in hypoxia on athletic performance-related parameters is in current research topics in recent years. In this study, it was aimed to investigate the effects of plyometric training in hypoxia on body composition, sprint and jump parameters. The sample of the study consisted of 23 volunteer students (Age = 20.39±2.02) who did not perform resistance exercise and plyometric exercises in the last 6 months. Participants were randomly divided into groups of Plyometric Hypoxia (PH)(n=8), Plyometric Normoxia (PN) (n=7) and Control(n=8). Before and after the eight-week training period, body height and weight measurements, bioelectric impedance analysis, drop jump(DJ), countermovement jump(CMJ), squat jump(SJ) tests and sprint test were used for all three groups. While PH group performed the plyometric training, which consisted of DJ, split squat jump, CMJ and SJ exercises, under normobaric hypoxic conditions(3.536 m) with using a face mask attached to a portable hypoxic generator for 3 days per week during 8 weeks, PN group performed the same training program in normoxic condition. As for the control group, they were asked to continue just their own physical activity without being exposed to any exercise protocol, and to refrain from plyometric exercises. As a result of the study, no significant differences were found in body composition, sprint and jump parameters among the three groups ($p> 0.05$). However, in pre-and post-test evaluations, while significant differences were found in CMJ (%14.80), SJ (%16.06), DJ height (%15.97), DJ contact time (%5.36), reactive strength index (%10) and sprint (%3.42) in hypoxia group, only the variables of CMJ (%8.55), SJ (%8.83) and sprint (%2.58) were found to be significant in normoxia group ($p < 0,05$). There was no statistically significant difference in the control group. It appears that plyometric training produced greater improvement in jump and sprint values when applied under hypoxic conditions.

SB783

VOLEYBOLCULARDA KONDİSYONEL PARAMETRELERİN SERVİS PERFORMANSINA ETKİSİ

[1]İlayda Barak, [1]Rıza Barak, [1]Recep Aydın, [2]Ali Özkan

[1]Bartın Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, BARTIN
[2]Bartın Üniversitesi, Spor Eğitim Uygulama Ve Araştırma Merkezi, BARTIN

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı voleybolcularda bazı kondisyonel parametrelerin servis performansına etkilerinin incelenmesidir.

Yöntem: Çalışmaya Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda öğrenim gören ve ikinci liginde voleybol oynayan toplam 11 erkek öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmaya katılan deneklerin boy uzunluğu, vücut ağırlığı, tanita ölçümleri yapılmıştır. Üst ekstrimite anaerobik performans Wingate anaerobik güç ve kapasite testi (WAnT) ve alt ekstrimite için ise dikey sıçrama ile belirlenmiştir. Çeviklik için T-Testi kullanılmıştır. Bacak, sırt, pençe ve parmak kuvvetleri belirlemesinde izometrik kuvveti dinamometresi kullanılmıştır. Esnekliğin belirlenmesinde otur-uzan, boyun ve omuztesti kullanılırken servis performansı için ise Scoring Based On The AAHPERD Serve Test kullanılmıştır.

Bulgular: Yapılan Pearson Çarpımlar Moment Korelasyon sonucunda elde edilen servis perfomansı ile dikey sıçramadan elde edilen anaerobik güç ($r=.777$; $p<0.05$) arasında, ortalama güç ($r=.777$; $p<0.05$) arasında, sağ pençe ($r=.771$; $p<0.05$) arasında, sol pençe ($r=.707$; $p<0.05$) arasında bacak kuvveti ($r=.830$; $p<0.05$) arasında, sırt boyun ($r=.722$; $p<0.05$) arasında ve omuz bilek ($r=.777$; $p<0.05$) ilişki bulunmuştur.

Sonuç: Sonuç olarak bu çalışmada elde edilen bulgular dikey sıçramadan elde edilen anaerobik güç, ortalama güç, pençe kuvveti, bacak kuvveti ve esnekliğin voleybolcularda servis performansının belirlenmesinde önemli rol oynadığını ortaya koymuştur. Anahtar Kelimeler: Kondisyonel Parametreler, Servis Performansı, Voleybol

EFFECTS OF CONDITIONAL PARAMETERS ON SERVE PERFORMANCE IN VOLLEYBALL PLAYERS

Introduction and purpose: The purpose of this study was to examined to determine the effects of conditional parameters on serve performance in volleyball players.

Method: 11 male second league volleyball players participated in this study voluntarily. Subjects' height, body weight, tanita and body fat percentage were determined. The Wingate Anaerobic Power Test (WanT) and vertical jump was used for the determination of upper-lower anaerobic performance. T-Test was used for the determination of agility. 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. Scoring Based On The AAHPERD Serve Test was used to determination of serve performance.

Findings: Results of Pearson Product Moment correlation analysis, serve performans was significantly correlated with vertical jump anaerobic power anaerobic capacity($r=.777$; $p<0.05$), avareage power($r=.777$; $p<0.05$), right pinch ($r=.771$; $p<0.05$), left pinch ($r=.707$; $p<0.05$), leg strength ($r=.830$; $p<0.05$), back-neck flexibility ($r=.722$; $p<0.05$) and shoulder- arm.

Result: As a conclusion, the results of the present study indicated that vertical jump anaerobic power anaerobic capacity, left pinch, leg strength, flexibility were important factors in determining serve performance in volleyball players. Key Words: conditional parameters, serve performance, volleyball

SB786

DÜNYA ÇAPINDA FUTBOL HÜCUMLARINDA NELER DEĞİŞİYOR? 2018 RUSYA DÜNYA KUPASI'NDA ATILAN GOLLERİN ANALİZİ

***[1]Halil Orbay Çobanoğlu*, [1]Mustafa Serdar Terekli**

[1]Eskişehir Teknik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ESKİŞEHİR

Email : *orbay_79@hotmail.com, msterekli@anadolu.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı, 2018 Rusya Dünya Kupası'nda atılan golleri analiz etmek ve dünya çapında futbol hücumlarında neler değiştiğini açıklamaktır. Yöntem: Bu çalışmanın örneklemini, 2018 Rusya Dünya Kupası'nda oynanan 64 müsabaka ve 169 gol oluşturmuştur. Atılan 12 golün kendi kalelerine olması nedeniyle, atılan 157 gol 11 farklı performans göstergesi yönünden analiz edildi. Araştırma verileri iki araştırmacı tarafından müsabakaların izlenmesi ve not alınması şeklinde toplandı. Araştırma verilerinin analizi için tanımlayıcı istatistiklerden olan frekans, ortalama ve standart sapma kullanıldı. Bulgular: Araştırma sonucunda gollerin %61,14'ünün 2. yarıda ve çoğunlukla son 15 dakikada, %63,69'unun organize atak sonucu, %38,59'unun penaltıdan, %78,98'inin ayak vuruşu ile, %72,61'inin tek dokunuşla, %84,71'inin ceza sahası içinden ve %60,50'sinin ceza sahasında belirlenen 3. bölgeden atıldığı gözlendi. Ayrıca, ilk golü atan takımlar maçların %71,42'sini kazandı. Gol atan oyuncuların oyun pozisyonu %32,48 kanat oyuncusuydu. Asist yapan oyuncuların oyun pozisyonu %44,03 orta saha oyuncusuydu. Asistlerin %11,92'si ceza alanı dışında tanımlanan 9 bölgeden yapıldı. Sonuç: Çalışma, gerçek rekabete benzer eğitimler tasarlamak ve müsabaka tarzına göre oyun stilini adapte etmek için antrenörlere rehberlik sundu. Ayrıca, antrenörler, bu bilgileri özel hücum ve savunma hedefleri belirleyerek, oyuncular ve takımlar için hedefler oluşturmak amacıyla kullanabilirler.

WHAT ARE CHANGING IN WORLDWIDE SOCCER ATTACKS? ANALYSIS OF GOAL SCORED ON RUSSIA WORLD CUP 2018

Introduction and objectives: The aim of the study was to analyze the goals scored in Russia World Cup 2018 and was to reveal changes in worldwide soccer attacks. Method: The sample of this study constituted of 64 matches which were played and 169 goals which were scored in Russia World Cup 2018. Because of 12 goals scored were own goals, 157 goals scored were analyzed for eleven different performance indicators. The research data were collected by two researchers in the form of monitoring and taking notes. Frequency, average, standard deviation which were descriptive statistics were used for analysis of the research data. Results: As a result of research it was observed that 61,14% of goals were scored in the 2nd half of the games and most of them in the last 15 minutes, 63,69% of goals were scored after organized attack, 38,59% of goals were scored from penalty, 78,98% of goals were scored with foot shot, 72,61% of goals were scored with one touch, 84,71% of the goals were scored through the penalty area and 60,50% of the goals were scored in 3 zone which was identified in the penalty area. Moreover, of the teams that scored first goals won 71,42% of the matches. Scorers' playing position were 32,48% winger. Asist players' playing position were 44,03% midfielder. 11,92% of asist were passed from 9 zone which was identified outside the penalty area. Conclusion: The study presented guidelines to coaches in order to design trainings similar to the actual competition and adapt the game style with regard to match status. Moreover, coaches can use this information to establish objectives for players and teams with a special objectives to the offensive or defensive play.

SB791

FUTBOLCULARDA SOLUNUM PARAMETRELERİ İLE STATİK DENGE VE ALT EKSTREMİTE PROPRİOSEPTİF DUYU PARAMETRELERİ ARASINDAKİ İLİŞKİSİ

***[1]Mehmet Göktepe*, [2]Ferhat Güder, [3]Erdil Durukan, [4]Mehmet Günay**

[1]Balıkesir Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Balıkesir
[2]Bartın Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Bartın
[3]Balıkesir Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Balıkesi
[4]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : *mgoktepe06@gmail.com, ferhatguder1981@gmail.com , erdurukan@hotmail.com , mgunay@gazi.edu.tr*

Bu çalışma futbolcularda solunum parametreleri ile statik denge ve Alt Ekstremite Proprioseptif duyu ölçümleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi amacı ile yapılmıştır. Çalışmaya, Bartın ili amatör futbol takımlarında lisanslı olarak futbol oynayan ve son bir yıl içerisinde sakatlık yaşamamış toplam 21 erkek futbolcu (Yaş 20,03±3,38, kilo65,69±10,66 boy176,61±8,72) gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmaya katılan deneklere ölçümler öncesi sırasıyla boy ve kilo ölçümü yapıldı. Solunum parametreleri belirlendi. Daha somnra 5 dakikalık ısınma koşusu yaptırıldı ve denge platformuna uyumları sağlandıktan sonra statik ve dinamik denge ölçümleri yapılarak çalışma sonlandırıldı. Araştırmadan elde edilen verilerin analizi SPSS 22 programı kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Normallik dağılımı için Shapiro- Wilks testi uygulanmıştır. Değişkenlerin incelenmesinde parametrik test varsayımları sağlanmadığından, "Spearman Momentler Çarpım Korelâsyon Testi" kullanılmıştır. Araştırmanın sonucunda

RELATIONSHIP BETWEEN RESPIRATORY PARAMETERS AND STATIC BALANCE AND LOWER EXTREMITY PROPRIOCEPTIVE SENSE PARAMETERS IN SOCCER PLAYERS

Bu çalışma futbolcularda solunum parametreleri ile statik denge ve Alt Ekstremite Proprioseptif duyu ölçümleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi amacı ile yapılmıştır. Çalışmaya, Bartın ili amatör futbol takımlarında lisanslı olarak futbol oynayan ve son bir yıl içerisinde sakatlık yaşamamış toplam 21 erkek futbolcu (Yaş 20,03±3,38, kilo65,69±10,66 boy176,61±8,72) gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmaya katılan deneklere ölçümler öncesi sırasıyla boy ve kilo ölçümü yapıldı. Solunum parametreleri belirlendi. Daha somnra 5 dakikalık ısınma koşusu yaptırıldı ve denge platformuna uyumları sağlandıktan sonra statik ve dinamik denge ölçümleri yapılarak çalışma sonlandırıldı. Araştırmadan elde edilen verilerin analizi SPSS 22 programı kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Normallik dağılımı için Shapiro- Wilks testi uygulanmıştır. Değişkenlerin incelenmesinde parametrik test varsayımları sağlanmadığından, "Spearman Momentler Çarpım Korelâsyon Testi" kullanılmıştır. Araştırmanın sonucunda

SB792

BİR SÜPER LİG FUTBOL TAKIMININ SEÇİLİ FİZİKSEL MOTORİK VE TEKNİK ÖZELLİKLERİNİN İNCELENMESİ

[1]İzzet Karakulak, [2]Ender Eyuboğlu, [3]Cem Sinan Aslan

[1]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara
[2]Bartın Üniversitesi BESYO, Bartın
[3]Mehmet Akif Ersoy BESYO, Burdur

Email : *izzetkarakulak@gmail.com, endereyuboglu@hotmail.com, sinancm@hotmail.com*

Giriş ve Amaç

Futbol, oyun yapısı açısından uzun süreli, değişik şiddetlerde, ani yön değiştirmeli koşuların olduğu, teknik ve taktik becerilerin, kuvvet, çeviklik ve dayanıklılık gibi fiziksel özelliklerin ön plana çıktığı bir spor dalıdır. Bu çalışmanın amacı; Türkiye Süper Liginde yer alan bir futbol takımının oyuncularının seçili fiziksel, motorik ve teknik özelliklerinin incelenmesidir.

Yöntem

Çalışmaya 23 erkek profesyonel futbolcu katılmıştır. Katılımcıların fiziksel, bacak kuvveti, sürat ve futbol tekniği ile ilgili özellikleri hazırlık sezonunun sonunda yapılan ölçümlerle belirlenmiştir. Ölçümlerden elde edilen veriler SPSS (Ver.22) programında yer alan tanımlayıcı istatistikler, ANOVA ve Pearson korelasyon testleri ile analiz edilmiştir. “α" 0,05 olarak kabul edilmiştir.

Bulgular

Katılımcılardan elde edilen değerler, sırası ile; yaş 24,48 yıl, boy 179,71 cm, vücut ağırlığı 76,37 kg, vücut yağ oranı %7,50, squat sıçrama 40,26 cm, aktif sıçrama 42,30 cm, çoklu sıçrama 51,55 W/kg, 10 m sprint 1,79 sn, 30 m sprint 4,23 sn, HÜFA-I testi 9,75 sn, HÜFA-II testi 12,11 sn ve teknik indeks %24,32 olarak belirlenmiştir.

Sonuç

Korelasyon analizi sonucunda, katılımcıların fiziksel, motorik ve teknik özellikleri arasında orta ve yüksek dereceli ilişki katsayıları tespit edilmiştir. Mevkilere göre yapılan karşılaştırma sonucunda ise sadece boy uzunluğu ve teknik indeks değişkenleri açısından anlamlı fark bulunmuştur.

INVESTIGATION OF SELECTED PHYSICAL MOTOR AND TECHNICAL FEATURES OF A SUPER LEAGUE SOCCER TEAM

Introduction and Purpose

Soccer is a sports branch where physical conditions such as technical, tactical skills, strength, agility and endurance come to the forefront, where there are sudden run changes in various intensity.

Method

Twenty three male professional soccer players participated in the study. The physical characteristics, leg strength, speed and soccer skills of the participants were determined by measurements made at the end of the preparation season. The data obtained from the measurements were analyzed with descriptive statistics, ANOVA and Pearson correlation tests in SPSS (Ver.22) program. "α" set as 0,05.

Results

Values obtained from the participants respectively; age: 24,48 years, height: 179,71 cm, body weight: 76,37 kg, body fat percentage: 7,50%, squat jump: 40,26 cm, counter movement jump: 42,30 cm, multiple jump: 51,55 W/kg, 10 m sprint: 1,79 sec, 30 m sprint: 4,23 sec, HUFA-I test 9,75 sec, HUFA-II test 12,11 sec and technical index 24,32%.

Conclusion

As a result of the correlation analysis, medium and high degree of correlation coefficients were determined between the physical, motoric and technical characteristics of the participants. As a result of the comparison made according to the player's positions, only the height and the technical indexes of the players were found to be significantly different.

SB793

BASKETBOLDA OYUNCU YETİŞTİRMEYE YÖNELİK ALTERNATİF BİR MODEL

[1]ODTÜ İşletme

Giriş Model fikri 1992 yılında ortaya çıkmış, uygulamaları ilk olarak 1997-1998 sezonunda 10-14 yaş gruplarında gerçekleştirilmiş ve değşik organizasyonlarda tüm altyapı yaş gruplarına yönelik olarak sürdürülmüştür.

Model, spor, psikoloji, iletişim ve yönetim bilimleri alanlarındaki uzmanların işbirliğiyle ve uluslararası bir kalite yönetim sistemi esas alınarak günümüze kadar hem pratik hem de teorik açıdan geliştirilmiştir.

Amaç Model, mevcut altyapı oyuncu yetiştirme teknik sistemlerinin çeşitli zaaflarının tamamıyla ortadan kaldırılmasına yöneliktir.

Oyuncuların takımlara seçilmesi ve bir üst kategoriye çıkarılması sürecindeki şeffaflık, nesnellik, etik ve adaleti eksiksiz sağlamak (özellikle 11-14 yaş grubunda kritik), sürekli iyileştirme mantığını tam olarak yerleştirmek, yaratıcılığı, katılımcılığı, takım ruhunu, performans ve verimliliği hem bireysel hem de takım bütününde en üst noktaya çıkarmak amacıyla oluşturulmuştur.

Yöntem Yöntem etkileşimli bir öğretim metodunun spesifik uygulamalarını içermekte önce antrenörlerin eğitimi için uygulanmaktadır.

Buna bağlı olarak, basketbol altyapısına ilişkin tüm teorik ve pratik çalışmalar, performans parametreleri ve takdir mekanizmalarını oyuncularca bulunup uygulanmaktadır.

Tüm pratik çalışmalar sırasız ve maksimum sayıda tekrarlanmakta, gereksiz uygulamalardan ilgili antrenmanda vazgeçilmektedir.

Öğrenme ve uygulama düzeyi her antrenmanda istatistiksel olarak oyuncularla birlikte ölçülüp değerlendirilmekte, çıkan somut veriler yöntem ve güncel uygulamaların hemen iyileştirilmesinde ve gelecekte ki uygulamaların sağlam temelli oluşturulmasında kullanılmaktadır.

Bulgular ve Sonuç Mevcut sistemle karşılaştırmalı olarak aşağıdaki başlıklarla ifade edilebilir.

Verimlilik açısından uygulamanın süresi veya toplam çalışma süresi yarıya kadar inmekte, aynı sürede yetiştirilen akıllı, yetenekli ve yaratıcı oyuncu sayısı 2 katına çıkabilmektedir.

Performans açısından pratik uygulamaların ideal şekilde ve zamanında uygulanma oranı en az %40, takımın ve her bir oyuncunun ortalama maç performansı %90 a kadar artabilmekte, takımın performansı en düşük ile en yüksek oyuncusu arasındaki fark %20 ye kadar düşebilmektedir.

Sistematiklik açısından takıma seçilme, ilk beş seçimi, süre paylaşımı istatistiksel verilere bakılarak yaklaşık %100 oranında tutarlı, şeffaf, adil ve nesnel yapılabilmekte ve her oyuncu seçilmeme, oynatılmama nedenini somut ve net görebilmektedir.

AN ALTERNATIVE MODEL IN BASKETBALL YOUTH TRAINING

Introduction Model emerged in 1992 and experienced first in 1997-1998 season at age groups of 10-14 and continued to implement in various organizations for all ages of youth training.

Model has been developed based on international quality management systems within cooperation of specialists in sports, psychology, communication and management from both practical and theoretical point of view.

Purpose Model is aimed at eliminating several weaknesses in existing technical youth training systems.

It was created to provide complete transparency, objectivity, ethics and fairness in process of selecting players and promoting them (especially in age of 10-14) to maintain mentality of continuous improvement fully and to increase creativity, participation, team spirit, performance and efficiency to highest level both individually and as a team.

Method Model involves specific implementation of an interactive teaching method to be used first for trainers.

All theoretical and practical studies, performance parameters and appreciation mechanisms about youth basketball are founded or realized by players themselves.

All practical studies are repeated unordered as much as possible. Unnecessary practices are simultaneously abandoned.

Learning and practicing performance level is measured and evaluated with player commitment in each training, tangible data are used instantly in improvement of method and for reliable future studies.

Inferences Conclusion Compare to existing system in terms of efficiency, performance and systematic;

Activity duration, total operating time can be reduced by half. Number of smart, talented, creative players trained in the same time can be doubled.

Rate of implementation practices ideally and timely can increase at least 40%. Each player and team average performance can increase up to 90%. Difference between highest and lowest performances among players can be reduced to 20%.

Selection of team, starting five and time sharing can be performed nearly in 100% of accuracy, transparency, fairness, and objectivity due to statistics. Players can see reasons for not being selected or played..

SB794

PROPRİYOSEPSİYON VE DAYANIKLILIK GELİŞİMLERİ AÇISINDAN DAĞ KOŞUSU İLE PİST KOŞUSUNUN KARŞILAŞTIRILMASI

***[1]Ali Güreş*, [2]Muzaffer Çolakoğlu, [2]Bahtiyar Özçaldıran**

[1]Adnan Menderes Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, AYDIN
[2]Ege Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İZMİR

***Email :** aligures74@windowslive.com, muzaffer.colakoglu@ege.edu.tr, bahtiyar.ozcaldiran@ege.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı düzensiz zeminde yapılan dağ koşusu antrenmanlarının, atletizm pistinde yapılan antrenmanlarına göre proprioseptif algılama ve uzun süreli dayanıklılık performansını daha iyi geliştirip geliştirmediğini incelemektir.

Yöntem: Çalışmaya erkek dağ koşucusu (n=10) ile pist mesafe koşucusu atletler (n=10) katıldı. Bu deneysel uygulamada ayak bileği ekleminde açısal değişimlerin algılanma düzeyi ile pistte 5000m koşu performansı ölçüldü. Sekiz haftalık antrenman dönemi öncesi ve sonrasında aynı testler tekrarlandı. Pist koşucuları sekiz hafta süresince sadece pist antrenmanları yaparken, dağ koşucuları özel parkurda koşu antrenmanlarını gerçekleştirdiler. Ayak bileğini algılamaya yönelik ölçümler, Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi Fizik Tedavi Rehabilitasyon Merkezinde izokinetik kuvvet ölçer cihazla yapıldı. Katılımcılar yatar pozisyonda ve görsel etki olmadan diz eklemine 80º - 110º'de açı verilerek, diz ve kalça eklemleri sabitlendi, sadece ayak bileği hareket edebilecek şekilde beşer kez inversiyon ve eversiyon hareketleri yaptırıldı. Açısal hız 2°/sn olarak belirlendi. Katılımcılar izokinetik aleti tarafından yaptırılan inversiyon hareketinden sonra 5sn 20°'de bekledi ve süre geçtikten sonra eklemin 0°'ye getirildiğine inandığında sözlü olarak ifade etti. Aynı şekilde eversiyon hareketi 15°'de 5 sn bekledi ve tekrar 0°'yi bulması istendi.

Bulgular: Dağ koşusu antrenmanı yapan atletlerin pistte antrenman yapan atletlere oranla 5000m pist koşusu performans gelişim düzeyleri daha büyüktü ($p<0.05$). Dağ koşusu antrenmanı yapan atletlerin sağ ayak bileği inversiyon ile eversiyon ve sol ayak bileği eversiyon açılarını hissetme hassasiyeti öntest ve sontest arasındaki farklılıkları istatistiksel olarak anlamlıdır ($p<0.05$). Pistte antrenman yapan atletlerin sağ ayak bileği inversiyon ve sol ayak bileği eversiyon açılarını hissetme hassasiyeti öntest ve sontest arasındaki farklılıkları istatistiksel olarak anlamlıdır ($p<0.05$).

Sonuç: Dayanıklılığa yönelik yapılan antrenmanların pistte yapılması yerine dağlık zeminde yapılması dayanıklılığı ve ayak bileği inversiyon ve eversiyon açılarını hissetme hassasiyetlerini daha fazla geliştirdiğini söyleyebiliriz.

COMPARISON OF MOUNTAIN TRAINING AND TRACK TRAINING IN TERMS OF PROPRIOCEPTION AND ENDURANCE DEVELOPMENT

Introduction and Aim: Aim of this study is to examine whether mountain training develops the proprioception perception and long term endurance better than track training.

Method: The study included male mountain runner athletes (n=10), and track runner athletes (n=10). This experimental study investigated the perception levels of angular changes on ankle joint and 5000m course race performance. Tests were repeated in pre-post periods of eight-week exercise. Track athetes performed only track exercises while mountain athletes exercised on a mountain track. Measurements of ankle joint movement perception were made by isokinetic strength measurement device in Physical Therapy and Rehabilitation Center of Medical Faculty of Ege University. Knee and hip joints of subjects were fixed in lying position at 80º - 110º degrees of knee joint; subsequently, inversion and eversion movements were made five times in a way which only permits foot ankle to move. Angle speed was determined as 2°/sec. Subjects waited for 5 sec at 20° following the inversion movements by isokinetic device

and afterwards, verbally expressed when 0° of joint was attained. Eversion movement was performed in a similar way and subjects waited for 5 sec at 15° and were asked to attain 0° again.

Results: 5000m course race performance development of mountain training athletes were found greater than track exercising athletes ($p<0.05$). A statistically significant difference was detected in pre-test and post-test measurements of right and left ankle joints eversions and right ankle joint inversion angles perceptions of mountain training athletes ($p<0.05$). A statistically significant difference was found in pre-test and post-test measurements of right ankle inversion and left ankle eversion angles perception of track training athletes ($p<0.05$).

Conclusion: It can be suggested that endurance exercises improve the endurance and perception of inversion and eversion angles better in mountainous surfaces rather than track field.

SB801

FONKSİYONEL ANTRENMAN, ADÖLESAN KIZ VE ERKEKLERİN SEÇİLMİŞ FİZİKSEL UYGUNLUK PARAMETRELERİNİ GELİŞTİRİR

[1]Özcan Saygın, [1]Yusuf Erken, [1]Halil İbrahim Ceylan

[1]muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Antrenörlük Eğitimi Bölümü

Email : *osaygin@mu.edu.tr, yusuferken20@gmail.com, halil.ibrahimceylan60@gmail.com*

Bu çalışmanın amacı, fonksiyonel antrenmanların seçilmiş fiziksel uygunluk parametreleri üzerine olan etkisini incelemektir. Çalışmaya, daha önce düzenli olarak egzersiz yapmayan, 30 erkek ve 30 kız katılmıştır. Çalışmaya katılan gönüllüler rastgele olmak üzere deney (15kız, 15 erkek) ve kontrol (15 kız, 15 erkek) olmak üzere 2 gruba ayrılmıştır. Deney grubu, 8 hafta boyunca, hafta da 3 gün, 45- 60 dk. süren fonksiyonel antrenman programına tabi tutulmuştur. İstatiksel hesaplamalar SPSS programında yapılmıştır. Deney ve kontrol grubunun ön ve son testlerin karşılaştırılmasında Eşleştirilmiş t testi kullanılmıştır. Uygulanan antrenman programının etki büyüklüğünün belirlenmesinde Cohen d değeri dikkate alınmıştır. İstatiksel analizler sonucunda; deney grubunda yer alan hem kız hem erkeklerin kuvvet (bacak ve sırt), reaksiyon zamanı (görsel, işitsel, karma), çeviklik, dinamik denge, dikey sıçrama ve esneklik performansının ön ve son test ortalama değerleri karşılaştırıldığında istatiksel olarak anlamlı farka rastlanılmıştır ($p<0,05$). Deney grubunda yer alan erkeklere uygulanan antrenman programının seçilmiş fiziksel uygunluk unsurları üzerine olan etki büyüklüğü (1.88-3.07) arasında değişirken, kız öğrencilerde etki büyüklüğünün (-0.85- 3.11) arasında değiştiği gözlemlenmiştir. Dolayısıyla uygulanan fonksiyonel antrenmanın bazı fiziksel uygunluk parametreleri üzerinde manidar etkiye sahip olduğu gözlemlenmiştir. Sonuç olarak; kız ve erkeklere uygulanan fonksiyonel antrenmanın gündelik faaliyetlerde sıklıkla kullanılan hareketleri rahatça yapabilmek için gerekli olan fiziksel uygunluk özelliklerini geliştirdiği görülmüştür. Birden fazla fiziksel uygunluk unsurunun aynı anda ve yeterli düzeyde gelişebilmesi için, fonksiyonel antrenmanlara daha fazla önem vermesinin yararlı olacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Fonksiyonel Antrenman, Reaksiyon Zamanı, Çeviklik, Kuvvet, Esneklik

FUNCTIONAL TRAINING IMPROVES SELECTED PHYSICAL FITNESS PARAMETERS OF ADOLESCENT GIRLS AND BOYS

The purpose of this study was to examine the effect of functional training on selected physical fitness parameters of adolescent girls and boys. Thirty boys and thirty girls who did not exercise regularly before, participated in this study. Volunteers participating in the study were randomly divided into two groups, experiment (15 girls, 15 boys) and control (15 girls, 15 boys). Functional training program was applied to the experiment group for approximately 3 days in 8 weeks, for about 45 to 60 minute. Statistical calculations were done in SPSS program. Paired t test was used to compare the pre-test and post-test of the experimental and control groups. The Cohen d value was taken into consideration when determining the effect size of the training program. As a result of statistical analyzes; when the pre-test and post-test average values of both girls and boys for the experimental groups were compared, significant difference was found in strenght (back and leg), reaction time (visual, auditory, mixed), agility, dynamic balance, vertical jump and flexibility performance ($p<0.05$). It was observed that the effect size of the training program applied to the boys on the selected physical fitness parameters in the experimental group varied between 1.88 and 3.07, while the effect size varied between -0.85 and 3.11 in girls. Therefore, It was observed that functional training had a significant effect on some physical fitness parameters. It has been shown that functional training applied to adolescent boys and girls improves required physical fitness parameters to be able to perform the movements frequently used in everyday activities. In order to develop more than one physical fitness factor at the same level and at a sufficient level, it would be useful to give more importance to functional training. Keywords: Functional Training, Reaction Time, Agility, Strenght, Flexibility

SB802

GÜNÜN FARKLI ZAMAN DİLİMLERİNDE, SPORCULARIN AEROBİK VE ANAEROBİK TEST PERFORMANSLARI İLE KAN LAKTAT DÜZEYLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

***[1]Halil İbrahim Ceylan*, [1]Özcan Saygın, [2]Halil İbrahim Ceylan, [2]Ahmet Rahmi Günay**

[1]muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Antrenörlük Eğitimi Bölümü
[2]Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Antrenörlük Eğitimi Bölümü

***Email :** halil.ibrahimceylan60@gmail.com, osaygin@mu.edu.tr, halil.ibrahimceylan60@gmail.com, ahmetrahmigunay@gmail.com*

Bu çalışmanın amacı, günün üç farklı zaman diliminde sporcuların aerobik ve anaerobik test performansları ile kan laktat düzeylerini karşılaştırmaktır. Çalışmaya, düzenli olarak egzersiz yapan, takım sporları ile uğraşan 10 erkek sporcu (yaş: 21.60±1.42, boy:185.10±7.30cm, vücut ağırlığı: 82.15±4.88, vücut yağ yüzdesi: 12.98±2.39) gönüllü olarak katılmıştır. Sporcuların, iki gün ara ile günün üç farklı zaman diliminde sabah (09.00-10.00), öğlen (12.00-13.00), akşam (16.00-17.00) saatlerinde rastgele olmak üzere test performansları ölçülmüştür. Tekrarlı Ölçümlerde Varyans analizi sonucunda; sabah, öğlen ve akşam dilimlerinde ölçülen vücut ısısı ($F(2,18)=10,042$, $p<.001$), dikey sıçrama yüksekliği ($F(2,18)=9,216$, $p<.005$), maksimal güç ($F(2,18)=9,059$, $p<.002$), ortalama güç ($F(2,18)=8,617$,$p<.002$), minumum güç ($F(2,18)=7,120$, $p<.002$), aerobik kapasite ($F(2,18)=6,967$, $p<.006$), maksimal kalp atım sayısı $F(2,18)=6,859$, $p<.006$), egzersiz testi sonrası kan laktat düzeyi ($F(2,18)=6,041$, $p<.01$) karşılaştırıldığında, istatiksel olarak anlamlı farklılıklar gözlemlenmiştir ($p<0.05$). Bonferroni testi sonuçlarına göre; sabah saatlerine göre akşam saatlerinde vücut ısısı, dikey sıçrama yüksekliği, maksimal güç, aerobik kapasite değerleri istatiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur ($p<0.05$). Akşam saatlerinde gerçekleşen aerobik ve anaerobik testlerinden sonra kan laktat düzeyi ve maksimal kalp atım sayısı değerleri istatiksel olarak anlamlı düzeyde daha fazla artış göstermiştir ($p<0.05$). Bu çalışma da iyi bir uyku kalitesine sahip olma, vücut ısısı ve sirkadiyen tipi gibi faktörler, sporcuların performansların sabah saatlerine göre akşam saatlerinde iyi olmasının sebepleri arasında gösterilebilir. Sonuç olarak; sporcuların antrenman programları planlanırken, aerobik ve anaerobik kapasite, patlayıcı güç ile sıçrama egzersizleri içeren antrenmanların sporcuların performanslarında belirgin artışlara sebep olmasından dolayı akşam saatlerinde yapılmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Takım Sporu, Aerobik Kapasite, Anaerobik Kapasite, Kan Laktat, Günün Farklı Zamanı

COMPARISON OF AEROBIC AND ANAEROBIC TEST PERFORMANCES WITH BLOOD LACTATE LEVELS OF ATHLETES AT DİFFERENT TIMES OF THE DAY

The aim of this study was to compare the aerobic and anaerobic test performances with blood lactate levels of the athletes at three different times of the day. Ten male athletes (age: 21.60 ± 1.42, height: 185.10 ± 7.30cm, body weight: 82.15 ± 4.88, % body fat: 12.98 ± 2.39) who regularly exercise and engage in team sports, participated in this study voluntarily. The test performances of athletes were randomly measured at three different times of the day in the morning (09.00-10.00), afternoon (12.00-13.00) and evening (16.00-17.00) at two day intervals. As a result of Repeated Measures ANOVA, statistically significant differences were observed when comparing body temperature ($F(2,18)=10,042$, $p<.001$), vertical jump height ($F(2,18)=9,216$, $p<.005$), maximal power ($F(2,18)=9,059$, $p<.002$), mean power ($F(2,18)=8,617$,$p<.002$), minumum power ($F(2,18)=7,120$, $p<.002$), aerobic capacity ($F(2,18)=6,967$, $p<.006$), maximal heart rate $F(2,18)=6,859$, $p<.006$), and blood lactate levels after exercise tests ($F(2,18)=6,041$, $p<.01$) measured at morning, afternoon and evening time periods. According to Bonferroni test results; body temperature, vertical jump height, maximal power, aerobic capacity values were found to be statistically higher in the evening hours than the morning hours ($p <0.05$). Blood lactate level and maximal heart rate were increased significantly after aerobic and anaerobic tests in the evening ($p<0.05$). In this study, factors such as having a good sleep quality, body temperature and circadian type can be shown as reasons for the performance of the athletes to be

good in the evening compared to the morning hours. In conclusion, while planning the athletic training programs, it is thought that it is important to perform trainings which include aerobic and anaerobic capacity, explosive power and jumping exercises in the evening hours because of the significant increases in performance of the athletes.

Key Words: Team Sport, Aerobic Capacity, Anaerobic Capacity, Blood Lactate, Different Time of Day

SB803

DAR ALAN OYUNLARININ (DAO) FARKLI LİG FUTBOLCULARININ FİZİKSEL VE FİZYOLOJİK PARAMETRELERİ ÜZERİNE ETKİSİ

***[1]Ömer Zambak*, [2]Mustafa Said Erzeybek, [3]Fatih Kaya, [4]Oğuzhan Yüksel**

[1]Bayburt Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu
[2]t.C. KÜTAHYA DUMLUPINAR ÜNİVERSİTESİ Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu
[3]ERZİNCAN BİNALİ YILDIRIM ÜNİVERSİTESİ EĞİTİM FAKÜLTESİ BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BÖLÜMÜ
[4]T.C. KÜTAHYA DUMLUPINAR ÜNİVERSİTESİ Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu

***Email :** omer_zambak@yahoo.com, msaid.erzeybek@dpu.edu.tr, fkaya@erzincan.edu.tr, oguzhan.yuksel@dpu.edu.tr*

Giriş ve Amaç

Yüksek performans gerektiren sporlar da, antrenman uyaranı yarışma koşullarına benzer olduğu zaman maksimum fayda sağlanır. Dar alan oyunları (DAO) antrenman gereksinimlerini karşılarken antrenman süresinin de randımanlı kullanılan drill dir (Aguiar ve ark 2012). 2015-2016 sezonunda Denizli de hafta da 3gün uygulanan çalışmanın amacı 8 haftalık DAO' nın farklı lig futbolcuların fiziksel ve fizyolojik parametreleri üzerine etkisinin belirlenmesidir. Katılımcılar DAO ile birlikte düzenli antrenmanlarına devam etmişlerdir.

Yöntem,

Bölgesel amatör lig (BAL), Süper Amatör Lig (SAL) ve 1. Amatör lig (1.A) den 24 futbolcunun katıldığı çalışma da (20.2 ± 1.2 years and 16.4 ± 0.7 kmh-1 v_VO2max) minyatür kaleler ile 6 farklı DAO uygulandı (3 vs 3) (4 vs 4) (6 vs 6) (Serbest Oyna= SO). Kalp atım Hızı (KAH) takibi; Telemetrik nabız ölçer cihazı. Kan laktat (La); Lactate Scout Meter cihazı. Algılanan Efor Düzeyi (AED); 15 puanlı Borg Skala (Borg 1970) Dikey Sıçrama (DS); Jump-Meter Şut Hızı (ŞH); Pocket-Radar 10m sprint; Delta 30 LP-30 kronometre. İstatistik; Verilerin analizin de Oneway ANOVA, ön-test son-test ölçümleri için T-testin den yararlanılmıştır.

Bulgular

DAO ile BAL, SAL, 1.A lig katılımcılarının değerleri karşılaştırıldığın da üst liglerde oynayan futbolcuların fizyolojik ve fiziksel parametrelerinin daha iyi olduğu görülmüştür ($p < 0.05$). Katılımcıların ön test ve son test karşılaştırılmasında ise anlamlı fark görülmemiştir ($p > 0.05$). DAO sonunda SAL ve 1.A lig katılımcılarının BAL ligi katılımcılarına göre AEO, LA, KAH değerleri daha yüksek, daha fazla top kaybı, 10m. sprint, DS ve ŞH değerleri daha düşük olduğu görülmüştür ($p > 0.005$).

Sonuç

BAL, SAL ve 1.A liglerden katılımcılarının KAH, LA, AEO, 10m. Sprint, DS değerlerinin ön-test son-test karşılaştırmaların da gelişme görülmemiştir ($p > 0.05$). SAL ve 1.A lig katılımcılarının pas isabetlerinin daha başarısız olduğu görülmüştür.

8 haftalık DAO nın farklı lig futbolcuların fiziksel ve fizyolojik parametreleri üzerine etkisinin olmadığı görülmüştür. Sonuç literatür ile paralellik içermemektedir.

EFFECTS OF SMALL-SIDED GAMES (SSG) ON PHYSICAL AND PHYSIOLOGICAL PARAMETERS OF FOOTBALLS IN DIFFERENT LEAGUES.

Introduction and Aim

In sports where high performance required, maximum benefit achieved when the performance in the training is similar to the competition conditions. Small-sided Games (SSG), efficient drill for the training period, meet the requirements of training. The aim of the study conducted 3 days a week in Denizli 2015-2016 season was to determine the effect of 8 weeks SSG on the physical and physiological parameters of footballers from different leagues. With SSG participants together continued their regular training.

Method

Samba goals used to enrich 6 SSG (3 vs 3, 4 vs 4, 6 vs 6, free-play=FP) in the study which 24 footballers (20.2 ± 1.2 years and 16.4 ± 0.7 kmh-1 v_VO2max) from the regional amateur (RAL), super amateur (SAL) and 1st amateur leagues (1.A) participated in. Hear Rate (HR); Telemetric Heart Rate Monitor Lactic acid (La); Lactate Scout lactate analyzer Rating of Perceived Exertion Scale (RPE); Borg Scale with 15 points Vertical Jump (VJ): Jump Meter Shooting Velocity (SV); Pocket-Radar 10m sprint; Delta 30 LP-30 kronometre.

T-test analyzed pre-test post-test measurements and oneway anova analyzed datas from participants

Findings;

When the values of RAL, SAL, 1.A participants in SSG compared it seen the physiological and physical parameters of footballers in upper leagues were better. At the end of the SSG SAL, 1.A league participants' RPE, LA, HR values higher, lost more ball, 10m. sprint, VJ and SV values found lower than RAL participants.

Result

No improvement between pre-test and post-test of Participant's RPE, LA, HR, 10m. Sprint, VJ and SV values ($p > 0.05$). It seen the passes of SAL and 1.A participants were unsuccessful. It was seen 8 weeks varied SSG had no effect on the physical and physiological parameters of participant from different leagues ($p > 0.05$). The result is not parallel to the literature.

SB807

ELİT GÜREŞÇİLERDE PROPRİOSEPTİF NÖROMUSKULER FASİLİTASYON (PNF) UYGULAMALARININ KUVVET ÜZERİNDE AKUT ETKİLERİ

***[1]Gürcan Ünlü*, [2]Ali Tatlıcı**

[1]Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü
[2]Selçuk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Bölümü

Giriş ve amaç: Çalışmanın amacı Proprioseptif Nöromuskuler Fasilitasyon (PNF) uygulamalarının elit güreşçilerde kuvvet üzerine akut etkilerini araştırmaktı.Ulusal ve uluslararası müsabakalara katılmış olan yedi elit güreşçiye (yaş, 21.21±2.7 yıl; boy, 176.6 ± 6.8 cm; 81±9.3 kg) hem bacak ekstansör ve fleksör kaslarına yönelik Proprioseptif Nöromuskuler Fasilitasyon (PNF) uygulamaları öncesi hem de aynı sürelerdeki dinlenme periyodu öncesi izokinetik kuvvet testleri yapılmıştır. Yöntem: 70 rpm'lik 5 dakikalık bisiklet ergometresi ısınması sonrası PNF protokolü için dominant bacakta PNF uygulaması gerçekleştirilmiştir. 600sn-1 açısal hızda gerçekleştirilen maksimal istemli kas kasılmaları dominant bacakta izokinetik dinamometre (Cybex, Humac Norm 2004) kullanılarak yapılmış, ekstansör ve fleksör pik tork (EPT ve FPT) değerler kuvvet parametreleri olarak değerlendirilmiştir. Tüm değerler ortalama ± standart sapma olarak hesaplanmış, verilerin analizi için SPSS 24.0 paket programı kullanılmıştır. Uygulama öncesi ve sonrası dinamik denge performans parametrelerindeki değişimleri tekrarlı ölçümler için tek faktörlü ANOVA ile karşılaştırılmıştır. Anlamlılık düzeyleri $p<0.05$ olarak alınmıştır. Bulgular: Sonuçlar PNF uygulamalarının 600sn-1 açısal hızda gerçekleştirilen EPT değerlerinde istatistiksel olarak anlamlı azalmayı FPT değerlerinde ise bir anlamlı bir değişimin olmadığını göstermiştir. Sonuç: Çalışmanın bulguları ısınma sonrası PNF uygulamalarının kassal kuvvet üzerinde olumsuz etkilerinin olabileceğini savunan hipotezleri destekler niteliktedir.

THE ACUTE EFFECTS OF PROPRIOCEPTIVE NEUROMUSCULAR FACILITATİON(PNF) STRETCHING ON STRENGTH IN ELITE WRESTLERS

Introduction and aim: The aim of this study was to investigate the effect of Proprioceptive Neuromuscular Facilitation (PNF) stretch techniques on strength in elite wrestlers. Seven wrestlers who participated in national and international competitions (age, 21.21±2.7 years; height, 176.6 ± 6.8 cm; 81±9.3 kg) were tested before and after both PNF stretching of leg extensor muscles, leg flexor and a similar duration control condition. Method: The stretching protocol involved a 5-min warm-up at at at 70 rpm with 1-kp resistance on a stationary cycle ergometer followed by PNF stretching exercises to stretch the leg extensor and flexor muscles of the dominant limbs. Maximal voluntary contractions(MVC) were conducted isokinetically using Cybex Humac Norm (Cybex NORM®, Humac, CA, USA) and peak torque(PT) of knee flexors and extensors(FPT and EPT) in dominant leg at 600sn-1 as a strength indicator were obtained before PNF and control interventions. All analyses were performed using SPSS version 24 for Windows and the values are expressed as mean ± SD. A significance level of $p <0.05$ was considered statistically significant. One way repeated-measures analyses of variance was used to analyze the differences between pretest and posttest PT values. Results: The results showed that PNF stretching caused deficits in EPT values, however FPT values were similar between the two isokinetic tests at 600sn-1 velocity. Conclusion:The findings of this study supports the hypothesis that PNF stretching have a detrimental effect on muscular performance.

SB810

ELİT GÜREŞÇİLERDE PROPRİOSEPTİF NÖROMUSKULER FASİLİTASYON (PNF) UYGULAMALARININ DİNAMİK DENGE PERFORMANSINA AKUT ETKİLERİ

***[1]Ali Tatlıcı*, [2]Gürcan Ünlü**

[1]Selçuk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Bölümü, Konya
[2]Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü, Ankara

Giriş ve amaç: Bu çalışmanın amacı Proprioseptif Nöromuskuler Fasilitasyon (PNF)uygulamalarının Biodex Balance System (BBS) test yöntemi ile elde edilen dinamik denge indekslerine etkilerini incelemekti. Çalışmaya yaşları 18-25 aralığında olan ulusal ve uluslararası müsabakalarda yer alan 7 elit güreşçi gönüllü olarak katılmıştır. Yöntem:Daha önce yapılan benzer bir çalışmanın prosedürüne uygun olarak bisiklet ergometresinde 70 rpm de 5 dakikalık ısınma sonrası bacak ekstansör ve fleksör kaslarını esnetmeye yönelik PNF egzersizleri uygulanmıştır. Her iki bacak için 20 saniyelik dinamik denge performans çıktıları Overall Stability Index (OSI), Anterior-Posterior İndeks (APSI) ve Medio-Lateral İndeks (MLSI) olmak üzere PNF uygulamaları öncesi ve sonrasında kaydedilmiştir. Tüm değerler ortalama ± standart sapma olarak hesaplanmış, verilerin analizi için SPSS 24.0 paket programı kullanılmıştır. Uygulama öncesi ve sonrası dinamik denge performans parametrelerindeki değişimleri tekrarlı ölçümler için tek faktörlü ANOVA ile karşılaştırılmıştır. Anlamlılık düzeyleri $p<0.05$ olarak alınmıştır. Bulgular: Dominant bacakta PNF uygulamalarının dinamik denge performans değerlerinde bir farklılık oluşturmadığı görülmüştür. Nondominant bacakta ise MLSI değerlerinde anlamlı bir artış görülse de APSI ve OSI değerlerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Sonuç olarak PNF uygulamaları nondominant bacakta MLSI performansını biraz düşürmüş olsa da diğer tüm parametrelerde bir değişim görülmemiştir. Bu noktada bu çalışmanın bulguları dinamik denge performans unsurlarının PNF uygulamalarından etkilenmeyeceği yönündedir.

THE ACUTE EFFECTS OF PROPRIOCEPTIVE NEUROMUSCULAR FACILITATION(PNF) STRETCHING ON DYNAMIC BALANCE PERFORMANCE IN ELITE WRESTLERS

Intoduction and aim: The aim of this study was to investigate the effect of Proprioceptive Neuromuscular Facilitation (PNF) stretch techniques on dynamic standing balance performances using Biodex Balance System (BBS). Seven wrestlers who participated in national and international competitions between the ages of 18 and 25 were tested before and immediately after PNF stretching interventions. Method: The stretching protocol involved a 5-min warm -up at at at 70 rpm with 1-kp resistance on a stationary cycle ergometer followed by PNF stretching exercises to stretch the leg extensor, flexor muscles of the dominant and nondominant limbs according to the procedures of a previous study. Balance was measured in two conditions; dominant and nondominant limbs over a period of 20s and Medial–lateral stability index (MLSI), Anterior–posterior stability index (APSI) and an Overall stability index (OSI) were recorded before and after PNF interventions. All analyses were performed using SPSS version 24 for Windows and the values are expressed as mean ± SD. A significance level of $p<0.05$ was considered statistically significant. One way repeated-measures analysis of variance (ANOVA) was used to analyze the differences between pretest and posttest BBS values. Results: There were no significant balance index differences after the PNF interventions for dominant leg($p>0.05$). However, a significant increase was found in MLSI values for non-dominant leg. Conclusion: Even though the PNF stretching intervention reduced MLSI dynamic balance performance for the non-dominant leg in our findings, other BBS index scores showed that dynamic balance performance is not affected by the acute bout of PNF stretching.

SB814

FUTBOLCULARDA PLİOMETRİK ÇALIŞMALARIN SIÇRAMA, ŞUT HIZI VE İZOKİNETİK KUVVET ÜZERİNE ETKİSİ

***[1]Ömer Zambak*, [2]Yağmur Akkoyunlu**

[1]Bayburt Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu
[2]t.C. KÜTAHYA DUMLUPINAR ÜNİVERSİTESİ Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu

***Email :** omer_zambak@yahoo.com, yagmur.akkoyunlu@dpu.edu.tr*

Giriş & Amaç

Bu çalışmanın amacı izokinetik kuvvet geliştirmeye yönelik yapılan pliometrik çalışmaların şut hızı üzerine etkisinin belirlenmesidir. Çalışmaya yaşlarının ortalaması 21.16 ± 2.91 yıl, boyları 176.50 ± 6.11, kilo 71.14±2.12,futbol yaşları 12.11 ± 2.58 yıl olan 18 amatör lig futbolcusu; yaşlarının ortalaması 20.88±3.16 yıl, boyları 177.35 ±6.19, kilo 71.43±2.04, futbol yaşları 13.55±2.43 yıl olan 18 amatör lig futbolcusu gönüllü olarak katılmıştır.

Yöntem

Katılımcılar 12 hafta süresince hafta 3 kez pliometrik antrenman uygularken birlikte takım antrenmanlarına devam etmişlerdir. Ölçümler antrenmanlara başlamadan ve antrenmanların bitimiyle katılımcılara uygulanmıştır. İzokinetik cihazla (isomed2000) futbolcuların dominant ve dominant olmayan bacakları diz ekstansiyon ve fleksiyon kasılmasında (hareketinde) 600sn-1 ve 1800.sn-1 açısal hızlarda uygulanılan zirve torkları, ortalama güçleri belirlenmiştir, Futbolcuların şut hızları Cep radarıyla (pocket radar) belirlenmiştir. Futbolcuların çift bacak dikey sıçrama ve doğrusal sıçrama değerleri (mesafeleri),metre ve jump meter cihazıyla belirlenmiştir. Ölçümler arasında istatistiksel yönden anlamlı fark olup olmadığının belirlenmesi için paired-T testi uygulanmıştır.

Bulgular

Deney ve Kontrol grubunun dominant ve dominant olmayan bacak 600sn-1 ve 1800sn-1fleksiyon ve ekstansiyon zirve tork ve ortalama güç ölçümlerinde anlamlı gelişme görülmemiştir ($p>0.05$).

Sonuç

Deney ve Kontrol grubunun dominant bacak şut hızı ölçümünde istatistiksel yönden anlamlı gelişme görülmemiştir ($p>0.05$). Kontrol grubundan farklı olarak deney grubunun çift bacak dikey sıçrama ve doğrusal sıçrama ölçümlerinde anlamlı gelişme görülmüştür ($p<0.05$). Kontrol ve Deney grubunun değerleri karşılaştırıldığında ise Deney grubunun sonuçlarının daha gelişmiş olduğu görüldü ($p<0.05$).

THE EFFECTS OF PLYMTERIC TRAININGS TO FOOTBALL PLAYERS ON JUMPINGS, SHOOTING SPEED AND ISOKINETIC STRENGTH

Introduction and Aim

The purpose of this study was to determine the effect of plyometric exercises for isokinetic development on the shooting speed to improve the isokinetic force.

18 amateur league footballers in study group (age; 21.16 ± 2.91 years, height; 176.50 ± 6.11 m., weight; 71.14 ± 2.12 kg., years of senior career 12.11 ± 2.58), and 18 amateur league footballers in control group (age; 20.88 ± 3.16 years, height; 177.35 ± 6.19 m, weight; 71.43 ± 2.04 kg., years of senior career 13.55 ± 2.43) participated voluntarily in this study.

Method

Experimental and Control group continued team training together while experimental group performing 12 weeks plyometric training 3 times in a week.

Tests apllied to participants before and after plyometric trainings

The peak torques and average power values of knee extension and knee flexion movements of dominant and non-dominant leg of footballers determined in isokinetic force test at 600sn-1 and 1800sn-1 angular velocities. An isokinetic dynamometer used for isokinetic force tests (İsomed2000). Shooting speeds determined by pocket radar. Two leg vertical and standing broad jumps measurements (distances) determined by meter and jump meter.

Spss Paired-T test used to determine if there was a statistical differences between pre-test and post-test of performance tests At 60sn-1 and 180sn-1angular velocities

Findings

There were no statistically significant differences to measurements of the peak tork and average power applied to dominant and non-dominant leg flexion and extension of participants ($p>0.05$).

Results

There was no statistically significant improvement in the shooting velocity of the dominant legs of the experimental and control groups. Unlike the control group, the experimental group showed significant improvement in the double leg vertical and broad jump measurements ($p<0.05$).

When the values of control and experimental goups compared for measurments it seen that the values of experimental group were better ($p<0.05$).

SB817

FOAM ROLLER UYGULAMASININ DİNAMİK DENGE PERFORMANSI ÜZERİNE AKUT ETKİSİ

[2]Fatma Ünver, [1]Ayşenur Akbaş, [1]Meryem Aksoy, [1]Orhun Çoymak, [1]İlhan Tire

[1]Pamukkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Denizli
[2]Pamukkale Üniversitesi Fizik Tedavi Ve Rehabilitasyon Yüksekokulu, Denizli

Email : *funver@pau.edu.tr, aysenr.akbas@gmail.com, mrymkrt3@hotmail.com, ocoymak@hotmail.com, ilhantire@gmail.com*

Giriş: Isınma sırasında yada sonrasında uygulanan bazı uygulamaların performans üzerine olumlu ve olumsuz etkilerinin olduğu daha önceki çalışmalarda ortaya konmuştur. Son dönemlerde foam roller ısınma sürecinin içinde yaygın olarak kullanılmakta performansı arttırdığı düşünülmektedir. Bununla birlikte ülkemizde kullanımı son derece sınırlıdır.

Amaç: Bu çalışmanın amacı; foam roller uygulamasının dinamik denge (Y balance test) performansı üzerine akut etkisini incelemektir.

Yöntem: : Çalışma bir basketbol takımının alt yapısında oynayan 15-17 yaş aralığındaki (boy= 178,7 ± 9,01 cm vücut kütlesi = 65,5 ± 10,3 kg) 11 erkek basketbol oyuncusunun katılımı ile gerçekleştirilmiştir. Basketbolcular iki gruba ayrılmış birinci grup, birinci gün 10 dakika dinamik standart ısınma, 5 dakika dinamik esneklik ve 5 bölgeye (quadriceps, hamstring, calf, gluteus maximus, latissimus dorsi) bir egzersizin süresi 30 saniye olacak şekilde foam roller uygulaması yapmıştır ve ardından Y denge testi performansı gerçekleştirilmiştir. İkinci grup ise tüm uygulamaları aynı şekilde gerçekleştirmiş sadece foam roller uygulamasına katılmayarak o süre boyunca pasif dinlenme yapmıştır. Daha sonrasında iki grup randimizasyon sistemi ile yer değiştirmiş ve tüm sporcuların iki uygulamaya da katılması sağlanmış testler arasında en az 48 saatlik ara verilmiştir. Sporcuların test performansları arasındaki farklara bağımlı gruplarda t testi istatistiği ile bakılmıştır.

Bulgular: Yapılan istatistiksel işlem sonucu Y denge testinden elde edilen üç farklı yönde iki bacakta da foam roller uygulaması lehine fark olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuçlardan sol bacak anterior (ısınma = 99,09 ± 12,23; foam= 102,9 ± 12,09) ve sağ bacak postlateral (ısınma = 94,81 ± 10,48; foam= 99,00 ± 8,07) yönünde istatistiksel olarak anlamlı değilken diğer bütün yönlerde ve composit puan açısından anlamlı farklar tespit edilmiştir.

Sonuç: Foam roller uygulamasının dinamik denge performansı üzerinde akut olarak anlamlı bir etkisinin olduğu bu nedenle hem performansı artırmada hem de sakatlı önlemede foam rollerın kullanılması gereketiği ve foam rollerın performans üzerine kronik etkisinin de araştırılması gerektiği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Isınma, Y balance, ınjury

EFFECT OF FOAM ROLLING ON DYNAMIC BALANCE PERFORMANCE

Introduction : Previous studies have shown that some exercises after warm-up and during warm-up have positive and negative effects on performance. Foam roller is widely used in warm-up process in recent years and it is thought to increase performance.

Aim: The purpose of this study is to investigate the effect of foam roller exercises on the dynamic balance (Y balance test) performance.

Method: 11 male basketball players in the 15-17 age range (height = 178.7 ± 9.01 cm body mass = 65.5 ± 10.3 kg) were participated this study voluntarily. Basketball players separated by two groups, first group performed foam roller exercises for 30 seconds for each muscle of 5 part of the body (quadriceps, hamstring, calf, gluteus maximus, latissimus dorsi) after dynamic standard warming of 10 minutes and dynamic stretching of 5 minutes then they were performed Y balance test performance. The second group performed all the applications in the same way and rest passively during foam roller exercise. Subsequently, the two groups were replaced at least 48 hours rest in which all the athletes were allowed to participate in both applications. The paired t test statistic was used.

Results: According to results there were differences between two legs in three different directions. Foam roller exercise increase the dynamic balance performance. The results were as follows: there were no statistically significant differences in left leg anterior (warming = 99.09 ± 12.23; foam = 102.9 ± 12.09) and right leg postlateral (warming = 94.81 ± 10.48, foam = 99.00 ± 8.07), but significant differences were found in all other directions and composit points.

Discussion : Since foam roller exercise has an acutely meaningful effect on dynamic balance performance, it is thought that both the performance and injury prevention foam roller should be used and investigated the chronic effects.

Key words: Warning-up,Y balance,ınjury prevention

SB823

ANAEROBİK BİR YÜKLENMENİN GÖVDE SALINIMINA ETKİSİ

[1]Evrim Ünver, [1]Barbaros Çelenk, [1]Şükrü Alpan Cinemre

[1]Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Egzersiz Ve Spor Bilimleri Bölümü Spor Ve Antrenörlük ABD, Ankara

Email : *evrimunver@hotmail.com, barbaros.celenk@hacettepe.edu.tr, sacinemre@gmail.com*

Giriş: Bu çalışmanın amacı, anaerobik bir yüklenmenin gövde salınımına etkisinin incelenmesidir. Yöntem: Çalışmaya 14 erkek öğrenci (Yaş: 22.57±2.21 yıl; Boy Uzunluğu: 177.89±6.26 cm; Vücut Ağırlığı: 29.21±11.61 kg) gönüllü olarak katılmıştır. Test sürecinin öncesinde dinlenik kalp atım hızı (KAH) değerleri elde edilmiştir (Dinlenik KAH: 84.00 ± 8.09 atım/dk). Biodex Biosway Portatif Denge Cihazında (ABD), postürel stabilite testi uygulanarak dinlenik gövde salınım değerleri (Genel skor (GS): 0.30±0.12; Anterior-posterior (AP) düzlem: 0.23±0.09 ve Medial-Lateral (ML) düzlem: 0.13±0.08) elde edilmiştir. Anaerobik yüklenmenin sağlanabilmesi amacıyla Monark marka Peak Bike Bisiklet ergometresinde vücut ağırlığının %7.5'i ek yükü ile 30 sn süreli Wingate testi gerçekleştirilmiştir. Test sonunda algılanan zorluk derecesi (AZD) (AZD: 16.01 ± 3.75) katılımcılara sorularak öğrenilmiştir. Wingate testinin sonunda ulaşılan KAH değerleri kaydedilmiştir (166.86 ± 11.84 atım/dk). Wingate testini takiben toparlanmaya fırsat vermeden test sonu gövde salınım değerleri postürel stabilite testi aracılığı ile elde edilmiştir (GS: 0.43±0.16; AP: 0.35±0.11; ML: 0.19±0.09). Postürel stabilite testi sonunda ulaşılan yorgunluk KAH değerleri kaydedilmiştir (154.57±10.36 atım/dk). Elde edilen gövde salınım değerlerinin normal dağılım göstermediği Kolmogorov-Smirnov testi ile belirlenmiştir ($p<0.05$). Bu nedenle parametrik olmayan eşleştirilmiş Wilcoxon testi ile ön test-son test gövde salınım değerleri karşılaştırılmıştır. Bu çalışmada güven aralığı %95 kabul edilmiştir. İstatistiksel analizler SPSS v.23 istatistiksel analiz yazılımında gerçekleştirilmiştir. Bulgular: Yapılan istatistiksel analiz sonucunda GS ve AP gövde salınım değerlerinde Wingate testi öncesi ve sonrası arasında anlamlı bir artış meydana geldiği görülmüştür (sırasıyla p= 0.01; p= 0.007). Sonuç: Bu çalışmada, anaerobik bir yüklenmenin özellikle AP düzleminde gövde salınımını arttırdığı ve bu artışın genel gövde salınımına etki ettiği görülmüştür.

THE EFFECT OF AN ANAEROBIC LOADING ON POSTURAL SWAY

Introduction: The purpose of this study was to investigate the effect of an anaerobic loading on postural sway. Methods: 14 male students participated as a volunteer (Age: 22.57±2.21 years; Height: 177.89±6.26 cm; Weight: 29.21±11.61 kg) in this study. Before the testing process resting heart rates (HR) were recorded (84.00 ± 8.09 beats/min). The postural stability test was used to determine postural sway scores. (Overall Score (OS): 0.30±0.12; Anterior-posterior (AP): 0.23±0.09 ve Medial-Lateral (ML): 0.13±0.08). The postural stability test was made by using the Biodex Biosway Portable balance device (USA). 30 s. Wingate test was made by using the Monark Peak Bike cycle ergometer with an additional 7.5 % weight of body weight. At the end of this test, perceived exertions were recorded by the use of the Borg Scale (Borg Scale: 16.01 ± 3.75). Also, testing HR's were recorded at the end of the Wingate test (166.86 ± 11.84 beats/min). The postural Stability test was made immediately after the Wingate test. At the end of Postural stability test, HR's were recorded as fatigue HR's (154.57±10.36 beats/min) and the Postural stability scores were recorded (OS: 0.43±0.16; AP: 0.35±0.11; ML: 0.19±0.09). As a result of the Kolmogorov-Smirnov test, any parameter was not in normal distribution. Therefore, the differences in postural sway scores before and after the 30s Wingate test was tested by using non-parametric paired samples Wilcoxon test. The Confidence Interval was accepted as 95% in this study. All statistical analysis was made by using SPSS v.23 statistical software. Results: Statistical analysis showed that only OS and AP scores were statistically high after the Wingate test (respectively, p= 0.01; p= 0.007). Conclusion: In this study, it was seen that after an anaerobic loading increases the postural sway score especially in the AP direction which this also affects

SB825

GENÇ HALTERCİLERDE PLİOMETRİK ANTRENMANLARIN KALDIRIŞ PERFORMANSI ALT EKSTREMİTE SERTLİĞİ VE BAZI BİYOMEKANİK DEĞİŞKENLER ÜZERİNE ETKİLERİ

[1]Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Spor Bilimleri Bölümü, ANKARA

Email :

Giriş ve Amaç: Pliometrik antrenmanlar çoğu antrenör ve sporcu tarafından kuvvet ve güç arasında bir köprü olarak düşünülmektedir. Bu çalışmanın amacı, genç haltercilerde pliometrik antrenmanların, kaldırış performansı, alt ekstremite sertliği, koparma kaldırışı bazı biyomekanik değişkenler üzerine etkilerini incelemektir.

Yöntem: Araştırmaya, deney grubu (Yaş (yıl) = 16.08 ± 0.8 Boy (cm) = 170.41 ± 6.8, Vücut ağırlığı (kg) = 72 ± 16.54) ve kontrol grubu (Yaş (yıl) = 15.90 ± 1.13 Boy (cm) = 168.81 ± 7.56 Vücut ağırlığı (kg) = 71.62 ± 16.21) olmak üzere 22 erkek halterci katıldı. Toplam 8 hafta süren çalışmada, gruplar haftada 6 gün antrenman yaptı, pliometri grubu çalışmanın amaçları doğrultusunda hazırlanan egzersizleri, salı ve perşembe günleri normal antrenman programına ilave olarak uyguladı. Koparma, silkme ve toplam kaldırış performansı, pazartesi, çarşamba ve cuma günlerindeki maksimal kaldırışlarının herhangi birinde başarılı olunan en iyi kaldırışa göre belirlendi. Alt ekstremite sertliği verileri OptoJump (Microgate, Bolzano, İtalya) protokolü üzerinden alındı, Dalleau G, ve arkadaşlarının oluşturduğu eşitlik ile hesaplandı. Biyomekanik ölçümler Tendo Weightlifting Analyzer (Trencin, Slovak Republic) doğrusal konum transdüseri ile alındı. Olimpik halter antrenmanlarının, ölçülen değişkenler üzerindeki etkisi büyüklüğe dayalı çıkarımlar yöntemi ile değerlendirildi. Etki büyüklüğüne bağlı önemliliğin sınıflaması Rhea M 2004'e göre yapıldı.

Bulgular: Kontrol grubunda koparma ve silkme artış olasılığı “olası” (kesinlik % 80.9, d= 0.498), pliometri grubunda “ihtimal” (kesinlik % 64,7, d= 0.32), kontrol grubunda alt ektremite sertlik “çok büyük olasılık önemsiz” (kesinlik % 97 d= 0.010), pliometri grubunda “çok büyük ihtimal zararlı” (kesinlik % 81.7 d= -0.684), kontrol grubunda koparma kaldırışı zirve hız azalış olasılığı “ihtimal” (kesinlik % 52.8 d= -0.44) pliometri grubunda ise “olası” (kesinlik % 77.1 d= -0,68) olduğu görüldü. Diğer değişkenlerdeki farklar önemsizdi.

Sonuç: Bu çalışmanın bulguları, pliometrik antrenmanların genç erkek haltercilerde alt ekstremite sertliğini azalttığı, koparma ve silkme performansını bozduğu ve koparma kaldırışındaki zirve hız azalış olasılığını arttırdığını göstermektedir.

THE EFFECTS OF PLYOMETRIC EXERCISES ON WEIGHTLIFTING PERFORMANCE LOWER EXTREMITY STIFFNESS AND SOME BIOMECHANICAL VARIABLES IN YOUNG WEIGHTLIFTERS

Introduction and Objective: Pliometric training is considered as a bridge between strength and power by most coaches and athletes and is perceived as a training method that directly increases the performance of the competition. The aim of this study is to examine the effects of pliometric training on performance, lower extremity stiffness (LES), and some biomechanical variables (BV) in young weightlifters.

Methods: In this study, 22 young male weightlifters, the pliometric group (PG), age = 16.08 ± 0.8, height = 170.41 ± 6.8, body weight = 72 ± 16.54 and control group (CG), age = 15.90 ± 1.13, height = 168.81 ± 7.56, body weight = 71.62 ± 16.21 participated. During a total of 8 weeks of study, the PG exercises trained on Tuesdays and Thursdays. Weightlifting performance was determined by the best total lift achieved at any of the maximal lifts on Monday, Wednesday and Friday. LES data were obtained using OptoJump protocol, calculated by the equation of Dalleau G, et al. BV were taken Tendo Weightlifting Analyzer. The effect of Olympic weightlifting training on the measured variables was assessed by magnitude-based inferences. The classification of significance depending on the effect size was made according to Rhea M 2004.

Results: The likelihood of an increase in the performance was "likely" (precision 80.9%, d = 0.498), in control group and "possibly" (precision 64.7%, d=0.32) in the PG. In the control group, the lower extremity stiffness was "very likely trivival" (precision 97% d=0.010), "very likely harmful" in the PG (81.7% d=-0.684) the likelihood of declining peak velocity in the control group was found to be "possibly" (precision 52.8% d=-0.44) and "likely" (77.1% d=-0.68) in the PG.

Conclusions: The results of this study show that plyometric training decreases LES, deteriorates weightlifting performance, and increases the likelihood of peak barbell velocity decline in young male weightlifters.

SB826

KISA SÜRELİ PLİOMETRİ VE İP ATLAMA ANTRENMANLARININ ADOLESAN BASKETBOLCULARDA VÜCUT PROFİLİ VE ATLETİK PERFORMANS ÜZERİNE ETKİSİ

***[1]Çağdaş Özgür Cengizel*, [1]Elvan Öz, [2]Elif Öz**

[1]Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara
[2]Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Ankara

***Email :** cagdasozgurcengizel@gmail.com, ozelvann@gmail.com, elifoz@gazi.edu.tr*

Giriş ve Amaç Bu çalışmanın amacı; dört haftalık alt ekstremite pliometri ve ip atlama antrenmanlarının adolesan basketbolcularda vücut profili ve atletik performans üzerine etkisinin incelenmesidir. Yöntem Çalışmaya 13-15 yaş arası 22 altyapı erkek basketbolcusu gönüllü olarak katılmıştır. Sporcular pliometri (n=11) ve ip atlama antrenman grubu (n=11) olmak üzere iki gruba ayrılmıştır. Denekler basketbol antrenmanlarına ek olarak 4 hafta boyunca 10 birim antrenmanda düzenli olarak pliometri ve ip atlama antrenmanlarına tabi tutulmuştur. Deneklerin somatotip, vücut kompozisyonu, şınav & mekik testi, sürat, çeviklik (Illinois & hexagon), sıçrama (dikey, squat, yatay, pliometrik) ölçümleri alınmıştır. Gruplar arası karşılaştırma için Mann- Whitney U, grup içi karşılaştırma için Wilcoxon eşleştirilmiş iki örnek testi kullanılmıştır. Bulgular Bu araştırmada 4 haftalık pliometri ve ip atlama antrenmanlarının sporcuların şınav, mekik, squat ve yatay sıçramalarını anlamlı arttırdığı belirlenmiştir. Bunun yanı sıra ip atlama antrenmanlarının pliometrik sıçrama ve hexagon performansını da anlamlı arttırdığı tespit edilmiştir. Alt ekstremite pliometri antrenman grubunun dört hafta sonunda vücut ağırlığı, endomorfi ve ektomorfi değerlerinin; ip atlama antrenman grubunun ise vücut kütle indeksi, endomorfi & mezomorfi değerleri ile quadriceps çevresinin anlamlı arttığı bulunmuştur. Sonuç Sonuç olarak, kısa süreli uygulanan alt ekstremite pliometri antrenmanları ile ip atlama antrenmanlarının sporcuların vücut profili ve atletik performansını etkilediği belirlenmekle birlikte, ip atlama antrenmanlarının pliometri antrenmanlarına göre atletik performans üzerinde daha etkili olduğu tespit edilmiştir. Kısa sürede daha fazla performans kazanımı elde etmek isteyen antrenörlerin ip atlama antrenmanlarını tercih etmeleri tavsiye edilebilir. Anahtar Kelimeler: basketbol, pliometri, ip atlama, adolesan

EFFECTS OF SHORT TERM PLYOMETRİC AND JUMP ROPE TRAİNİNGS ON BODY PROFILE AND ATHLETIC PERFORMANCE IN ADOLESCENT BASKETBALL PLAYERS

Introduction and Aim The purpose of this study was to investigate of four week lower extremity plyometric and jump rope trainings on body profile and athletic performance in adolescent basketball players. Methods Twenty two male infrastructure basketball players aged between 13-15 years were voluntarily participated in this study. Athletes were divided into two groups: plyometric (n=11) and jump rope training (n=11) group. Subjects performed plyometric and jump rope trainings in total 10 unit during four week in addition to basketball trainings. Subjects' somatotype, body composition, push-up & sit-up tests, speed, agility (Illinois & hexagon), jump (vertical, squat, horizontal, plyometric) measurements were taken. Mann-Whitney U test was used to compare between the groups and Wilcoxon signed rank test was used to compare intra-groups measurements. Results It was determined that four week plyometric and jump rope trainings significantly increased push-up, sit-up, squat and horizontal jump performance of the subjects. Besides jump rope trainings significantly increased plyometric jump and hexagon test performances. In addition, it was found plyometric training group's body weight, endomorph and ectomorph rates and jump rope training group's body mass index, endomorph & mesomorph rates significantly increased end of the four weeks. Conclusion In conclusion, it has been found that jump rope training is more effective on athletic performance than plyometric training, while short-term lower extremity plyometric training and rope training have been found to affect the body profile and athletic performance of athletes. It may be advisable for coaches who want to gain more performance in the short term to opt for jump rope training. Keywords: basketball, plyometric, jump rope, adolescent

SB829

FUTBOLDA YABANCİ SAYISINDAKİ ARTIŞ OYUNU ETKİLEMEMEKTEDİR

***[1]Ozan Sever*, [2]Gökhan İpekoğlu, [3]Ali Erdem Ciğerci**

[1]Atatürk Üniversitesi, Erzurum
[2]Sinop Üniversitesi, Sinop
[3]Kastamonu Üniversitesi, Kastamonu

***Email :** ozan.sever@atauni.edu.tr, gokhanipekoglu@sinop.edu.tr, aecigerci@kastamonu.edu.tr*

Çalışmada yabancı futbolcu sayısı artışının Türkiye Süper Ligi maçlarında oyuna etkisi analiz edilmeye çalışılmıştır. Bu amaçla 2014-2018 arasındaki 4 sezonda oynanan 1224 müsabakanın verileri www.mackolik.com sitesinden temin edilmiştir. 18 farklı değişken(gol, şut, pas, orta, korner, ofsayt, faul, sarı kart, kırmızı kart, isabetli şut, isabetli pas yüzdesi, rakip sahada isabetli pas yüzdesi, isabetli orta yüzdesi, topla oynama farkı, şut farkı, pas farkı, büyük takım üstünlüğü, ev sahibi üstünlüğü) ile yabancı sayısı arasındaki ilişki Pearson korelasyon testi ile analiz edilmiştir. Türkiye Süper Liginde 4 sezon içerisinde oyuna etki eden yabancı oyuncu sayısı 2014-15 sezonunda 10,43'den (%38,06) 2017-18 sezonunda 17,26'ya (%63,22) çıkmıştır. Tüm sezonlarda yabancı oyuncu sayısındaki artış doğrusal biçimde gerçekleşmiş ve istatistiksel olarak anlamlıdır(F=594,85). Yabancı sayısı ile toplam gol, şut, pas, orta, rakip sahada isabetli pas, kırmızı kart, sarı kart, korner, ofsayt, topla oynama farkı, pas farkı, şut farkı, ev sahibi üstünlüğü, büyük takım üstünlüğü arasında bir ilişkiye rastlanmamıştır. Yabancı oyuncu sayısındaki artış ile toplam pas sayısı düşük ilişki düzeyinde artmış(r=0,074), isabetli orta (r=-0,351) ve faul azalmıştır (r=-0,126). Ortaya koyulan sonuçlar yabancı sayısının artışının bu değişkenlerde oyuna etki etmediğini göstermektedir. Oyun hızı, oyun şiddeti, topun oyunda kalma süresi, koşu mesafesi, enerji tüketimi gibi fizyolojik değişkenlerin sonraki çalışmalara dâhil edilmesi daha farklı sonuçlar ortaya koyabilir.

Anahtar kelimeler: Yabancı sayısı, uluslararası oyuncu sayısı, futbol, analiz

THE INCREASE NUMBER OF FOREIGN PLAYER DOES NOT AFFECT FOOTBALL GAME

This study aimed to analyze the effect of the increase in the number of foreign players in Turkish Super League football matches. The data of 1224 competitions played in four seasons between 2014-2018 were obtained from www.mackolik.com website. The Pearson Correlation analyze was used to determine the relationship of the number of foreign players and 18 different variables (goal, shoot, pass, cross, corner, offside, foul, yellow card, red card, accurate shoot, accurate pass percentage, pass percentage in the opponent field, accurate cross percentage, ball possession difference, difference in the number of shoots, difference in the number of passes, big team advantage, home field advantage). In Turkish Super League the number of foreign players affecting the game was 10,43 in 2014-15 (38.06%) season and 17,26 (63.22%) in 2017-18 season. The increase in the number of foreign players in all seasons was linear and statistically significant (F = 594,85). No correlation was found between the number of foreign players and total goal, shoot, pass, cross, accurate pass in the opponent's field, red card, yellow card, corner, offside, difference in ball possession, difference in the number of passes, difference in the number of shoots, home field advantage and big team advantage. With the increase in the number of foreign players, the total number of passes increased (r = 0,074) and the number of crosses (r = -0,351) and fouls (r = -0,126) decreased in low-correlation. The results show that the increase in the number of foreign players does not affect the game for these variables. The inclusion of physiological variables such as game speed, game intensity, duration of ball in the game, running distance, energy consumption, etc., may lead to different results.

Key words: Number of foreign players, international players, football, analysis

SB841

8 HAFTALIK PLİOMETRİK ANTRENMANLARIN ERKEK VOLEYBOLCULARDA DURARAK UZUN ATLAMAYA ETKİSİ

[2]Ş. Barbaros Çelenk, [1]Elif Öz, [3]Elvan Öz, [4]Arslan Ekşi

[1]Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Ankara
[2]Hacettepe Üniversitesi, Egzersiz Ve Spor Bilimleri Bölümü, Ankara
[3]Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara
[4]Fenerbahçe Spor Kulubü, İstanbul

Email : *barbaros.celenk@hacettepe.edu.tr, elifoz@gazi.edu.tr, ozelvann@gmail.com, elifoz@gazi.edu.tr*

Giriş ve Amaç Sıçrama, voleybolda hücum ve savunmada (smaç, blok ve servis) sıklıkla kullanılan bir bileşendir ve oyunun sonucu üzerine doğrudan etkisi olan en önemli etmenlerden birisidir. Voleybolda sıçrama becerisi, sporcunun mümkün olduğunca yatayda uzağa ve dikeyde yükseğe sıçraması olarak tanımlanır. Sıçrama kuvvetini geliştirmek için kullanılan metotlardan birisi de pliometrik antrenmanlardır (Yıldırım T., 2010). Bu çalışmanın amacı, 8 haftalık alt ekstremite pliometrik antrenmanların voleybolcuların durarak uzun atlamasına etkisinin incelenmesidir. Yöntem Çalışmaya, kontrol grubu için 12 ve deney grubu için 12 olmak üzere toplam 24 elit erkek voleybolcu gönüllü olarak katılmıştır. Kontrol grubu 8 haftalık sürede normal voleybol antrenmanlarını yapmıştır. Deney grubuna ise, normal voleybol antrenmanlarına ek olarak haftada 2 gün voleybol antrenmanı öncesi yapılan ısınmadan sonra 8 hafta boyunca alt ekstremite pliometrik antrenman uygulanmıştır. Çalışma öncesinde deney ve kontrol grubundan ön test ölçümleri alınmış, 8 hafta sonunda ise son test ölçüm değerleri alınmıştır. Verilerin analizinde; grup içi karşılaştırma için Wilcoxon eşleştirilmiş iki örnek testi , gruplar arası karşılaştırma için ise Mann-Whitney U testi kullanılmıştır ($p<0.05$). Bulgular Deney grubu ön test ve son test durarak uzun atlama değerleri arasında anlamlı fark bulunurken, kontrol grubu ön test ve son test değerleri arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Gruplar arası karşılaştırmada, deney ve kontrol grubu arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0.05$). Sonuç 8 haftalık alt ekstremite pliometrik antrenmanların sporcuların durarak uzun atma performansına etkisi olduğu tespit edilmiştir. Antrenörlerin, voleybolcuların durarak uzun atlama performansını geliştirmek için pliometrik antrenmandan faydalanmaları tavsiye edilebilir. Anahtar kelimeler: voleybol, pliometri, durarak uzun atlama, antrenman

EFFECT OF 8-WEEK PLYOMETRİC TRAINING ON STANDING LONG JUMP IN MALE VOLLEYBALL PLAYERS

Jumping is a component that is often used in attacking and defending in volleyball and is one of the most important factors that have a direct effect on the result of the game. The skill of jumping in volleyball is defined as the jumping of the athlete as far as possible horizontally and as far as possible vertically. One of the methods used to improve jump strength is plyometric training (Yıldırım T., 2010). The purpose of this study is to examine the effect of 8-week lower extremity plyometric training on standing long jump of volleyball players. A total of 24 elite male volleyball player, 12 for the control group and 12 for the experimental group, voluntarily participated in the study. The control group performed regular volleyball training in 8 weeks. The lower extremity plyometric training was applied for 8 weeks after warming before volleyball training for 2 days a week for the experimental group in addition to volleyball training. Pre-test measurements were taken from the experimental and control groups before the study; at the end of 8 weeks post-test measurements were taken. Wilcoxon signed ranked test was used for intra-group comparison and Mann-Whitney U test was used for inter-group comparison. There was a significant difference between the standing long jump values of the experiment group between pre-test and post-test, while no significant difference was found between control group pre-test and post-test values. In comparison between groups, there was a significant difference between experiment and control group. It has been determined that 8-week lower extremity plyometric trainings have an impact on standing long jump performance of volleyball players. It may be advisable for the coaches to benefit from the plyometric training in order to improve the standing long jump performance of the volleyball players. Key words: volleyball, plyometric, standing long jump, training

SB844

AKTİF VİDEO OYUNLARI VE BOSU TOPU EGZERSİZLERİ KUVVETİ GELİŞTİREBİLİR Mİ?

[1]Abdurrahman Demir, [2]Manolya Akın

[1]Harran Üniversitesi, Sağlık Meslek Yüksekokulu, Fizyoterapi, Şanlıurfa
[2]Mersin Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı, MERSİN

Email : *,*

Bu çalışmada; aktif video oyunları ve bosu topu ile yapılan antrenmanların çocukların ayak bileği dorsifleksiyon ve quadriceps kuvveti gelişimlerine ne denli etkili olduğunu belirlemek amaçlanmıştır.

Araştırmaya, yaş ortalamaları 9,48 olan 60 çocuk Mersin Üniversitesi Etik kurulundan izin alınarak Helsinki kriterlerine uygun bilgilendirilmiş olur alma formu ile gönüllülük esasına göre katılmıştır. Spor yapmamış ve ön test sonuçlarına göre fiziksel özellikleri birbirine yakın olan çocuklardan rastgele örneklem ile aktif video oyunu oynayan 1 grup, boşu egzersizleri yapan 1 grup ve herhangi bir antrenman yapmayan kontrol grubu oluşturulmuştur. Aktif video oyunu grubuna, ‘’nintendo wii’’ ve bosu egzersizi grubuna da, bosu toplarıyla haftada üç gün 8 haftalık antrenman yaptırılmıştır. Tüm grupların ön ve son test kuvvet ölçümleri ‘Lafayette’ dijital el dinamometresi kullanılarak ölçülmüş ve gruplar arasındaki farklara bakılmıştır. Katılımcılardan, sırayla sağ-sol ayak dorsifleksiyon, sonra sağ-sol quadriceps kuvvet ölçümleri 5 saniye süreli istemli kasılma gerçekleştirmeleri istenmiş ve aralarda 1 dakikalık dinlenme yaptırılmıştır. Her ölçüm iki defa tekrarlanmış iyi olan sonuç kaydedilmiştir. Parametrik sonuçlar için iki yönlü varyans analizi, non-parametrik sonuçlar için ise kruskall wallis testi uygulanmıştır.

Çalışmaya başlamadan önce yapılan ölçümlerde gruplar arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür (p>,05). Araştırma sonrasında yapılan tüm ölçümlerde ise aktif video grubu ile kontrol grubu arasında fark olmadığı(p>,05), bosu topu ile aktif video oyunu ve kontrol grubu arasında anlamlı fark olduğu görülmektedir (p<,05).

Araştırmamızda bosu topu ile yapılan egzersizlerin hem quadriceps hem de dorsifleksiyon kuvvetini anlamlı bir şekilde geliştirdiği bulunmuştur. Aktif video oyunu ve kontrol gurubunda ise anlamlı bir gelişimin olmadığı görülmüştür.

Bu sonuç bize bosu topu ile yapılan egzersizlerin 10 yaş grubu çocuklarda, dorsifleksiyon ve quadriceps kuvvet gelişimini arttırdığını ama aktif video oyunlarının artırmadığını göstermektedir. Bu bağlamda aktif video oyunlarının kuvveti geliştirmek için alternatif bir yöntem olarak kullanılması önerilmez.

Anahtar Kelimeler : Aktif video oyunu, Bosu topu antrenmanları, Kuvvet gelişimi

CAN ACTIVE VIDEO GAMES AND BOSU BALL EXERCISES IMPROVE TO STRENGTH?

In this study; active video games and bosu ball training to children's ankle dorsiflexion and quadriceps strengh development is aimed to determine how effective.

60 children aged mean 9,48 years old participated in the research voluntarily on informed consents from according to Helsinki criteria by taking permission from Mersin University Ethics Committe. One group that did not play sports and one that played active video games, one group that did bosu ball exercises, and a group that did not perform any training were created by random sample which has physical properties close to each other according to pre-test results. The active video game group, " nintendo wii " and the bosu exercise group were also trained for three weeks a week for 8 weeks. The pre- and post-test force measurements of all groups were

measured using the 'Lafayette' digital hand dynamometer and the differences between the groups were examined. Two-way analysis of variance was used for parametric results, and kruskall wallis test for non-parametric results.

There was no significant difference between the groups before the study started(p>, 05). There was no difference between the active video group and the control group in all the measurements made after the study(p> 05). There is a significant difference between bosu ball and active video game and control group(p <0,05).

In our study, it was found that exercises made with bosu balls improved both quadriceps and dorsiflexion force significantly.There has been no significant improvement in active video game and control group.

This result shows that the exercises made with the bosu ball increase the development of dorsiflexion and quadriceps strench in children of 10 years group, but active video games do not increase.

Key words: Active video game, Bosu ball training, Strength development

SB846

UZUN MESAFE KOŞUCULARIN FONKSİYONEL HAREKET ANALİZİ'NE GÖRE NORMATİF DEĞERLERİNİN BELİRLENMESİ

***[1]Celal Bulğay*, [2]Ali Zorlular, [2]Nihan Kafa, [1]Ebru Çetin, [3]Pelin Aksen Cengizhan**

[1]Spor Bilimleri Fakültesi Gazi Üniversitesi ANKARA
[2]Sağlık Bilimleri Fakültesi Gazi Üniversitesi ANKARA
[3]Spor Bilimleri Fakültesi Kırıkkale Üniversitesi KIRIKKALE

***Email :** celalbulgay@hotmail.com, a.zorlular@gmail.com, nkaratas@gazi.edu.tr, cetinebruu@gmail.com, pelinaksen@hotmail.com*

Bu çalışmanın amacı; uzun mesafe koşucuların fonksiyonel hareket analizine göre normatif değerlerinin belirlenmesidir. Sezon öncesi tarama yapılarak sporcuların aşırı sakatlanma riskini azaltabildiği düşünülen FHA test bataryası, normatif veriler oluşturmak ve sporcularda potansiyel yaralanma riskini belirlemek için kullanılmaktadır. Yapılan araştırmaya 13 kadın 29 erkek toplam 42 uzun mesafe koşucusu katılmıştır. Bu sporcuların 25'i ise sakatlanma geçmişine sahiptir. Sporcular, 19.71±4.08 yaş, 167.48±7.89 boy uzunluğu (cm), 56.31±7.20 vücut ağırlığı (kg) ve 5.62±2.95 antrenman yaşı ortalama değerlere sahiptirler. FHA testi KİT cihazı ile alınmıştır. Sporcular bu test kapsamında toplamda 7 hareket yapmıştır. Elde edilen toplam puan kişinin fonksiyonel kapasitesi olarak ölçülmüştür. Her bir hareket 0-3 puan arasında puanlandırılmıştır. Sporcuların toplam FHA puan ortalaması 17.90 olarak belirlenmiştir. Verilerin değerlendirilme sürecinde öncelikli olarak tanımlayıcı istatistik yapılmıştır. Cinsiyet, sporcu deneyimi ve sakatlıkların puanlara etkisini incelemek amacıyla bağımsız t- testi kullanılmıştır. Sonuç olarak; FHA skorlarında sakatlama geçmişi olan koşucularda anlamlı bir fark bulunmazken dönüş stabilitesinde, cinsiyet ve spor deneyimi değişkenlerinde anlamlı farklılıklar ($p<0.05$) bulunmuştur. Bu çalışmanın sonuçları uzun mesafe koşucularının FHA skorları için normatif değerler oluşturmaktadır.

FUNCTIONAL MOVEMENT SCREENTM – NORMATIVE VALUES IN HEALTHY DISTANCE RUNNERS

The purpose of this article is to establish normative FMS values for distance runners. The FHA test battery, which is thought to reduce athlete's risk of over-injury by pre-season screening, has been used to establish normative data and to determine the risk of potential injury to runners. 13 female 29 male total 42 voluntarily participated in the study, A total of 25 runners are injured stories. Age (19.71±4.08 years), body height (167.48 ±7.89 cm), body weight (56.31 ± 7.20 kg) and (athlete experience 5.62±2.95 years). Test were made via KIT device. Runners can measure the functional capacity of the total score obtained by performing 7 movements in total with this test. Each movement is scored between 0-3 points. While The average FHA score of the athletes is 17.90 Descriptive statistics were calculated; independent t- tests were performed to examine the effect of gender, experience and injury on scores. In study's results, There was no significant difference in the runners with injury experience in FMS sports, but A significant relationship was found between rotary stability to male and female athletes and novice and experienced athletes ($p <0.005$). This study provides normative values for FMS scores when testing uninjured distance runners.

SB851

FUTSAL OYUNUNDA PERFORMANS TAKİBİ VE ANALİZİ: AKTİF OYUN SÜRESİ, SPRİNT SAYISI, KALP ATIM SAYISI, LAKTAT DÜZEYİ VE ALGILANAN ZORLUK DERECESİ PARAMETRELERİ AÇISINDAN BİR DEĞERLENDİRME

***[1]Sümer Alvurdu*, [1]Kader Ceylan Keskin, [2]Onat Çetin, [1]Mehmet Koçak, [1]Ömer Şenel**

[1]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA
[2]Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, SAKARYA

***Email :** sumeralvurdu@gazi.edu.tr, kaderceylankeskin@gmail.com, onatcetin2007@gmail.com, mkocak@gazi.edu.tr, osenel@gazi.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmada, futsal oyuncularının müsabaka süresince aktif oyun süresi (AOS), sprint sayısı (SS), ortalama kalp atım sayısı yüzdesi (ortKAS%), laktat düzeyi (LaD) ve algılanan zorluk derecesi (AZD) parametreleri açısından performanslarının takibi ve değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: 2017-2018 sezonunda üniversitelerarası süper lige yükselme grubunda bir futsal takımının oynadığı dört müsabakada görev alan toplam 8 erkek futsal oyuncusu (yaş, 21.3±1.30yıl, boy: 175.0±4.20cm, vücut ağırlığı, 71.1±4.1kg) çalışma kapsamına alınmıştır. Çalışmada oyuncuların AOS, SS, ortKAS% değişimleri Polar Team Pro (Kempele, Finland) ile kayıt altına alınmıştır. Oyuncuların LaD her oyuncu değişikliğinde portatif laktat analizörü (Lactate Plus, Germany) ile ölçülmüştür. Oyuncuların müsabaka esnasında AZD ise, Borg skalasına göre 6-20 arasında değerlendirilmiştir. Elde edilen verilerin ortalama ve standart sapma değerleri hesaplanmış ve ilgili parametreler arasındaki ilişkiler Spearman Rho korelasyon testi ile değerlendirilmiştir. Ayrıca, ilk yarı ile ikinci yarı, mevkiler ve müsabakalar arası farklılıklar Kruskal Wallis testi ile sınanmış ve farklılaşmanın kaynağını belirlemek amacı ile Mann-Whitney U testi uygulanmıştır. Anlamlılık düzeyi 0,05 olarak kabul edilmiştir.

Bulgular: Futsal oyuncularının müsabakalardaki AOS, SS, ortKAS%, LaD ve AZD parametreleri ortalamaları sırasıyla 18.2±1.8 dk; 20.2±4.4; %85.0±4.8; 7.1±2.0 mmol; 15.5±2.8 olarak bulunmuştur. Korelasyon sonuçlarına bakıldığında, AOS ile LaD (r=0.333); AOS ile AZD (r=0.312); LaD ile AZD (r=0.849) ve AOS ile ortKAS% (r=0.487) arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu görülmüştür. Futsal oyuncularının SS, mevkilere göre hücum oyuncuları lehine (Z=-5.162) farklılık göstermektedir. Ayrıca, oyuncuların LaD (Z=-2.439) ve AZD (Z=-3.966) ikinci yarı lehine anlamlı farklılık göstermektedir. Müsabakalar arası karşılaştırmalarda ise, 1. ile 2. müsabaka arasında LaD ve AZD (sırasıyla Z=-2.419; Z=-2.907) farklılık gösterirken; diğer müsabakalar arasında performans parametreleri açısından anlamlı farklılıklar tespit edilmemiştir.

Sonuç: Futsal oyuncularının AOS içerisinde gösterdikleri yüksek yoğunluktaki aktivitelerin art arda tekrarlayan müsabakalarda farklılaşmadığı belirlenmiştir. Oyuncuların ikinci yarı içerisinde ilk yarıya göre daha çok fiziksel yüklenmelerle karşı karşıya kaldıkları ve hücum oyuncularının daha çok sprint gerçekleştirdikleri tespit edilmiştir.

PERFORMANCE MONITORING AND ANALYSIS IN FUTSAL: AN EVALUATION IN TERMS OF WORK-TIME, NUMBER OF SPRINTS, HEART RATE, LACTATE LEVEL, AND RATING OF PERCEIVED EXERTION PARAMETERS

Introduction and Purpose: The aim of the current study is to evaluate the performance of futsal players in terms of work time (WT), number of sprints (NS), percentage of mean heart rate (meanHR%), lactate level (LaL) and rate of percieved exertion (RPE) parameters throughout the game.

Method: Four matches played by a futsal team in the 2017-2018 season inter-universities super league qualifiers group included and eight male futsal players (age 21.3±1.30 years, height 175.0±4.20 cm, body weight 71.1±4.1 kg) playing in these matches participated in the study. WT, NS and meanHR% of players were recorded by Polar Team Pro. LaL of the players were measured by portable lactate analyzer every substitution. RPE of players were evaluated by Borg 6-20 scale. The mean and standard deviation values of the obtained data were calculated and the relations between the related parameters were evaluated by Spearman Rho correlation test. Kruskal Wallis and the Mann-Whitney U test was performed to determine the source of variation.

Findings: WT, NS, meanHR%, LaL and RPE of each player during matches were 18.2±1.8dk; 20.2±4.4; %85.0±4.8; 7.1±2.0mmol; 15.5±2.8 respectively. Positive correlation was found between WT and LaL; WT and RPE; LaL and RPE; and WT and meanHR%. The NS of futsal players differ according to the positions in favor of offensive players. It was found that the players' LaL and RPE are significant in favor of the second half. There was a difference between the first and second match between LaL and RPE, no significant differences were found in performance parameters between the other matches.

Result: It was determined that high intensity activities performed by the futsal players did not differ in consecutive matches. It has been found that the players were exposed with more physical loads in the second half, and the offensive players performed more number of sprints.

SB853

İŞİTEN VE İŞİTME ENGELİ OLAN FUTBOLCULARIN GÖRSEL UYARANA TEPKİ ÇABUKLUĞU PERFORMANSLARININ KARŞILAŞTIRILMASI

***[1]Mustafa Bozkayalar*, [1]Eylem Çelik, [1]Halit Egesoy, [1]Ahmet Alptekin**

[1]PAMUKKALE ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ,DENİZLİ

***Email :** mustafa.bozkayalar@gmail.com , eylemc@pau.edu.tr, hegesoy@pau.edu.tr, aalptekin@pau.edu.tr*

Giriş: İşitme engelli öğrenciler fiziksel yeterlilik yönünden işiten çocuklardan pek farklı değildir. Yapılan çalışmalarda vücut kompozisyonu, kuvvet, esneklik, hız ve kardiyovasküler dayanıklılık ölçümlerinde anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Performansta yaşa ve cinsiyete bağlı farklılıklar görülmüştür. Takım sporlarda oyun dinamiklerinin rakibin ve topun durumuna göre değişmesi ile sporcuların sürekli yeni kararlar vermesi gerekmektedir. Burada sporcu tarafından yapılacak doğru önceleme ve verilecek doğru karar, sporcunun maksimum performans göstermesine katkıda bulunur. Amaç: İşiten ve işitme engeli olan futbolcuların görsel uyarana tepki çabukluğu performanslarının karşılaştırılmasıdır. Yöntem: Çalışma Denizli Yeşilköy İşitme Engelliler futbol takımından 15 işitme engelli futbolcu (XYaş = 16.46±0.99 yıl, XAntYaş=4.07±1.53 yıl, XBoy=173.2±5.84cm, XVA= 65.73±7.94 kg) ile, Denizlispor U-16 takımından 20 futbolcunun (XYaş=15.95±0.22yıl, XAnt.Yaşı= 5.80±1.43 yıl, XBoy= 177.0 ±5.82 cm, XVA= 64.9±5.91 kg) gönüllü katılımı ile yapılmıştır. Görsel uyarana tepki çabukluğunun ölçümü için açık beceri çabukluk test sistemi (SportExpert VSTS-100, TR) ve reaktif çabukluğun ölçümünde açık beceri çabukluk test protokolü (Farrow, 2010) kullanılmıştır. Açık beceri çabukluk test değişkenleri; hareket zamanı, sprint zamanı, karar verme zamanı ve toplam çabukluk zamanı olarak belirlenmiştir. Toplanan veriler parametrik koşulları sağladığı için işiten ve işitmeyen futbolcular arasındaki hareket zamanı, karar verme zamanı, sprint zamanı ve toplam çabukluk zamanı değerleri arasında fark olup olmadığı bağımsız gruplarda t-test ile analiz edilmiştir. Bulgular: İşiten ve işitme engelli olan futbolcuların sprint zamanı ($t = -1.74$) ve karar verme zamanları ($t = 1.40$) arasında anlamlı bir fark olmadığı ($p>0.05$), hareket zamanı ($t = -4.65$) ile toplam çabukluk zamanları ($t = -3.43$) arasında işiten futbolculara yönelik anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$). Sonuç: Yapılacak çalışmalarda, futbol antrenmanları ve diğer koşulların (lig seviyesi, müsabaka durumları, yıl içinde yapılan antrenman süreleri, antrenman içerikleri) her iki grup için de standart hale getirilmesi durumunda, işitme engelli futbolcuların özellikle karar verme zaman değerlerinde anlamlı bir gelişme olacağı düşünülmektedir. Anahtar Kelimeler: Görsel uyarana tepki çabukluğu, Karar verme zamanı, Futbol.

COMPARISON OF REACTIVE AGILITY PERFORMANCES OF THE HEARING-IMPAIRED AND HEARING SOCCER PLAYERS

Introduction: Hearing impaired students are not much different from hearing children in terms of physical competence. There were no significant differences were found in measurements of body composition, strength, flexibility, speed and cardiovascular endurance in the studies performed. There were a significant differences were found in gender and age for physical performances. Especially in team games, athletes have to make new decisions constantly in the game, In addition to perception, this situation also emphasizes the ability to make decisions. Objective: To compare the reactive agility performances between the hearing-impaired and the hearing soccer players. Method: The study was provided with 15 hearing-impaired soccer players in Denizli Yeşilköy Sports Club (XAge=16.46±0.99 yıl, XTrainingAge=4.07±1.53 yıl, XHeight=173.2±5.84 cm, XBodyWeight=65.73±7.94 kg) and 20 hearing soccer players from Denizlispor U-16 team (XAge=15.95±0.22 yıl, XTrainingAge=5.80±1.43 yıl, XHeight=77.0±5.82 cm, XBodyWeight= 64.9±5.9 kg). The open- skill agility test protocol was used to measure reactive agility perfromances of subjects. The validity and reliability of this test was performed by Farrow (2010). Open-skill agility test variables; movement time, sprint time, decision- making time and total agility time. As the collected data provided parametric conditions, it was analyzed by Independent Groups t-test whether there was a difference between the time of movement, decision-making time, sprint time and total agility time between hearing and hearing-impaired soccer players. Results: As a result of the measurements between hearing-impaired and hearing soccers, there was no significant difference between sprint time and decision-making time ($p> 0,05$) and there was a meaningful difference between

movement time and total agility time (p<0,05). Conclusion: It is thought that when football training and other conditions (league level, competitions, training sessions during the year, training contents) are standardized in both groups, there will be a meaningful difference in decision-making times especially for hearing-impaired soccer players.

Keywords: Reactive agility, Decision making time, Soccer.

SB854

KALİSTENİK VE PİLATES EGZERSİZLERİNİN PREMENOPOZ SEDANTER KADINLARDA VÜCUT KOMPOZİSYONU VE AEROBİK GÜCE ETKİLERİ

***[1]Ülfet Erbaş*, [1]Ömer Şenel**

[1]ANKARA

Email : *ulfeterbas@gmail.com, ozenel@gazi.edu.tr*

Bu çalışmanın amacı; kalistenik ve pilates egzersizlerinin premenopoz sedanter kadınlarda vücut kompozisyonu ve aerobik güç üzerindeki etkilerini belirlemektir. Araştırmaya 30-45 yaşları aralığında premenopoz dönemde olan toplam 63 sağlıklı kadın gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmaya katılan denekler kalistenik egzersiz grubu (KEG) (n:23), pilates egzersiz (PE) (n:20) ve kontrol grubu (KG) (n:20) olmak üzere 3 gruba ayrılmıştır. KEG ve PE gruplarına 12 hafta süresince, haftada 3 gün 50-60 dakika egzersiz programları uygulanmıştır. Kontrol grubuna (KG) herhangi bir egzersiz programı uygulanmamıştır Deneklerin egzersiz programı öncesi ve sonrası olmak üzere vücut ağırlığı, vücut yağ ağırlığı, yağ yüzdesi, yağsız vücut ağırlığı, beden kütle indeksi, bel/kalça oranı ve aerobik güç ölçümleri standardize edilmiş testlerle belirlenmiştir. Araştırma sürecinde tüm deneklere herhangi bir beslenme rejimi uygulanmamıştır. Araştırma sonunda elde edilen veriler SPSS 15.0 paket programında, Anova, t test ve Tukey testi ile analiz edilmiştir. Çalışma sonunda, kontrol grubunda vücut ağırlığı, yağ yüzdesi, yağ ağırlığı ve beden kütle indeksinde anlamlı derecede artış görülürken ($p<0.01$, $p<0.05$), yağsız vücut ağırlığında anlamlı azalma tespit edilmiş olup ($p<0.05$) bel/kalça oranı ve aerobik güç değerlerinde anlamlı bir değişim gözlemlenmemiştir. KEG grubunda vücut yağ yüzdesi ($p<0.01$), vücut yağ ağırlığı ve bel/kalça oranı değerlerinde anlamlı bir azalma ($p<0.05$) ve aerobik güç değerlerinde anlamlı bir artış tespit edilmiş ($p<0.01$), diğer parametrelerde ise, anlamlı bir değişim tespit edilmemiştir. PE grubunda ise; vücut yağ yüzdesi, yağsız vücut ağırlığı ve bel/kalça oranı değerlerinde anlamlı bir azalma gözlenirken ($p<0.05$), diğer parametrelerde değişim gözlenmemiştir. Sonuç olarak, kalistenik egzersiz uygulamasının vücut yağ yüzdesi, bel/kalça oranı ve aerobik güç değerleri üzerinde, pilates egzersiz grubunun ise; vücut yağ yüzdesi, yağsız vücut ağırlığı ve bel/kalça değerleri üzerinde olumlu etkileri olduğu söylenebilir. Düzenli uygulanan kalistenik ve pilates egzersiz programlarının genel sağlığın korunması açısından önemli olduğu söylenilebilir.

THE EFFECTS OF CALISTHENIC AND PILATES EXERCISES ON BODY COMPOSITION AND AEROBIC POWER PREMENOPAUSAL SEDENTARY WOMEN

The purpose of this study is to determine the effects of calisthenic and Pilates exercises on body composition and aerobic power in premenopausal sedentary women.A total of 63 healthy women who were in the premenopausal period between the ages of 30-45 years participated in the study voluntarily.Subjects participating in the study were divided into 3 groups:calisthenic exercise group(CEG)(n:23),Pilates exercise(PEG)(n:20) and control group(CG)(n:20).The CEG and PEG were given 50-60 min. of daily exercise programs for 12 weeks,3 days a week.No exercise program was administered to the CG.Body mass,body fat mass,fat percentage,lean body mass,body mass index,waist/hip ratio and aerobic power measurements of the subjects were determined by standardized tests before and after the exercise programs.No nutritional regimens were administered to any one of the subjects during the study period.The data obtained at the end of the study were analyzed using SPSS 15.0 package program with Anova, t test and Tukey test.At the end of the study,body mass,fat percentage,fat mass and body mass index increased significantly($p<0.01$, $p<0.05$) and a significant decrease in lean body mass was found($p<0.05$) in the control group while no significant change in waist/hip ratio, and aerobic power values was observed.In the CEG, body fat percentage($p <0.01$), body fat mass and waist/hip ratio values significantly decreased($p <0.05$) and a significant increase in aerobic power values were found($p <0.01$), while no significant change was detected in other parameters.In the PEG, body fat percentage,lean body mass, and waist/hip ratio values decreased significantly($p <0.05$), while no change was observed in other parameters.In conclusion, it can be argued that calisthenic exercises have positive effects on body fat percentage,waist/hip ratio and aerobic power values while Pilates exercises have positive effects on body fat percentage,lean body mass, and waist/hip values.It can be asserted that regular calisthenic and Pilates exercise programs are important in terms of general health

SB855

DEZAVANTAJLİ ÇOCUKLARDA TEMEL FUTBOL ANTRENMANININ BAZI MOTORİK ÖZELLİKLERE ETKİSİ

[1]Atalay Kaya, [2]Nimet Haşıl Korkmaz, [3]Şerife Vatansever, [4]Serkan Pancar, [5]Sadettin Erol, [6]Hüseyin Topçu, [7]Yakup Birinci, [8]Atalay Kaya

[1]Uludağ ÜniversitesiEğitim Bilimleri Enstütüsü
[2]U.Ü.Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi Öğretmenliği Bölümü
[3]U.Ü. Spor Bilimleri Fakültesi Antrenörlük Bölümü
[4]Yeniceabat Anadolu Lisesi, Bursa
[5]Uludağ Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü,Bursa
[6]Uludağ Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi
[7]Hacı Sevim Yıldız Teknik Ve Anadolu Lisesi
[8]1Uludağ Üniversitesi,Eğitim Bilimleri EnstütüsüBursa

Email : *, nhasil@uludag.edu.tr, serife@uludag.edu.tr,*

Bu çalışmanın amacı, dezavantajlı çocuklarda temel futbol antrenmanın bazı motorik özelliklere etkisini incelemektir. Çalışmaya 9-14 yaş aralığında 29 dezavantajlı çocuk katılDI. Katılımcıların 6 ay boyunca haftada 2 gün temel futbol antrenmanı yapması sağlandı. Katılımcıların boy ort.144,76 ±10,49 cm,kilo ort. 40,52±9,09 kg, BMI ort.19,17 ±3,49 olduğu görüldü. Çalışmamız ön test-son test deneme modeli olarak yapıldı. Antrenman dönemi başlamadan önce ve antrenman döneminin sonunda fiziksel aktivitelerin uygunluk parametrelerinin ölçümünde Eurofit test bataryası kullanıldı. Ölçümlerin aynı kişiler tarafından, günün aynı saatinde yapılmasına dikkat edildi. Verilerin analizi spss 23.0 programı kullanılarak bağımlı t testi ile yapıldı ve anlamlılık düzeyi $p<0.05$ olarak belirlendi. Analiz sonuçlarına göre; katılımcıların boy uzunluğu, vücut ağırlığı, flamingo denge testi, kulaç uzunlukları, bükülü kol asılma, 10*5 m koşu, mekik koşusu, 30 sn mekik ve durarak uzun atlama da anlamlı fark tespit edildi ($p<0.05$). Ancak kol hareket hızı, otur-eriş esneklik ve el kavrama kuvveti sonuçlarında ön test- son test sonuçlarında anlamlı farklılık görülmedi ($p>0.05$). Sonuç olarak 6 aylık temel futbol antrenmanının dezavantajlı çocuklarda bazı fiziksel uygunluk parametrelerini arttırmaktadır.

THE EFFECT OF BASIC FOOTBALL TRAINING ON SOME MOTORIC CHARACTERISTICS IN CHILDREN

The aim of this study was to examine the effect of basic football training on some motor characteristics in children. 29 disadvantaged children who were 9-14 aged participated in this study. Participants were provided basic football training for 2 days a week for 6 months. The mean height of participants was 44, 76 ± 10.49 cm, weight average. 40,52 ± 9,09 kg, BMI was 19,17 ± 3,49. Our study was conducted as a pre-test-post-test trial model. The Eurofit test battery was used before the training session was started and at the end of the training session in order to assessement physical fitness. It was noted that the measurements were made by the same people at the same time of day. In the analysis of the data, the dependent t test was used with the SPSS 23.0 program and significant level was determined as $p <0.05$. According to the analysis results; Significant differences were found in the participants' height, body weight, flamingo balance test, femur length, twisted arm hanging, 10 * 5 m running, shuttle running, 30 second shuttle and standing jump. However, there was no significant difference between pre-test and post-test results in arm movement speed, sit and reach flexibility and hand grip strength ($p> 0.05$). 6 months basic soccer practice increases some physical fitness parameters in disadvantaged children.

SB857

STATİK DENGE İLE SIÇRAMA KUVVETİ İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

[1]Şebnem Şarvan Cengiz,

[1]Manisa Celal Bayar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Email : *csebnem@gmail.com,*

ÖZET Amaç: Bu çalışmanın amacı genç bireylerde statik denge becerileri ile yatay ve dikey sıçrama performansları arasındaki ilişkileri incelemektir. Metot: Çalışmaya yaş ortalamaları 21,54 (±2,085), boy ortalamaları 179,46 cm (±9,727) ve kilo ortalamaları 75,42 kg (±15,362) olan herhangi bir sağlık problemi bulunmayan sedanter 24 erkek gönüllü olarak katılmıştır. Deneklerin denge ölçümleri Techno-Body cihazı kullanılarak ölçülmüş, statik denge değerleri de Denge Hata Skoru sistemi kullanılarak belirlenmiştir. Yatay ve dikey sıçrama testleri uygulanarak yatay ve dikey sıçrama mesafeleri ölçülmüştür. Bulgular: Çalışma grubunu oluşturan katılımcıların dikey sıçrama ortalamaları 46,43 cm (±9,274), yatay sıçrama ortalamaları 199,98 cm (±31,733) olarak bulunmuştur. Aynı grubun denge skorları incelendiğinde çift ayak denge hata skoru ortalamaları 970,75 (±217,739), sağ ayak denge hata skoru 1467,88 (±341,263) ve sol ayak denge hata skoru ise 1284,17(±305,291) olarak tespit edilmiştir. Katılımcıların statik denge becerileri ile yatay ve dikey sıçrama performansları arasındaki ilişkiyi belirlemek için Regresyon analizleri uygulanmıştır. Anlamlılık düzeyi 0.05 olarak belirlenmiştir. Sonuç: Elde edilen veriler sonucunda dikey ve yatay sıçrama performansı ile çift ayak, sağ ayak ve sol ayak statik denge puanları arasında ilişki olmadığı belirlenmiştir (p>0,05). Sonuç olarak; bu çalışmadan elde edilen veriler doğrultusunda çift ayak, sağ ayak ve sol ayak statik denge becerisinin yatay ve dikey sıçrama değerlerini yordamadığı söylenebilir. Anahtar kelimeler: Statik denge, yatay sıçrama, dikey sıçrama

INVESTIGATION OF THE STRENGTH RELATİONSHIP WITH STATIC BALANCE

SUMMARY Objective: The aim of this study is to examine the relationship between static balance skills and horizontal and vertical jump performances in young individuals. Methods: A total of 24 male volunteers participated in the study, with a mean age of 21.54 (± 2,085), a mean height of 179.46 cm (± 9,727) and a weight average of 75.42 kg (± 15,362). Balance measurements of the subjects were measured using the Techno-Body device, and static balance values were also determined using the Balance Error Score system. Horizontal and vertical jumping tests were applied to measure horizontal and vertical jump distances. Findings: Vertical jump averages of participants 46.43 cm (± 9,274) and horizontal jump averages 199.98 cm (± 31,733) were found in the participants of the study group. When the balance scores of the same group were examined, the average of double foot balance error score was 970,75 (± 217,739), right foot balance error score was 1467,88 (± 341,263) and left foot balance error score was 1284,17 (± 305,291). Regression analyzes were applied to determine the relationship between participants' static balance skills and horizontal and vertical jump performance. The level of significance was set at 0.05. Conclusion: As a result of the obtained data, there was no relation between vertical and horizontal jump performance and static balance scores of double leg, right foot and left foot (p> 0,05). As a result; it can be said that the horizontal and vertical jump values of the dual foot, right foot and left foot static balance technique in the direction of the data obtained from this study can not be predicted. Key words: Static balance, horizontal jump, vertical jump

SB871

GENÇ KADIN BASKETBOLCULARDA AKUT TİTREŞİM UYGULAMALARININ SERBEST ATIŞ İSABETİ ÜZERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

[1]Emre Şimşek, [2]Osman Dişçeken, [1]Hayati Arslan, [1]Yahya Polat

[1]Erciyes Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, KAYSERİ
[2]Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Spor Bilimleri Ve Teknolojisi Yüksekokulu, NEVŞEHİR

Email : *emre.smsk@hotmail.com, osmandisceken@gmail.com, hayatiarslan@erciyes.edu.tr, ypolat@erciyes.edu.tr*

Genç Kadın Basketbolcularda Akut Titreşim Antrenmanlarının Serbest Atış İsabeti Üzerine Etkisinin İncelenmesi ÖZET Bu çalışmanın amacı genç kadın basketbolculara uygulanan akut titreşim antrenmanlarının serbest atış isabeti(SAİ) üzerine etkisini incelemektir. Çalışmaya herhangi bir sağlık problemi bulunmayan deney grubunda 13(15,77 ± 1,01 yaş), kontrol grubunda 14(14,57 ± 0,65 yaş) olmak üzere toplam 27 kadın basketbolcu katılmıştır. Deney grubuna 30 Hz'de 30 sn boyunca Advanced Push-Up, Advanced Triceps, Advanced Biceps, Shoulder Press hareketleri 30'ar sn dinlenme periyotları ile uygulanmıştır. Uygulanan egzersiz protokolü öncesi(ön test) ve sonrasında(son test) serbest atış çizgisinden nizami 10 atış yaptırılmış ve isabet eden her atış not edilmiştir. Verilerin analizinde grupların kendi içerisinde ön test ve son test sonuçları arasındaki farklılıkları belirlemek için bağımlı örneklemlerde t testi, gruplar arasındaki farklılıkları belirlemek için ise bağımsız örneklemlerde t testi uygulanmıştır. Elde edilen tüm değerler arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla da Pearson Korelasyon testi uygulanmıştır. Çalışmaya katılan deney ve kontrol gruplarına ait, ön test SAİ değerleri arasında anlamlı farklılık tespit edilemezken($p>0.05$), son test SAİ değerleri arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir($p<0.01$). Kontrol grubunun ön test ve son test SAİ değerleri arasında anlamlı farklılık tespit edilirken($p<0.05$), deney grubunun ön test ve son test SAİ değerlerinde anlamlı farklılık tespit edilememiştir($p>0.05$). Kontrol grubunun vücut ağılığı ile son test SAİ arasında negatif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir($r= -,563$ | $p<0.05$). Kontrol grubunda SAİ değerlerinde anlamlı farklılığın öğrenme etkisiyle oluştuğu, deney grubunda ise uygulanan titreşim antrenmanlarının öğrenme etkisini ortadan kaldırdığı ve SAİ değerleri üzerine olumlu bir etkisinin olmadığı düşünülmektedir. Akut titreşim antrenmanlarının SAİ üzerine etkisinin daha iyi anlaşılması için örneklem sayısının artırılarak daha geniş kapsamlı bir çalışma yapılması önerilmektedir. Anahtar Kelimeler: Titreşim, Serbest Atış, İsabet, Basketbol

INVESTIGATION OF THE EFFECTS OF ACUTE VIBRATION TRAINING ON FREE THROW ACCURACY OF YOUNG WOMEN BASKETBALL PLAYERS

Investigation of the Effects of Acute Vibration Training on Free Throw Accuracy of Young Women Basketball Players This study aims to investigate the effect of acute vibration trainings applied to young women basketball players on their free throw accuracy. 27 young women basketball players who do not have any health problems were participated as 13 (15,92 ± 1,19) in experiment group and 14 (14 ± 0,55) in control group. Advanced Push-Up, Advanced Triceps, Advanced Biceps, Shoulder Press actions were applied to experiment group at 30 Hz for 30 seconds with resting periods of 30 second for each action. Before (pre-test) and after (post- test) the exercise protocol applied, the participants were made to have 10 regular shots at free throw line and each shot scored was noted. Independent Samples t Test was run in order to find out within-group differences between pre-test and post-test results; Paired Sample t Test was run in order to find out between-group differences. In order to identify the relationship between the values obtained, Pearson Correlation Test was run. The difference between pre-test shot hit values of control and experiment group participated in the study wasn't significant ($p>0,05$) whereas the difference between post-test shot hit values was found significant ($p<0.01$). The difference between control group's pre-test and post-test shot hit values was significant ($p<0.05$) whereas no significant difference was found between experiment group's pre-test and post-test shot hit values ($p>0.05$). It was thought that the significant difference between control group's shot hit values were resulted from learning effect, and vibration trainings applied to experiment group eliminated the learning effect and didn't have any positive effects on shot hit values. It is suggested that more extensive study with a larger sample should be conducted to explore the effect of acute vibration trainings. Keywords: Vibration, free throw, Hit, Basketball

SB881

VOLEYBOLDA 19 YAŞ ALTI ERKEKLER AVRUPA ŞAMPİYONASINA KATILAN TAKIMLARIN TEKNİK KAPASİTELERİNİN İNCELENMESİ

[1]Elif Öz, [2]Ş. Barbaros Çelenk, [3]Elvan Öz, [4]Barış Özdemir

[1]Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Ankara
[2]Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Egzersiz Ve Spor Bilimleri Bölümü, Ankara
[3]Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara
[4]Vakıfbank Spor Kulubü, İstanbul

Email : *elifoz@gazi.edu.tr, barbaros.celenk@hacettepe.edu.tr, ozelvann@gmail.com, elifoz@gazi.edu.tr*

Giriş ve Amaç Bütün spor dallarında olduğu gibi voleybolda da antrenörler, takım oyuncularının bireysel performanslarını arttırmanın yanı sıra takımın, bir arada ve belirli bir organizasyon anlayışı içinde oynamalarını sağlayarak sonuca ulaşma çabasındadırlar. Bu performansların arttırılması da takımların alt kategorilerdeki oyuncularının performanslarını inceleyerek ,gelecekte üst düzey oyuncu olmaya aday oyuncuları seçerek mümkün olmaktadır. Bu çalışmanın amacı, 19 yaş altı Avrupa Şampiyonası'na katılan takımların teknik kapasitelerinin incelenmesidir. Yöntem Çalışmaya, 2015 CEV U19 Erkekler Avrupa Şampiyonası müsabakalarına katılan 12 takım ve yapılan 38 maç dahil edilmiştir. Verilerin analizinde Data Volley istatistik programı kullanılmıştır. Araştırmada takımların uyguladıkları teknik bileşenler (servis, servis karşılama, smaç, blok) toplam, hata ve sayı olacak şekilde ayrıştırılarak incelenmiştir. Bulgular En çok sayı alınan teknik bileşenin smaç olduğu; bunu sırasıyla rakip takım hatasından alınan sayı, blok ve servisin takip ettiği belirlenmiştir. Servis karşılama sonrası smaçtan alınan sayının (side-out), defans sonrası smaçtan alınan sayıya (break-point) göre daha yüksek olduğu (%30 daha fazla) tespit edilmiştir. Sonuç İlk üçe giren takımların side-out ve break-point sayılarının turnuva ortalamasının üzerinde olduğu; şampiyon takımın ise break-pointte en yüksek skora ulaştığı bulunmuştur. Sonuç olarak, günümüz voleybolunda servis karşılama ve defans etkinliğinin başarı için önemli bir belirleyici olduğu söylenebilir. Antrenörlerin bu veriler doğrultusunda çalışmalarını yürütmesi önerilmektedir. Anahtar Kelimeler: voleybol, teknik, smaç, servis, blok

EXAMINATION OF TECHNICAL CAPACITIES OF TEAMS PARTICIPATING IN U19 MEN EUROPEAN CHAMPIONSHIP

Introduction and Aim As in all sport branches, volleyball teams are also trying to reach the achievement by ensuring that playing together in a team and a certain organizational sense, as well as improving the individual performance of team players. Increasing these performances is also possible by examining the performances of the players in the subcategories of the teams, and by selecting the players who will be the top level players in the future. The aim of this study was to examine of technical capacities of teams participated in U19 Men European Championship. Methods 38 matches and 12 teams participating in 2015 CEV U19 Men European Championship were included in this study. Data Volley statistical software was used to analyse the data. In the study, the technical components (service, reception, spike, block) applied by the teams were analysed by dividing them into total, error and point. Results It was determined the spike was the highest scored technical component and followed by points from opponent team errors, block and service respectively. The points of side-outs (taken by spike after the reception) was found to be higher (30% more) than the number of break-points (taken by spike after the defence). Conclusion It has been found that first three teams had the side-out and break-points scores over the tournament average, while the champion team reached the highest score in the break-points. As a result, it can be said that reception and defensive effectiveness is an important determinant of success in today's volleyball. It is recommended that coaches carry out their work in the direction of this data. Key words: volleyball, technique, spike, service, block

SB896

ELİT GÜREŞÇİLERDE İZOKİNETİK KUVVET DENGESİZLİĞİ VE ESNEKLİĞİN DİZ YARALANMALARINDAKİ ROLÜ

***[1]Gürcan Ünlü*, [2]ALİ Tatlıcı, [1]Gürcan Ünlü, [2]Evrim Çakmakçı**

[1]ONSEKİZ MART ÜNİVERSİTESİ, SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ, ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ BÖLÜMÜ, ÇANAKKALE
[2]SELÇUK ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ BÖLÜMÜ, KONYA

***Email :** grcnunlu@gmail.com, alitatlici@selcuk.edu.tr, grcnunlu@gmail.com, evrimcakmakci@selcuk.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Çalışmanın amacı elit güreşçilerde diz yaralanmaları geçirenler ve geçirmeyenlerin bilateral izokinetik kuvvet dengesizliği ve otur eriş esneklik değerlerinin karşılaştırılmasıdır. Yöntem: Çalışmaya yaşları 18-25 aralığında olan 40 milli güreşçi katılmıştır. Tüm güreşçilerin son iki yılda geçirmiş oldukları yaralanmalar hem kulüp fizyoterapisti hem de sporcuların kendileriyle yapılan görüşmeler sonucu elde edilmiştir. Elde edilen verilen sonrası diz yaralanmaları geçirenler ve geçirmeyenlere esneklik testi(otur eriş) ve izokinetik testler uygulanmıştır(Cybex NORM®, Humac, CA, USA). 600sn-1 açısal hızda gerçekleştirilen izokinetik testler sonrası sağ-sol bacak ekstansör(E) ve fleksör(F) kuvvet değerlerinin kendi aralarındaki fark değerleri ve oranları kuvvet dengesi parametreleri olarak değerlendirilmiştir. Katılımcıların farklı sikletlerden olması sebebiyle rölatif kuvvetler ayrıca hesaplanmıştır. SPSS 23 version paket programı kullanılarak istatistikler yapılmış, tüm istatistiksel testlerin sonuçları değerlendirilirken %95'lik güven seviyesi dikkate alınmıştır. Bulgular: Gruplar arası esneklik ve kuvvet denge değer farklılıkları bağımsız örneklemler t-testi ile sınanmıştır. Diz yaralanmaları geçiren ve geçirmeyen güreşçiler arasında ne esneklik ne de kuvvet denge parametreleri(fark değerler, oranlar) için anlamlı farklılık bulunmamıştır (p>0.05). Sonuç: Çalışmanın bulguları güreşçilerde diz yaralanmaları geçiren sporcular ile yaralanma geçirmeyen güreşçilerin benzer esneklik ve bilateral kuvvet denge değerlerine sahip olduğunu göstermiştir. anahtar kelimeler: izokinetik, otur-eriş, diz sakatlıkları

THE ROLE OF BILATERAL ISOKINETIC STRENGTH IMBALANCES AND FLEXIBILITY ON KNEE INJURİES IN ELITE WRESTLERS

Introduction: The aim of this study was to compare bilateral leg strength imbalance and sit-and-reach flexibility values between wrestlers who have suffered from knee injuries and uninjured. Method: 40 male elite wrestlers aged 18-25 participated in this study. In a semi- structured interview, the participants were asked what kind of injuries they had experienced in the previous two years, and their injury records were obtained to verify the interview data from the club clinician. These then were divided into 2 groups: knee injured and uninjured wrestlers. Sit-and-reach flexibility and isokinetic strength tests at 600sn-1 velocities (Cybex NORM®, Humac, CA, USA) were conducted to obtain strength imbalance and flexibility data. In order to obtain strength imbalance variables, ratios and differences were obtained. Side to side strength differences was calculated by extracting weaker leg values from stronger leg values and the strength ratios was computed . Since the weight differences between the subjects was high, relative strength values for strength imbalance parameters was computed separately. SPSS version 23 software was used for the statistical analysis. The 95% level of confidence was used for all statistical tests. Independent samples t tests was conducted to compare imbalance and flexibility values between the two groups. Results: There were no significant differences between injured and uninjured wrestlers in terms of flexibility and strength imbalance parameters (side to side E and F peak torque differences and ratios)(P>0.05). Conclusion: The findings of this study showed that elite wrestlers with a history of knee injuries have similar bilateral leg strength imbalance and flexibility compared with uninjured wrestlers. key words: isokinetic, strength, Sit-and-reach

SB901

SAHADA VE HAVUZDA YAPILAN YOĞUN İNTERVAL ANTRENMANLARIN GENÇ BİREYLERDE BAZI MOTORİK ÖZELLİKLERE VE KAS HASARINA ETKİLERİ

***[1]Ramazan Ceylan*, [2]İlhan Şen**

[1]Bayburt Üniversitesi, BESYO, Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı, BAYBURT
[2]Atatürk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı, ERZURUM

Email : *rceylan@bayburt.edu.tr, ilhan.sen@atauni.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Spor bilimciler ve antrenörler sürekli olarak sporcularının performansını ve sedanterlerin sağlıkla ilgili parametrelerini geliştirecek yeni antrenman metotları arayışındadırlar. Bu doğrultuda dünyada ve ülkemizde farklı antrenman yöntemlerinin kullanıldığına tanık olmaktayız. Ancak uygulanan yöntemlerin hangisinin ne derece faydalı olduğu tartışma konusudur. Ayrıca, daha verimli antrenman yöntemleri geliştirmek spor ile uğraşanların ortak çabasıdır. Bundan dolayı, daha çok rehabilitasyon amaçlı kullanılan su içi antrenmanların sportif performansı geliştirmek amacıyla kullanılabileceği ve antrenman programlarının önemli bir parçası olabileceği düşünüldü. Bu çalışmanın amacı ise sahada ve havuzda uygulanan yoğun interval antrenmanlarının genç erkeklerde bacak kuvveti, esneklik, dikey sıçrama, denge ve anaerobik güç performansları üzerindeki etkisini belirmektir. Ayrıca antrenmanlarda oluşabilecek kas hasarının belirtilerinden olan CK, CK-MB, LDH parametrelerinin kan serumundaki seviyelerini tespit edip havuz ve saha gruplarını karşılaştırmaktır.

Yöntem: Çalışmaya yaşları 18-24 arasında değişen 32 genç erkek gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmaya katılan bireylere havuzda ve sahada sekiz hafta boyunca haftada 3 gün olmak üzere yoğun interval antrenman programı uygulanmıştır. Bu antrenman programının öncesinde ve sonrasında performans testleri uygulanmıştır. Ayrıca oluşabilecek kas hasarının boyutu belirlemek için kan parametrelerinin analizi yapılmıştır. Uygulanan performans testleri ve kan parametrelerinin antrenman öncesi ve sonrası analiz sonuçlarını değerlendirmek için Paired Sample T Test, Two Way Anova For Mixed Measures, One Way ANOVA for repeated measures testleri uygulanmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Her iki antrenman grubunda da antrenman öncesi ve sonrası performans testlerinin sonuç ortalamalarında grup içi anlamlı farklılık olsa da gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır. Kan parametreleri (CK, CK-MB, LDH) incelendiğinde ise havuzda antrenman yapan bireylerin antrenman öncesi ve sonrasında dinlenikken, yüklenmeden 3 saat sonra ve yüklenmeden 24 saat sonraki değerlerinde daha olumlu sonuçlar bulunmuştur.

THE EFFECTS OF INTENSIVE INTERVAL TRAINING IN FIELD AND POOL ON SOME MOTORIC FAETURES AND MUSCLE DAMAGES BY YOUNG INDIVIDUALS

Introduction and Aim:Sport scientists and coaches are consistently in search of new training methods which is improved athletes' performance and sedanters about the health parametes. In this direction, we have witnessed the different training methods are used ın the world and our country. However, ıt's still an contention which and how the training methods are more useful. Thus, to develop more efficient training methods is the collective effort those interested with sports. Hence, it is thought that in-water exercise which is mostly used for the rehabilitation purposes may be used for the performance purposes and, an important part of the training programs. The purpose was to determine the effect on leg strength, flexibility, vertical jump, balance and anaerobic power in youth men, which was performed intensive interval training (IIT) in the field and the pool. It's also to determine the blood serum levels of CK, CK-MB and LDH parameters, which is the symptoms of muscle damage which occurs during the training, and to compare the pool and the field groups.

Method:Thirty-two male participated for the study. IIT program was performed the participants 3 times a week for 8 weeks in the field and the pool. The performance tests were performed before and after the training period. The blood parameters were analysed to determine the quantify of muscle damage. The analysis results were assessed by Paired Sample T Test, Two Way Anova for mixed measures, One Way Anova for repeated measures.

Results and Conclusion:Although there was a significant difference in the average of results of pre- and post-training period performance tests ın both groups, there was no significant different between groups. When the blood parameters were evaluated, the positive results were found in pre- and post-training, 3 hours and 24 after the training in the participates which were trained in the pool.

SB904

VOLEYBOLDA MÜSABAKA SİMÜLASYONUNDAKİ KALP ATIM HIZI DEĞİŞİMLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Berk Çanakcı*, [2]Beyza Akyüz**

[1]PTT Spor Kulübü Ankara
[2]Fenerbahçe Üniversitesi İstanbul

Email : *berk.cnkci@gmail.com, beyzasimsek@hotmail.com*

Çalışmada, genç kız voleybol oyuncularının müsabaka simülasyonu sırasındaki kalp atım hızı (KAH) değişimine ait farklılıklarının incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma grubunu 15-17 yaş aralığındaki, 24 kız voleybol oyuncusu (Yaş= 15,86+0,91 yıl, Antrenman Yaşı= 4,69+0,55 yıl, Boy Uzunluğu= 1,71+,054 cm, Vücut Ağırlığı= 61,75+6,35 kg) oluşturmaktadır. Oyuncuların yaş grupları arasında ve müsabakanın setleri arasındaki farklılık gösterip göstermediğini tespit etmek için oyunculara kalp atım hızı monitörü takılarak, 3 setlik maç simülasyonu yerleştirilen ve maç süresince kalp atım hızı değerleri takip edilmiştir. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre müsabaka simülasyonundaki KAH değerlerinin yaş gruplarına ve setlere göre minimum, maksimum ve ortalama KAH değerlerinde istatistiksel olarak fark görülmemektedir. Sonuç olarak, genç kız voleybol oyuncularının müsabaka simülasyonu süresinde ölçülen KAH değerlerinin yaş gruplarına ve oyun içerisindeki setlere göre farklılık göstermediği belirlenmiştir. Anahtar Kelimeler: Voleybol, Müsabaka Simülasyonu,

INVESTİGATION OF HEART RATE VARIATIONS DURING VOLLEYBALL MATCH SIMULATİON

The purpose of this study was to investigate the heart rate (HR) variations of young female volleyball players during match simulation. Twenty four female volleyball players (Age= 15,86+0,91 yıl, Training Age= 4,69+0,55 yıl, Height= 1,71+,054 cm, Weight= 61,75+6,35 kg) between 15-17 years participated in this study. In order to determine if the heart rate was different between the age groups and the sets of the competition, the players were fitted with a heart rate monitor simulated 3 sets of matches, and heart rate values were monitored during the match. According to the findings obtained from the study, there was no statistically significant difference between the minimum, maximum and mean HR values according to the age groups and each sets of match simulation. As a result, it was determined that the HR values recorded during the whole match simulation of the young girls volleyball players did not differ according to the age groups and the sets in the game Key Words: Volleyball, Match Simulation, Heart Rate

SB905

TÜRKİYE SPOR TOTO SÜPER LİGİNDEKİ FUTBOL TAKIMLARININ FİZİKSEL PERFORMANS DEĞERLERİNİN İNCELENMESİ

[1]Gürcan Ünlü*, [2]Bayram Polat, [3]Alparslan Kartal, [1]Gürcan Ünlü

[1]ONSEKİZ MART ÜNİVERSİTESİ, SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ, ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ BÖLÜMÜ, ÇANAKKALE
[2]Bozok Üniversitesi, Beden Eğitimi Spor Yüksekokulu, Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği,Yozgat
[3]Ozok Üniversitesi, Beden Eğitimi Spor Yüksekokulu, Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği,yozgat

Email : *grcnunlu@gmail.com, , akartal6161@hotmail.com, grcnunlu@gmail.com*

Çalışmanın amacı Türkiye Profesyonel Futbol Liginde mücadele eden takımların sezon içerisindeki fiziksel performans değerlerinin ve sezon sonu lig sıralamalarının incelenmesidir. 2016-2017 yılında Spor Toto Süper Liginde yer alan 18 futbol takımın bir sezon boyuncu oynamış olduğu 34 maçtan toplam 612 müsabakanın verileri incelenmiştir. Fiziksel performans verilerinin toplanmasında Sentio Sports Analytics sistemi kullanılmıştır. Bağımsız değişkenler olarak; takımların kat ettikleri toplam mesafeler(yürüme, koşu topun oyunda kaldığı ve topun oyun dışındayken ki oyuncu hareketleri), iç ve dış sahada kat ettikleri toplam mesafeler,20 (km/s) üstü koşu mesafeleri, top takımdayken 20(km/s) üstü koşu mesafeleri, top rakipteyken 20 (km/s) koşu mesafeleri, öne doğru 20(km/s) koşu mesafeleri, geriye doğru 20(km/s) koşu mesafeleri, takım defans derinlikleri(kendi kale çizgisine en yakın savunma oyuncusu ile kale çizgisi arsındaki mesafe), topu geri kazanma süreleri, top takımdayken oynanan alan(takım genişliği*takım boyu) ve top rakipteyken oynanan alanlar değerlendirilmiş, bağımlı değişken olarak da takımların sezon sonu başarı sıralamaları ele alınmıştır. Bağımsız değişkenlerin birçoğunda lig sıralaması ile orta veya düşük düzeyde ilişkiler bulunmuş olsa da özellikle takımların topu geri kazanma süreleri ve takım defans derinlikleri daha fazla ön plana çıktığı söylenebilir.

THE INVESTIGATION OF PHYSICAL PERFORMANCE VARIABLES OF TURKİSH SPOR TOTO SUPER LEAGUE TEAMS

Çalışmanın amacı Türkiye Profesyonel Futbol Liginde mücadele eden takımların sezon içerisindeki fiziksel performans değerlerinin ve sezon sonu lig sıralamalarının incelenmesidir. 2016-2017 yılında Spor Toto Süper Liginde yer alan 18 futbol takımın bir sezon boyuncu oynamış olduğu 34 maçtan toplam 612 müsabakanın verileri incelenmiştir. Fiziksel performans verilerinin toplanmasında Sentio Sports Analytics sistemi kullanılmıştır. Bağımsız değişkenler olarak; takımların kat ettikleri toplam mesafeler(yürüme, koşu topun oyunda kaldığı ve topun oyun dışındayken ki oyuncu hareketleri), iç ve dış sahada kat ettikleri toplam mesafeler,20 (km/s) üstü koşu mesafeleri, top takımdayken 20(km/s) üstü koşu mesafeleri, top rakipteyken 20 (km/s) koşu mesafeleri, öne doğru 20(km/s) koşu mesafeleri, geriye doğru 20(km/s) koşu mesafeleri, takım defans derinlikleri(kendi kale çizgisine en yakın savunma oyuncusu ile kale çizgisi arsındaki mesafe), topu geri kazanma süreleri, top takımdayken oynanan alan(takım genişliği*takım boyu) ve top rakipteyken oynanan alanlar değerlendirilmiş, bağımlı değişken olarak da takımların sezon sonu başarı sıralamaları ele alınmıştır. Bağımsız değişkenlerin birçoğunda lig sıralaması ile orta veya düşük düzeyde ilişkiler bulunmuş olsa da özellikle takımların topu geri kazanma süreleri ve takım defans derinlikleri daha fazla ön plana çıktığı söylenebilir.

SB912

ELİT FUTBOLDA FİZİKSEL VE TAKTİKSEL GEREKSİNİMLERİN GLOBAL POZİSYONLAMA SİSTEMİ VE MAÇ ANALİZİ YAZILIMI İLE DEĞERLENDİRİLMESİ

[1]Eskişehir Teknik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Eskişehir

Email :

Giriş ve amaç: Bu çalışmanın amacı; futbolda fiziksel ve taktiksel gereksinimlerin global pozisyonlama sistemi ve maç analizi yazılımı kullanılarak değerlendirilmesidir. Yöntem: Araştırma, 2018-2019 futbol sezonu hazırlık döneminde Bolu kampında oynanan Eskişehirspor- Osmanlıspor futbol hazırlık maçının sayısal analizi yapılarak tamamlanmıştır. Maç boyunca her iki takım futbolcuları GPSports global pozisyonlama sistemi (GPSports, Canberra, Avustralya) ile takip edilmiştir. Maç kamera ile kayıt edilmiş ve e-analiz maç analizi programı ile (Espor, Ankara, Türkiye) analiz edilmiştir. Toplam koşu mesafeleri, ortalama ve maksimal koşu hızları, ortalama ve maksimal kalp atım hızları, yüksek şiddette koşu mesafeleri vb. gibi değişkenler incelenmiştir. Maç analizinde ise toplam başarılı pas, oyun bölgelerinin kullanımı, hedefi bulan orta, başarılı şut, olumlu-olumsuz hareketler vb. gibi değişkenler sayısallaştırılmıştır. Bağımsız gruplarda t testi ve Pearson korelasyon testleri uygulanmıştır. Bulgular: Toplam koşu mesafesi, yüksek şiddette koşu mesafesi, toplam pas ve toplam ikili mücadele kazanma da kazanan takım lehine anlamlı seviyede farklılık vardır. Toplam koşu mesafesi ortalamaları sırasıyla 5673±1347m ve 5434±2290m ve yüksek şiddet koşu mesafeleri ise 983±307m ve 855±449m'dir. Sonuç: Futbolda oyun süresi arttıkça toplam koşu mesafesi artmakta ve bununla beraber yüksek kalp atımlarındaki koşu mesafeleri de artmaktadır denilebilir. Futbolda maç anında sayısal veriler aracılığıyla monitörizasyon yapılması antrenmanlar için fiziksel ve taktiksel içeriklerin programlanması ve yönlendirilmesi açısından önemlidir.

Anahtar kelimeler: Global pozisyonlama, maç analizi, sayısal analiz, elit futbol.

AN EVALUATION OF THE PHYSIOLOGICAL AND TACTICAL DEMANDS USING GLOBAL POSITIONING SYSTEM AND MATCH ANALYSIS SOFTWARE DURING ELITE SOCCER MATCH PLAY

Introduction: The purpose of this study was to evaluate the physical and tactical requirements of the soccer using global positioning system and match analysis software. Methods: The research was performed a quantitative analysis of Eskişehirspor-Osmanlıspor soccer match played in Bolu camp during the preparation period of 2018-2019 soccer season. The tracking was tested via GPSports globally positioning system (GPSports, Canberra, Australia). The match analysis was performed via e-analiz match analysis software (Espor, Ankara, Turkey). Totally running distances, average and maximal running speeds, average and maximal heart rates, high intensity running distances was evaluated. Successful passes, spaceing in the pitch, total passes and collisions was evaluated in match analysis. Independent sample t test and Pearson correlation test was used. Results: There was significantly differences between groups for total running distance, high intensity running distance, total pass and total collisions are also in favor of the winning team. Total running distances were 5673±1347m and 5434±2290m and high intensity running distances were 983±307m and 855±449m respectively. Conclusion: In soccer, when the playing time increases, the total running distances and the running distances in high intensities are also increasing. Real time soccer monitorization is also important for preparing physiological and tactical contents and programing training drills. Key words: Globally positioning system, match analysis, quantitative analysis, elite soccer.

SB914

FARKLI ŞİDDETLERDE UYGULANAN VİBRASYON ANTRENMANLARININ GERİLME-KISALMA DÖNGÜSÜ ÜZERİNE AKUT ETKİLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Sırrı Cem Dinç*, [1]Serkan Uzlaşır, [1]Osman Dişçeken, [1]Fatma Saçlı Uzunöz, [2]İrem Düzgün**

[1]Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Nevşehir
[2]Hacettepe Üniversitesi, Ankara

***Email :** scem.dinc@gmail.com, ptuzlasirserkan@gmail.com , osmandisceken@gmail.com , fatmasacli@gmail.com,*

Giriş: Bu araştırmanın amacı farklı şiddetlerde uygulanan vibrasyon antrenmanlarının gerilme-kısalma döngüsü (GKD) üzerine akut etkilerinin incelenmesidir. Yöntem: Araştırma 2018 yılı Haziran- Ağustos ayları arasında Nevşehir'de yürütülmüştür. Araştırmaya, son 6 ay içerisinde alt ve üst ekstremite problemi yaşamamış olan 25 (13 erkek Xyaş=21.3, Ss=1.38 ve 12 kadın Xyaş= 19.5, Ss=.79) sporcu ile 14 (8 erkek Xyaş=21.5, Ss=1,06 ve 6 kadın Xyaş=21.8, Ss=1,32) sedanter üniversite öğrencisi gönüllü olarak katılmıştır. Ölçümlerde Optojump (Microgate-Italya) ve DKN XG10 vibrasyon cihazı kullanılmıştır. Veri toplama sürecine 10 dakikalık ısınma ve 1 dakikalık dinlenmelerin ardından başlanmıştır. 1'er dakikalık 25Hz ve 50Hz yarı-squat vibrasyon antrenmanı sonrasında çoklu dikey sıçrama testleri uygulanmıştır. Her bir testte toplam 7 tekrarlı gerçekleştirilen çoklu dikey sıçrama protokolünde eller belde ve dizler ekstansiyon pozisyonunda tutulmuştur. Çoklu dikey sıçramalar sırasında elde edilen değerler, Avusturalya Spor Enstitüsü tarafından belirlenen RSI (Reactive Strength Index) değeri olarak kaydedilmiştir. Verilerin analizinde İki Yönlü ANOVA ve ANCOVA testleri kullanılmıştır. Bulgular: Araştırma bulguları, RSI ölçüm değerlerinin zaman ve faktör değişkenleri açısından anlamlı ölçüde farklılık gösterdiğini (F=160,12; p<.001) ortaya koymuştur. RSI ölçüm değerlerinde cinsiyete göre anlamlı bir farklılık bulunmazken (F=0.505; p>.05), sporcu ve sedanter olma durumuna göre anlamlı farklılıklar bulunduğu (F=18.37; p<.001), her iki değişkenin etkileşiminin de anlamlı olmadığı (F=0.293; p>.05) görülmüştür. Sonuç ve Tartışma: Sonuç olarak farklı şiddetlerde uygulanan vibrasyon antrenmanlarının sporcularda ve sedanter erkeklerde akut olarak gerilme-kısalma döngüsü üzerine olumlu yönde etki ettiği söylenebilir. Anahtar kelimeler: Gerilme- Kısalma Döngüsü, Vibrasyon, RSI

AN EXAMINATION OF THE ACUTE EFFECTS OF VIBRATION TRAININGS WITH DIFFERENT INTENSITY ON STRETCH-SHORTENING CYCLE

Introduction: The purpose of this study is to examine the acute effects of different intensity vibration trainings on stretch- shortening cycle (SSC). Method: The study was conducted between June and August in 2018 in Nevşehir. A total of 25 (13 male Mage=21.3, SD=1.38 and 12 female Mage= 19.5, SD=.79) athletes who had not experienced upper and lower extremity problems in the last 6 months, and a total of 14 (8 male Mage=21.5, SD=1,06 and 6 female Mage=21.8, SD=1,32) sedentary university students were participated in this study. The study was based on volunteerism. Optojump (Microgate-Italy) and DKN XG10 vibration device were used in measuring. Data collection procedure began after 10 minutes warm-up and 1 minute rest applications. Multiple vertical jump tests were performed for each after 1 minute of 25 Hz and 50Hz semi-squat vibration training. A total of 7-repetitive of multiple vertical jump protocols were applied to each test in which the knees were in the position of extension, and hands in the waist. The data obtained during multiple vertical jumps were recorded as the RSI (Reactive Strength Index) value determined by the Australian Institute of Sport. Two-way repeated measures ANOVA and ANCOVA were used for data analysis. Results: The results showed that RSI values were statistically different according to the time & factor (F=160,12; p<.001). As compared according to gender, there was no significant difference between the measurements (F=0.505; p>.05). When athletes and sedanters were compared there was significant difference (F=18.37; p<.001) among the RSI values. The gender and the status of being athlete & sedentary interaction was not significant (F=0.293; p>.05). Conclusion & Discussion: As a conclusion, it can be said that different intensity vibration trainings had positive effects on SSC at athletes and sedentary males. Keywords: Stretching Shortening Cycle, Vibration, Reactive Strength Index

SB915

"18 YAŞ ÜSTÜ FUTBOLCULARA YAPTIRILAN 8 HAFTALIK KUVVET VE ESNEKLİK EGZERSİZLERİNİN DENGE PERFORMANSI ÜZERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ"

***[1]Servet Reyhan*, [2]Murat Son, [2]Serap Çolak, [2]Burak Kurtça, [2]Enis Çolak, [3]Servet Reyhan**

[1]SİİRT ÜNİVERSİTESİ /SİİRT
[2]Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, KOCAELİ
[3]Siirt Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, SİİRT

***Email :** serreyhannn@gmail.com, muratson1979@hotmail.com, srpclk@gmail.com, muratson1979@hotmail.com, muratson1979@hotmail.com, serreyhannn@gmail.com*

Amaç: Spor, mücadele, yarışma, rekabet, dayanışma ve performans gibi davranışları motorsal yönden belirli bir seviyeye getiren bir disiplindir. Fiziksel kuvvetin üst seviyede ortaya konması için fiziksel yapının farklı parametreleri de önemlilik arz etmektedir. Bu yüzden spor bilimcileri fiziksel profillerin yanı sıra vücut kompozisyonu ve denge gibi fiziksel aktivitede önemli parametreleri de araştırma alanlarına almışlardır. Çalışmamızın amacı 18 yaş üstü futbolcularda uygulanan kuvvet ve esneklik antrenmanlarının denge performansı üzerine etkisinin araştırılması ve elde edilen verilerin istatistiki olarak değerlendirilmesi. Yöntem: Çalışmamıza toplamda 24 erkek sporcu deney 19-20 (yaş19,41±0,51) n=12 kişi , kontrol 19-20 (yaş19,05±0,52) n=12 kişi futbol oyuncusu katılmıştır. Sporculara boy, kilo, vücut kitle yağ indeksi, esneklik, dikey sıçrama, bacak sırt kuvveti ile denge ölçümleri alınmıştır. Elde edilen tüm verilerin istatistiksel olarak spss paket 22, de tanımlayıcı istatistikler ile birlikte deney ve kontrol gruplarının ön test ve son test ölçümlerinde Wilcoxon Signad Ranks testinden faydalanılmıştır. Anlamlılık, p<0,05 düzeyinde alınmıştır. Bulgular: Araştırmamız da deney grubu futbolcuların kilo, esneklik, bacak sırt kuvveti ,sağ ayak denge,sol ayak denge ve çift ayak denge ölçümlerinde anlamlı fark bulunmuştur (p<0,05). Ayrıca kontrol grubu sporcularında esneklik ,denge sağ ayak, ve denge cift ayak degerlerinde anlamlı fark bulunmuştur. (p<0,05). Sonuç: Düzenli spor, iyi denge ve performans demektir. Antrenman içeriklerinde kuvvet ve esnekliğe fazla yer verilmesi sporcuların performanslarını ve dolayısıyla başarılarını etkileyebileceği görülmektedir. Bu sebepten dengeye özel egzersizler de yaptırılmalıdır.

Anahtar kelimeler: Denge, Kuvvet, Esneklik, Spor, Futbol

THE STUDY OF 8 WEEKS FORCE AND FLEXIBILITY EXERCISES OF FOOTBALLERS OVER THE AGE OF 18 OVER THE BALANCE PERFORMANCE

Aim: Sports is a discipline that brings behaviour such as struggle, competition, rivalry, solidarity and performance to a certain level in a motoric way. Different parameters of physical structure has an importance in order to produce the physical force at maximum. Therefore, sports scientists took body composition as well as physical profile and important parameters in physical activitiy like balance into their research field.

The study of force and flexibility trainings of footballers over the age of 18 over the balance performance and evoluation of the data obtained statistically were aimed in our research.

Method: Totally 24 sportsmen experiment 19-20 (age 19,41 ± 0,51) n=12 people, control 19-20 (age 19,05± 0,52) n=12 people football players participated in our research. Measurements of length, weight, body mass index, flexibility, vertical splash,leg back force and balance were taken. Wilcoxon Signad Ranks test was used for pre-test and post-test measurements of experiment and control groups and all the data obtained statistically in SPSS packet 22 with descriptive statistics. Significance level was taken as p<0,05.

Findings: In our research, a significant difference was found in measurements of weight, flexibility, leg back force, right foot balance, left foot balance and double feet balance of experiment group footballers. ($p<0.05$) Furthermore, a significant difference was found in values of flexibility, right foot balance and double feet balance of control group footballers. ($p<0.05$)

CONCLUSION: Regular sports means well balance and performance it is seen that much inclusion of force and flexibility can effect the performance of sportsmen and so their success. Therefore exercises specific to balance should also be done.

Key Words: Balance, Force, Flexibility, Sports, Football

SB916

SPOR MERKEZLERİNDE DÜZENLİ SPOR YAPAN BİREYLERDE EGZERSİZ BAĞIMLILIĞI GELİŞİMİNİN İNCELENMESİ

***[1]Servet Reyhan*, [2]Tolga Seyis, [2]Enis Çolak, [3]Servet Reyhan, [2]Murat Son, [2]Serap Çolak**

[1]SİİRT ÜNİVERSİTESİ /SİİRT
[2]Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, KOCAELİ
[3]Siirt Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, SİİRT

***Email :** serreyhannn@gmail.com, muratson1979@hotmail.com, muratson1979@hotmail.com, serreyhannn@gmail.com, muratson1979@hotmail.com, srpclk@gmail.com*

Bağımlılık insanlar üzerinde maddi ve manevi olarak iyi veya kötü sonuçlar ortaya çıkarabilecek durum veya alışkanlıkları ifade eder. Bağımlılık, kimyasal olarak madde bağımlılığı ve davranışsal olarak, alışkanlık veya yaşam tarzına yansıyan kumar, alışveriş, oyun ve son trend olarak ta egzersiz bağımlılıkları olarak sınıflandırılabilir. Araştırmamızın amacı Fitness merkezlerine düzenli katılan bireylerde egzersiz bağımlılığının incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma grubunu İstanbul Çekmeköy ilçesinde bulunan spor salonlarında en az 1 yıldır ve haftada minimum 3 gün spor yapan 100 kadın ve 100 erkekten oluşturmaktadır. İşletmelerden gerekli izinler alınarak, kişiler anket çalışmasına gönüllülük esasına dayanarak katılmışlardır. Anket formunun birinci bölümünde UZ İrem (2015) tarafından hazırlanan demografik özelliklerin sorgulandığı 12 sorudan oluşan anket formu kullanılmıştır. Anket formunun ikinci bölümünde Hausenblas ve Downs (2002) tarafından geliştirilen ve Yeltepe, H.,& İkizler, C. (2007) tarafından Türkçeye uyarlanan 21 sorudan oluşan Egzersiz Bağımlılığı Ölçeği, yüz yüze görüşme tekniği şeklinde uygulanmıştır. Anket Formundan elde edilen veriler, SPSS 25 istatistiksel paket programında değerlendirilmiştir.Analizlerde hata payı 0,05 (%95 güven aralığı) olarak alınmıştır. Sonuç olarak araştırmaya katılan bireylerin spor salonlarına gittikçe egzersiz bağımlısı olma yönünde hareketler gösterdiği ve egzersiz bağımlılığının diğer boyutlarla olan ilişkilerine baktığımızda meslek türü ve rahatsızlık türlerinde istatiksel olarak anlamlı fark olmadığı görülmüştür($p>0,05$). Cinsiyet, farklı sosyo-ekonomik düzey ve egzersiz yıllarının, egzersiz bağımlılık düzeyleri arasında istatiksel olarak anlamlı fark olduğu görülmüştür($p<0,05$). Bu sonuç bize kişilerin çocukluklarından gelen sosyo-ekonomik durumlarına ve cinsiyetlerine bağlı olarak egzersiz alışkanlığı edinme durumlarının etkilenebileceğini göstermektedir. Anahtar Kelimeler: Bağımlılık, Spor, Egzersiz, Fitness

ANALYZE STUDY OF DEVELOPMENT OF EXERCISE ADDICTION IN INVIDUALS DOING SPORTS REGULARLY IN SPORTS CENTER

Addiction means situations and habits that can result in good or bad outcomes materially or morally on people. Addiction can be classified as chemically, drug addiction, behaviorally, gamble, shopping, game and recently exercise addiction that effects habit or lifestyle. Analyze of exercise addiction in inviduals participasting fitness centers regularly is aimed in our study.

Research group consists of 100 female and 100 male participants that do sports minumum threee times a week for at least a year in sports centers in Cekmekoy, Istanbul. The individuals participated in questionnaire study voluntarily by getting necessary information from sports centers. A questionnaire form prepared by UZ İrem (2015), consisting of 12 questions that investigate demographic qualifications was used in the first section of questionnaire form. In the second section of questionnaire form, Exercise Addiction Scale, which was developed by Hausenblas and Downs (2002) and adapted into Turkish by Yeltepe,H. and İkizler,C. (2007) and which consisted of 21 questionswas carried out via face to face interview technique. The data obtained from questinnaire form were evaluated in SPSS 25 statistical packet programme. The tolerance in anlaysis is taken as 0.05 (95% confidence bounds).

Consequently it is seen that individuals participating in this research tend to be exercise addictive as long as they go to sports center and there is no statistically significant difference in occupation type and disease type when we look at the relationship between exercise addiction and other extents. ($p>0.05$) Gender, different socio-economic level and exercise years has statistically significant diference among exercise addiction level. ($p<0.05$) This result shows that individuals can be effected for having exercise habit according to their socio-economic situations coming from their childhoodand their genders.

Key Words: Addiction, Sports, Exercise, Fitness

SB917

EKSTREMİTELER ARASI DİZ FLEKSÖR VE EKSTENSÖR İZOKİNETİK KAS KUVVET ASİMETRİSİ İLE ANAEROBİK GÜÇ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

[1]Eskişehir Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü

Email :

Literatürde bulunan alt ekstremite kas kuvveti ile kassal performans parametreleri arasındaki korelasyonu inceleyen çalışmaların çoğunluğu quadriceps ve hamstring kas gruplarına odaklıdır. Buna göre bu çalışmanın amacı diz fleksör ve ekstensör kasların ekstremite bilateral kuvvet asimetrisi ile anaerobik güç arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Bu çalışmaya 35 fiziksel olarak aktif birey (yaş: 21.4±3.0yıl, boy uzunluğu: 1745.6±8.2cm, vücut ağırlığı: 67.5±9.8kg, beden kütle indeksi: 21.6±2.3kg/m2, vücut yağ yüzdesi: %14.0±5.1) gönüllü olarak katılmıştır. Buradan hareketle izokinetik diz fleksör ve ekstensör zirve tork değerleri izokinetik bir dinamometre aracılığıyla (Humac Norm Testing & Rehabilitation System, ABD) düşük ve yüksek açısal hızlarda 5 maksimum konsantrik tekrarlı olarak ölçülmüştür. Ekstremiteler arası zirve tork değerleri arasındaki asimetri, Impellizzeri ve ark. (2007) aşağıdaki formülü kullanılarak tek tek hesaplanmıştır. Asimetri =(daha kuvvetli taraf zirve tork – daha zayıf taraf zirve tork) \ daha güçlü olan taraf X 100 Anaerobik güç Wingate anaerobik güç testi ile ölçülmüştür. Bu test, ilk 3-4s'sinde maksimal pedal çevirme hıza ulaşıldığında önceden hesaplanan yükün uygulandığı (75g/kg) ve sonrasında 30s'lik bisiklet çevirmeyi (Peak Bike, Monark Exercise AB 894E, İsveç) içermektedir. Zirve tork değerleri Anaerobik güç ile ekstremiteler arası diz fleksör ve ekstensör konsantrik zirve tork asimetrisi arasındaki korelasyonu belirlemek için Spearman korelasyon testi (Minitab Ver. 17) kullanılmıştır. Anaerobik güç ile ekstremiteler arası diz fleksör ve ekstensör konsantrik zirve tork asimetrisi arasında düşük ve yüksek açısal hızlarda düşük pozitif korelasyon (ES=0.1-0.3) olduğu görülmüştür. Bu sonuçlara göre alt ekstremiteler arası kas kuvvet asimetirisinin anaerobik güç gibi performansa etkisinin altında yatan mekanizmanın anlaşılması konusunda yeni çalışmalara ihtiyaç olduğu söylenebilir.

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN KNEE FLEXOR AND EXTENSOR ISOKINETIC INTER-LIMB STRENGTH ASYMMETRY AND ANAEROBIC POWER

The majority of studies that attempt to correlate the lower extremity muscle strength and muscular performance parameters in the literature are focused on quadriceps and hamstring muscle groups. Accordingly, the aim of this study is to examine the relationship between limb bilateral force asymmetry and anaerobic power of knee flexor and extensor muscles. 35 physically active individuals (age: 21.4 ± 3.0 years, height: 1745.6 ± 8.2cm, body weight: 67.5 ± 9.8kg, body mass index: 21.6 ± 2.3kg / m2, body fat percentage: 14.0 ± 5.1%) participated voluntarily. From this point, isokinetic knee flexor and extensor peak torque values were measured as 5 maximal concentric repetitions at low and high angular velocities via an isokinetic dynamometer (Humac Norm Testing & Rehabilitation System, USA). The asymmetry between the peak torque values of the extremities is described by Impellizzeri et al. (2007) were calculated one by one using the following formula. Asymmetry = (stronger limb peak torque - weaker limb peak torque) \ stronger side X 100 Anaerobic power was measured by Wingate anaerobic power test. This test includes a pre-calculated load (75g / kg) when the maximal pedaling speed is reached in the first 3-4s, followed by a 30s cycling (Peak Bike, Monark Exercise AB 894E, Sweden). Peak torque values The Spearman correlation test (Minitab Ver. 17) was used to determine the correlation between anaerobic power and extensor knee flexor and extensor concentric peak torque asymmetry. It was found that there was a low positive correlation (ES = 0.1-0.3) between the anaerobic power and the knee flexor and extensor concentric peak torque asymmetry between extremities at low and high angular velocities. According to these results, it can be said that new studies are needed to understand the mechanism underlying muscle strength asymmetry between lower extremities under anaerobic power.

SB918

AMATÖR ERKEK HENTBOL OYUNCULARININ YÖNERGELİ ATIŞ ANTRENMANLARININ ATIŞ HIZI VE İSABETİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

[2]Ayla Taşkıran, [1]Merve Sefa, [1]Nurper Özbar, [2]Yavuz Taşkıran

[1]Düzce Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Düzce
[2]İstanbul Gedik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

Email : *ademirdizen@yahoo.com, adpz_merve_hendek@hotmail.com, nurperozbar@gmail.com, ytaskiran@gmail.com*

Amatör Erkek Hentbol Oyuncularının Yönergeli Atış Antrenmanlarının Atış Hızı ve İsabetine Etkisinin İncelenmesi

Bu çalışmada amatör erkek hentbol oyuncularının fiziksel uygunluklarının yönergeli atış hızı ve isabetine ilişkisi araştırılmıştır. Bu çalışmanın amacı; Sakarya Büyükşehir Belediye spor Kulübünde bulunan elit erkek hentbol oyuncularının fiziksel uygunluklarının yönergeli atış hızı ve isabetine ilişkisi araştırılmıştır. 8 hafta boyunca sağlık toplarıyla yapılan plyometrik çalışmaların isabetli atış performansına etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmamızda çalışma grubu 10 ve kontrol grubu 10 kişi olarak toplam 20 elit erkek hentbol oyuncusundan oluşacaktır. Çalışmalar 6 hafta, haftada 1 gün 2 saat şeklinde yaptırılmıştır. Çalışma grubuna hafta da 1 gün teknik antrenmanlara ek olarak sağlık toplarıyla yapılan plyometrik çalışma uygulanmıştır. Çalışma öncesinde ve sonrasında grupların fiziksel ve motorik ölçümleri yapılmıştır. Kontrol grubu ise hentbol antrenmanlarına devam edecektir. Elde edilen veriler spss 17.0 paket programı ile analiz edilip incelenmiştir. Çalışma grubu ön ve son test karşılaştırmasında yönergeler arasında anlamlı farklılık bulunmuştur (p<0,01). 4. Yönerge sıçrayarak Av (km) yönergesinde anlamlı farklılık p<0,05 olarak bulunmuştur (p<0,05). Kontrol grubu ön ve son test karşılaştırmasında 4. yönerge sıçrayarak Av (km) ve 3. Yönerge 7m VA (km) anlamlı farklılık farklılığa rastlanmıştır (p<0,05). Diğer yönergelerde anlamlı farklılığa rastlanmamıştır (p>0,05). Çalışma ve kontrol grubu ön test karşılaştırması 5. Yönerge 7m AO (km) anlamlı farklılığa rastlanmamıştır (p>0,05). Diğer yönergelerde anlamlı farklılık bulunmuştur (p<0.01). Çalışma ve kontrol grubu son test karşılaştırmasında yönergelerde anlamlı farklılık bulunmuştur (p<0,01). Sonuç olarak; erkek hentbolculara 6 hafta boyunca uygulanan plyometrik antrenmanların isabetli atış performanslarında etkili olduğu görülmüştür. Anahtar Kelimeler: Plyometrik, Sağlık Topları, Hentbol, İsabet

THE STUDY OF THE EFFECT OF INSTRUCTED THROWING TRAININGS OF AMATEUR MALE HANDBALL PLAYERS ON THROWING VELOCITY AND HITTING

In this study, we researched the relationship between the physical fitness of the amateur male handball players and their guided shots speed and accuracy. The purpose of this study is;the relationship between the physical fitness of the elite male handball players who play at Sakarya Metropolitan Municipality Sports Club and their guided shots speed and accuracy.The purpose of this study was to research the effect of plyometric exercises with health balls on accurate shot performance for eight weeks. In our study, 10 study groups and 10 control groups will be composed of 20 elite male handball players. The work was done in 6 weeks, one or two days for a week. A plyometric study was performed in the study group on one day in a week, in addition to the technical workouts. Physical and motoric measurements of the groups were performed before and during the study. The control group will continue to practice handball. The obtained data were analyzed with SPSS 17.0 package program. There was a significant difference between the guidelines in the study group compared to the pre- and post-test(P <0.01). The significant difference in direction of Av. (Km) by 4th instruction was found to be p <0,05 (p <0,05).When comparing the control group with the pre- and post-test, it was found that there was a meaningful difference in the difference between the 4th instruction leap (km) and the 3rd instruction 7m VA (km) (p <0,05). No significant differences were found in other guidelines (p> 0,05). Study and control group pre-test comparison 5. Directive 7m AO (km) no significant difference was found (p> 0.05). Significant differences were found in the guidelines of the study and control group (p <0,01). As a result; plyometric training applied to male handballs for 6 weeks has been found to be effective in their performance.

SB922

TÜRKİYE SPOR TOTO SÜPER LİGİNDEKİ FUTBOL TAKIMLARININ FİZİKSEL PERFORMANS DEĞERLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Gürcan Ünlü*, [2]Bayram Polat, [3]ALPARSLAN KARTAL, [1]GÜRCAN ÜNLÜ**

[1]ONSEKİZ MART ÜNİVERSİTESİ, SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ, ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ BÖLÜMÜ, ÇANAKKALE
[2]Bozok Üniversitesi, Beden Eğitimi Spor Yüksekokulu, Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği,Yozgat
[3]Bozok Üniversitesi, Beden Eğitimi Spor Yüksekokulu, Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği,yozgat

***Email :** grcnunlu@gmail.com, , akartal6161@hotmail.com, grcnunlu@gmail.com*

Çalışmanın amacı Türkiye Profesyonel Futbol Liginde mücadele eden takımların sezon içerisindeki fiziksel performans değerlerinin ve sezon sonu lig sıralamalarının incelenmesidir. 2016-2017 yılında Spor Toto Süper Liginde yer alan 18 futbol takımın bir sezon boyuncu oynamış olduğu 34 maçtan toplam 612 müsabakanın verileri incelenmiştir. Fiziksel performans verilerinin toplanmasında Sentio Sports Analytics sistemi kullanılmıştır. Bağımsız değişkenler olarak; takımların kat ettikleri toplam mesafeler(yürüme, koşu topun oyunda kaldığı ve topun oyun dışındayken ki oyuncu hareketleri), iç ve dış sahada kat ettikleri toplam mesafeler,20 (km/s) üstü koşu mesafeleri, top takımdayken 20(km/s) üstü koşu mesafeleri, top rakipteyken 20 (km/s) koşu mesafeleri, öne doğru 20(km/s) koşu mesafeleri, geriye doğru 20(km/s) koşu mesafeleri, takım defans derinlikleri(kendi kale çizgisine en yakın savunma oyuncusu ile kale çizgisi arsındaki mesafe), topu geri kazanma süreleri, top takımdayken oynanan alan(takım genişliği*takım boyu) ve top rakipteyken oynanan alanlar değerlendirilmiş, bağımlı değişken olarak da takımların sezon sonu başarı sıralamaları ele alınmıştır. Bağımsız değişkenlerin birçoğunda lig sıralaması ile orta veya düşük düzeyde ilişkiler bulunmuş olsa da özellikle takımların topu geri kazanma süreleri ve takım defans derinlikleri daha fazla ön plana çıktığı söylenebilir.

THE INVESTIGATION OF PHYSICAL PERFORMANCE VARIABLES OF TURKİSH SPOR TOTO SUPER LEAGUE TEAMS

The aim of this study was to examine physical performance variables of turkish spor toto super league teams throughout the season 2016- 2017 season. The data including from 612 competitions from 18 teams were collected to be analysed using the Sentio Sports Analytics system. Independent variables were: total distances(walking, jogging and when conditions out of possession), covered distances by game locations (home or away), high intensity running(HIR) distances(20km/h), HIR(20km/h) distances out of possession, backward running distances, forward running distances, depth on defense, winning the ball durations, playing areas (in possession and out of possession) and as dependent variable was season-end standings. Even though most of the independent variables were significantly low or medium correlated with season-end standings, winning the ball duration and depth on defense factors may play more critical role.

SB923

YÜKSEK YOĞUNLUKLU İNTERVAL ANTRENMANLAR SIRASINDA VERİLEN FARKLI DİNLENME ARALIKLARININ KAS HASARI VE BAZI HORMON PARAMETRELERİ ÜZERİNE ETKİSİ

***[1]Armağan Şahin Kafkas*, [2]Oğuzhan Adanur, [3]Muhammed Emin kafkas**

[1]İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Hareket Ve Antrenman Bilimleri
[2]İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Hareket Ve Antrenman Bilimleri
[3]Nönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Hareket Ve Antrenman Bilimleri

***Email :** armagan.sahin@inonu.edu.tr, oguzhanadanur1@gmail.com, mkafkas1983@gmail.com*

Amaç: Bu araştırma, yüksek yoğunluklu antrenmanlar sırasında verilen farklı dinlenme aralıklarının kas hasarı ve bazı hormon parametreleri üzerine etkisini belirlemeyi amaçlamaktadır.

Yöntem: Araştırmada, gönüllülük esasına göre çalışmaya katılmayı kabul eden rekreasyonel olarak egzersiz yapan (haftada 1-2 kez) öğrenciler arasından, yaşları 21.44± 1.5 yıl, boyları 176.33±5.7 cm, vücut ağırlıkları 65.01±7.8 kg, beden kütle indeksi (BKI) 20.86±1.71 kg/m2 ve vücut yağ oranları (VYO) 11.46±3.16 % olan toplam 9 erkek öğrenci katılmıştır. Araştırmada, üç farklı dinlenme aralığı belirlenmiştir [yüklenme süresi kadar (1:1), yüklenme süresinin iki katı kadar (1:2) ve yüklenme süresinin üç katı kadar (1:3) dinlenme süresi]. Araştırmada, her protokol öncesi gönüllülere benzer prosedürü içeren, 5 dk boyunca hedef kas gruplarına yönelik germe veya özel ısınma uygulandı. Yüksek yoğunluklu antrenman protokolü, 8 hareketten oluşan ve 20 sn boyunca bu hareketler açısından en yüksek tekrar sayısına ulaşmayı hedefleyen yüklenmeleri kapsayacak şekilde 1 set olarak uygulanmıştır. Araştırmada kas hasarı ve bazı hormon parametreleri, egzersiz öncesi (istirahat seviyesi), egzersizin hemen sonrası (egzersizin akut etkisi), egzersiz bitiminin 24. , 48. ve 72. saatleri olmak üzere 5 defa ölçülmüştür. Farklı dinlenme aralıkları açısından anlamlı farklılık olup olmadığı "Friedman Testi" ile, protokoller arasındaki anlamlı farklılığın hangi protokolden kaynaklandığı ise "Wilcoxon Signed Rank Testi" ile sınandı.

Bulgular: Birinci protokol (1:1) için, testosteron (p=0,435) hariç diğer tüm kan parametrelerinde anlamlı fark olduğu saptandı. İkinci protokol (1:2) de testosteron (p=0,05), GH (p=0,001) ve CK (p=0,038) parametrelerinde anlamlı fark olduğu, ancak LDH, insülin, kortizol ve ACTH'da ise anlamlı farklılık olmadığı bulunmuştur. Üçüncü protokol (1:3) için, LDH (p=0,009), GH (p=0,018) ve ACTH (p=0,001) parametrelerinde anlamlı fark olduğu, CK, insülin, kortizol, testosteron' da ise anlamlı farklılık olmadığı belirlenmiştir.

Sonuç: Sonuç olarak, YYİA sırasında dinlenme aralığını kısa olması hem kas hasarı düzeyini arttırabilir hem de ACTH ve kortizol gibi hormon aktivitesinde artışlara neden olabilir.

Anahtar Kelimeler: Dinlenme, kas hasarı, egzersiz, kortizol

THE EFFECT OF DIFFERENT RESTING TIMES GIVEN DURING HIGH INTENSITY INTERVAL TRAINING ON MUSCLE DAMAGE AND SOME HORMONES PARAMETERS

Aim: This research aims to determine the effect of different resting intervals during high intensity interval training (HIIT) on muscle damage and some hormone parameters.

Methods: In the study, recreational exercisers (1-2 times a week) who participated in volunteer work among the students; aged 21.44 ± 1.5 years, 176.33 ± 5.7 cm in length, 65.01 ± 7.8 cm in body weight kg, body mass index (BMI) of 20.86 ± 1.71 kg / m2 and body fat percentages (BFR) of 11.46 ± 3.16%. In the study, three different rest periods were set [time to rest (1:1), twice the load time (1:2) and

three times the load time (1:3)]. Muscle damage and some hormone parameters in the study were measured 5 times before exercise (resting level), immediately after exercise (acute effect of exercise), 24th, 48th and 72nd hours of exercise. The "Friedman Test" was used to determine whether there were significant differences in terms of different resting intervals, and the "Wilcoxon Signed Rank Test" was used to determine which protocol produced the significant differences between the protocols.

Findings: For the first protocol (1:1), there was a significant difference in all other blood parameters except testosterone (p=0,435). The second protocol (1:2) was significantly different in testosterone (p=0,05), GH (p=0,001) and CK (p=0,038) but not in LDH, insulin, cortisol and ACTH. For the third protocol (1:3), there was no significant difference in CK, insulin, cortisol, and testosterone but there was substantially difference in LDH (p=0.009), GH (p=0,018) and ACTH (p=0,001) parameters.

Conclusion: As a result, a short rest interval during HIIT may result in increased muscle damage and increased hormone activity such as ACTH and cortisol.

Keywords: Rest, muscle damage, exercise, cortisol

SB944

MAKSİMAL KUVVET GELİŞİMİNDE PİRAMİDAL YÖNTEM UYGULAMASI

[2]Mehmet Taşkın, [1]Turgut Kaplan, [3]Mine Taşkın, [1]Halil Taşkın

[1]Selçuk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Konya
[2]Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya
[3]Selçuk Üniversitesi, Ali Akkanat Uygulamalı Bilimler Yüksekokulu, Konya

Email : *mehmettaskin027@gmail.com mehmettaskin027@gmail.com , tkaplan@selcuk.edu.tr , mtaskin@selcuk.edu.tr , htaskin@selcuk.edu.tr*

ÖZET Bu çalışmada piramidal yöntem uygulaması ile maksimal kuvvet gelişiminin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya rekreasyonel olarak aktif olan ve Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören 28 öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmaya katılan denekler çalışma grubu ve kontrol gurubu olarak iki guruba ayrılmışlardır. Yaşları ortalaması 20,64±1,08 yıl, boyları ortalamaları 1,78±0,05 m ve vücut ağırlıkları ortalaması 71,21±7,81 kg olan 14 kişi çalışma gurubunu, yaşları ortalaması 20,79±0,80 yıl, boyları ortalamaları 1,77±0,05 m ve vücut ağırlıkları ortalaması 71,00±7,38 kg olan 14 kişi kontrol gurubunu oluşturmuşlardır. Çalışma gurubuna katılan deneklere 8 hafta süresince haftada 3 gün piramidal yöntem uygulanmıştır. Kontrol gurubu ise normal çalışmalarına devam etmiştir. Çalışma ön test – son test modeline göre yapılmıştır. Piramidal Yöntem uygulaması; deneklerin önce maksimal kuvvetleri tespit edilip, çalışmanın şiddeti %80 – 100 aralığında yapılmıştır. Çalışmada 3' lü piramidal yöntem uygulanmış, yüklenme yoğunluğu orantılı olarak artırılırken tekrar sayısı azaltılmıştır. Çalışma gurubuna, büyük kas guruplarına yönelik olan Squat, Lat pull down ve Bench press, egzersizleri uygulanmıştır. Çalışma gurubuna uygulanan 8 haftalık antrenman sonucunda squat değerinde %19, latpull down değerinde %15 ve bench press değerinde ise %18 oranında artış görülürken (P<0,05), kontrol gurubunun squat değerinde %8, latpull down değerinde %11 ve bench press değerinde ise %9 oranında artış olduğu tespit edilmiştir (P<0,05). Sonuç olarak, piramidal yöntem uygulaması ile % 8 oranında maksimal kuvvet gelişimi sağlanabileceği düşünülmektedir.

Anahtar Sözcükler: Antrenman; Maksimal kuvvet; Piramidal.

PYRAMIDAL METHOD IN MAXIMAL FORCE DEVELOPMENT

SUMMARY In this study, it is aimed to investigate the development of maximal strength by application of pyramidal method. Recreationally active 28 students, who were studying at the Faculty of Sports Sciences, participated in the research voluntarily. The subjects participating in the study were divided into two groups as experimental group and control group. The mean age was 20, 64 ± 1, 08 years, the mean height was 1,78 ± 0,05 m and the mean body weight was 71,21 ± 7,81 kg for experimental group (N=14). The mean age was 20,79 ± 0,80 years, the mean height was of 1,77 ± 0,05 m and body weight was 71,00 ± 7,38 kg for control group (N=14). The subjects participating in the experimental group were given a pyramidal method for 3 days a week during 8 weeks. The control group continued their normal training. The study was conducted according to the pre - test - post - test model. Pyramidal method application; first all, the maximal strength for each the subjects were determined and the intensity of the work was made between 80 - 100%. In the study, triple pyramidal method was applied and the number of repetition was decreased when the load intensity was increased proportionally. For the experimental group, Squat, Latpull down and Bench press exercises, which were towards large muscle groups, were applied. The squat value was increased by 19%, the latpull down value by 15% and the bench press value by 18% (P <0, 05) for experimental group, the squat value was 8%, the latpull down value was 11% and the bench press (P <0, 05) for the control group. In conclusion, it was considered that maximal strength development can be achieved by pyramidal method at 8%.

Key words: Training; Maximal strength; Pyramidal

SB949

YÜKSEK ŞİDDETLİ ANTRENMAN PROGRAMI SONRASI HENTBOLDA 7 METRE ATIŞININ ANALİZİ

***[1]Kaan Kaya*, [2]Barış Gürol**

[1]Anadolu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı, Eskişehir
[2]Eskişehir Teknik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Eskişehir

***Email :** kaankaya@anadolu.edu.tr, barisgurol26@gmail.com*

Giriş ve amaç: Bu çalışmanın amacı yüksek şiddetli antrenman programı sonrası hentbolda 7 metre atışının analizini yapmaktır. Hentbol oyuncuları hentbol oyununu temsil eden yüksek şiddetli antrenman programı içeren çalışmayı tamamlamıştır. Yüksek şiddetli antrenman top sürme, sprint, kayma adımı, sıçrayarak atış ve 7m atışını içermektedir. Yöntem: Araştırmaya, 2017-2018 hentbol sezonunda Kadınlar Hentbol 1.liginde oynayan Anadolu Üniversitesi Gençlik ve Spor Kulübünden 14 sporcu [yaş (yıl)=21.3±2.2, boy uzunluğu 169.2±6.2, vücut ağırlığı (kg)=66.25±10.35)] gönüllü olarak katılmıştır. Dinlenik kalp atım hızları, dinlenik kan laktatları, atış sonu kalp atım hızları, atış sonu kan laktatları, atış süreleri hesaplanmıştır. Parkurda atışlar sırasında 7 metreden kalede belirlenen hedeflerin vurulması istenmiştir. Kalp atım hızları Polar s810i (Polar Electro, Finland) kalp atım hızı ölçer saat ile belirlenmiştir. Kan laktatları ise EKF Lactate scout (EKF DiagnosticsGmbH, Barleben, Germany) cihazı ile ölçülmüştür. Verilerin analizinde bağımlı gruplarda t testi uygulanmıştır. Bulgular: Dinlenik kalp atım hızları 71.20±6.40, atış sonu kalp atım hızları 175.21±9.84 ve dinlenik kan laktatları 1.61±0.42 ve atış sonu kan laktatları ise 4.76±1.35 olarak bulunmuştur. Dinlenik kalp atım hızları ile atış sonu kalp atım hızları arasında ve dinlenik kan laktatları ve atış sonu kan laktatları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. ($p \leq 0.05$).Sonuç: Hentbolda oyun süresi ve şiddeti arttıkça kalp atım hızı artmakta ve bununla beraber kan laktat değeri de artmaktadır denilebilir. Hentbolda antrenmanlar anında yorgunluk değerleri açısından sayısal veriler aracılığıyla monitörizasyon yapılması ve yüksek şiddetli antrenman parkurları hazırlanması fiziksel ve taktiksel içeriklerin programlanması ve yönlendirilmesi açısından önemlidir.

Anahtar kelimeler: Yüksek şiddetli antrenman, atış analizi, hentbol, laktat.

ANALYSIS OF HANDBALL 7 METER SHOOT AFTER HIGH INTENSITY PROGRAM

Analysis of handball 7 meter shoot after high intensity program

Introduction: The aim of this study was to analyze the 7 meter shoot after high intensity training program. Handball players have to finish the high intensity program which was designed from simulative handball games. The high intensity testing program includes dribbling, sprint, slide, jump shooting and handball penalty (7m) shooting. Methods: Fourteen female players who was played in Anadolu University Youth Club Handball team participated the study volutarily. [age (year)=21.3±2.2, height 169.2±6.2, weight (kg)=66.25±10.35)]. Resting heart rates and lactates, after shooting heart rates and lactate levels was tested. Heart rates was tested via Polar s810i (Polar Electro, Finland) heart rate monitoring system. Lactate threshold was tested via EKF Lactate scout (EKF DiagnosticsGmbH, Barleben, Germany) analyzer. Dependent sample t test was used. Results: Resting heart rates was 71.20±6.40bpm, after shooting heart rates was 175.21±9.84bpm and resting lactate threshold was 1.61±0.42 and after shooting lactate thresholds was 4.76±1.3 respectively. There was a significant relationship between resting heart rates and after shooting heart rates and resting lactate threshold and after shooting lactate thresholds ($p \leq 0.05$). Conclusion: In conclusion, to know how the high intensity program affects the handball player was very important. The current findings may also support the notion of training all players to delay the feeling of fatigue.

Keywords: High intesnsity training, shooting analysis, handball, lactate.

SB950

2017-2018 TÜRKİYE BASKETBOL SÜPER LİGİ NORMAL SEZONUNUN ANALİZİ

***[1]Kaan Salman*, [1]Kemal Göral, [1]Özcan Saygın**

[1]Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Email : *kaansalman@mu.edu.tr, ,*

Bu çalışmanın amacı, 2017-2018 Türkiye Basketbol Süper Ligi normal sezonunda oynanan müsabakaların analizidir. Araştırmada kullanılan veriler Türkiye Basketbol Federasyonu resmi internet sitesinden elde edilmiştir. Elde edilen tüm veriler SPSS programında kaydedilmiş, frekans ve yüzde değerleri hesaplanarak yorumlanmıştır. Oynanan müsabakalarda takımların attıkları ve yedikleri sayılar, başarılı ve başarısız atışlar, bu atışların bölgelere göre dağılımları, atışların yapan oyuncuların mevkilere göre dağılımı, ribaund, asist, blok, top çalma, top kaybı gibi çeşitli parametreler incelenmiştir. Takımlar oynadıkları mücadelelerde maç başına ortalama 80,0±3,40 sayı atarken, bu sayıları % 52,25 başarılı iki sayılık atış, % 36,6 başarılı üç sayılık atış ve % 73,1 bir sayılık atış isabetleri ile sağlamıştır. Müsabakalarda maç başına ortalama 9,7±1,04 hücum ve 23,7±1,32 savunma olmak üzere toplam 33,4±1,75 ribaund, 18,0±1,71 asist, 2,3±0,48 blok, 6,1±0,86 top çalma, 12,0±0,93 top kaybı ve 19,7±1,38 faul yapmışlardır. Takımlar maç başına attıkları sayıların % 17,38 'ini serbest atış çizgisinden , % 51,79 'unu iki sayılık atış bölgesinden ve % 30,82 'lik kısmını üç sayı çizgisinin gerisinden elde etmişlerdir. Tüm bu verilere bakıldığında günümüzde teknolojinin ilerlemesi ile birlikte basketbolda müsabaka analizi alanında da hızlı bir gelişim olmuştur ve antrenörlerin müsabaka öncesi rakibini analiz etme noktasında çok önemli bir yer tuttuğu söylenebilir.

ANALYSIS OF 2017-2018 REGULAR SEASON OF TURKISH BASKETBALL SUPER LEAGUE

The aim of this study was the analysis of 2017-2018 Turkish Basketbal Super League match played in a regular season. The data used in this study were obtained from the Turkish Basketball Federation official web site.All data obtained were recorded in SPSS program and frequency and percentage values were calculated and interpreted. Various parameters such as throwing and eating numbers of the teams, successful and unsuccessful shots, distribution of these shots by region, distribution of the players who made the shots, rebounds, assists, blocks, steals, and turnovers were examined.The teams scored an average of 80.0±3.40 points per game while the score were obtained 52.3% successful two-point shot, 36.6% successful three-point shot and 73.1% free throw.In the competitions, they made a total of 33.4±1.75 rebounds, including an average of 9.7±1.04 attacks and 23.7±1.32 defenses per game.In addition, average of 18.0±1,71 assists, 2.3±0.48 blocks, 6.1±0.86 steals, 12.0±0.93 turnoversand 19.7±1.38 fouls were made per game. The team obtained the total number by 17.4% in free throws line, 51.8% in two-points shot area and 30.8% behind the three-point line per game.When all these data are analyzed, there has been a rapid development in the field of competition analysis in basketball with the advancement of technology. It can be said that the competition analysis has a very important role in the analysis of the competitor made by coach before the competition.

SB951

GENÇ KADIN VOLEYBOLCULARIN 2X2 TAM SAHA OYUNLARININ SETLERİNE VERDİKLERİ KALP ATIM HIZI VE ALGILANAN ZORLUK DERECESİ CEVAPLARININ KARŞILATIRILMASI

***[1]Tuğçe Bölükbaşı*, [1]Tuğçe Bölükbaşı, [1]Yusuf Köklü, [1]Bilal Utku Alemdaroğlu**

[1]Pamukkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, DENİZLİ

***Email :** tugcebolukbasi11@gmail.com, tugcebolukbasi11@gmail.com, ykoklu@pau.edu.tr,*

GENÇ KADIN VOLEYBOLCULARIN 2X2 TAM SAHA OYUNLARININ SETLERİNE VERDİKLERİ KALP ATIM HIZI VE ALGILANAN ZORLUK DERECESİ CEVAPLARININ KARŞILATIRILMASI

Tuğçe Bölükbaşı, Yusuf Köklü, Utku Alemdaroğlu

Pamukkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

ÖZET

Bu çalışma genç kadın voleybolcuların 2x2 tam saha oyunlarının setlerine verdikleri kalp atım hızı (KAH) ve algılanan zorluk derecesi (AZD) cevapların karşılaştırılması amacıyla yapılmıştır. Çalışmaya 12 genç kadın voleybolcu (yaş: 16,3 ± 0,7 yıl, boy uzunluğu: 167,7 ± 4,9 cm, vücut ağırlığı: 55,9 ± 6,0 kg, antrenman yaşı: 5,2 ± 1,9 yıl) gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmaya katılan sporcuların antropometrik ölçümleri yapıldıktan sonra 4 set 2x2 tam saha oyunlar (set süresi: 3 dk; setler arası dinlenme süresi: 2 dk) oynatılmıştır. Oyunlar sırasında oyuncuların KAH cevapları polar saatlere kaydedilirken, oyunculara 10 luk AZD skalası her setin bitiminden hemen sonra sorulmuştur. Setler arasında KAH ve AZD cevapları arasındaki farklara tekrarlı ölçümlerde varyans analizi ile bakılmıştır. Yapılan analizler sonucunda oyuncuların 2x2 tam saha oyunlarının birinci setine diğer setlerinden istatistiksel olarak anlamlı daha düşük KAH cevapları verdikleri bulunmuştur ($p<0,05$). Bununla birlikte oyuncuların tüm setlerine istatistiksel olarak anlamlı farklı AZD cevapları verdikleri bulunmuştur ($p<0,05$). Sonuç olarak, bu çalışma 2x2 tam saha oyunlarının birinci setlerine daha düşük KAH ve AZD cevapları verdikleri göstermektedir. Bu sonuçlar ışığında birinci setlerin ısınma gibi geçtiği söylenebilir. Antrenörler 2x2 tam saha oyunların set sayılarını planlarken ilk setin daha düşük fizyolojik cevaplar oluşturduğunun farkında olup, ona göre set sayısı planlamaları önerilmektedir.

ANAHTAR KELİMELER: Kalp atım hızı, algılanan zorluk derecesi, oyun temelli antrenman

A COMPARISON OF HEART RATE AND RATING OF PERCEIVED EXERTION RESPONSES BETWEEN BOUTS OF FULL-COURT 2-A-SIDE GAME IN YOUNG WOMEN VOLLEYBALL PLAYERS

A COMPARISON OF HEART RATE AND RATING OF PERCEIVED EXERTION RESPONSES BETWEEN BOUTS OF FULL- COURT 2-A- SIDE GAME IN YOUNG WOMEN VOLLEYBALL PLAYERS

Tuğçe Bölükbaşı, Yusuf Köklü, Utku Alemdaroğlu

Pamukkale University, Faculty of Sport Sciences

ABSTRACT

The purpose of this study was to compare the heart rate (HR) and rating of perceived exertion responses (RPE) responses between bouts of full-court 2-a-side game in young women volleyball players. Twelve players (average age 16.3 ± 0.7 years; height 167.7 ± 4.9 cm; body mass 55.9 ± 6.0 kg; training age: 5.2 ± 1.9 years) participated in the anthropometric tests (height and body mass,) followed by volunteered to perform the 4 bouts of full-court 2-a-side game. HR responses were monitored during full-court 2-a-side game, whereas the RPE responses were determined at the end of each bout of full-court 2-a-side game. The differences in HR and RPE either among the bouts were identified using one-way analysis of variance with repeated measures. Significant differences were found on HR and RPE among the bouts ($p<0.05$). This study also demonstrated that HR and RPE during the first bout were lower compared to the other 3 bouts in full-court 2-a-side game. These results suggest that coaches should pay attention on choosing the number of bouts to improve desired physical conditioning of young volleyball players in volleyball training.

KEY WORDS : Heart rate, rating of perceived exertion, game based training

SB952

GENÇ FUTBOLCULARDA DÖRT HAFTALIK D3 VİTAMİNİ TAKVİYESİNİN TESTOSTERON VE BÜYÜME HORMONUNA ETKİSİ

[2]Vedat Çınar, [2]Bedrettin Bulgurlu, [1]Salih Öner

[1]Yüzüncü Yıl Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu VAN
[2]Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi ELAZIĞ

Email : *cinarvedat@hotmail.com, cinarvedat@hotmail.com, salihgakko_23@hotmail.com*

Amaç: Araştırmada futbol antrenmanlarına ek olarak uygulanan D3 vitamini takviyesinin testosteron ve Büyüme hormonu üzerinde yaratacağı etkilerin belirlenmesi amaçlanmıştır. Yöntem: Araştırma grubunu amatör olarak futbol oynayan 14 erkek gönüllü katılımcı oluşturmuştur. Katılımcılar kontrol (n:7) ve takviye grubu (n:7) olarak iki eşit gruba bölünmüştür. Kontrol grubu dört hafta boyunca, haftada 5 gün, günde 110 dakika rutin futbol antrenmanlarına devam ederken, takviye grubu antrenmanlara ek olarak D3 vitamini takviyesi almıştır. Katılımcılardan antrenman ve takviyeler başlamadan önce ve dört haftalık program sonunda olmak üzere iki defa dinlenik durumda kan örnekleri alınmıştır. Alınan kan örneklerinde sporcuların testosteron ve büyüme hormonu seviyeleri analiz edilmiştir. Elde edilen veriler SPSS 22 paket program kullanılarak analiz edilmiş ve sonuçlar değerlendirilmiştir. Bulgular: Analiz sonucunda gruplar arasında herhangi bir farklılık görülmemiştir. Grup içi analiz sonuçlarında ise; kontrol grubunda bir farklılık görülmezken ($p>0,05$), takviye grubunun ön test son test değerleri arasında anlamlı farklılıklar olduğu belirlenmiştir ($p<0,05$). Sonuç: Sonuç olarak futbol antrenmanlarıyla birlikte uygulanan D3 vitamini takviyesinin testosteron ve büyüme hormonu üzerinde farklılıklar oluşturduğu bulunmuştur. Bu sebeple antrenmanlara ek olarak uygulanan takviyenin genç futbolcularda fayda sağlayabileceği düşünülmektedir.

THE EFFECT OF FOUR-WEEKLY D3 VITAMIN REVEAL ON TESTOSTERONE AND GROWTH HORMONE IN YOUNG FOOTBALLERS

Purpose: It was aimed to determine the effects of D3 vitamin supplementation on testosterone and growth hormone in addition to soccer training in the study. Method: The study group consisted of 14 male volunteers who played football as amateurs. Participants were divided into two equal groups as control (n: 7) and reinforcement group (n: 7). The control group continued routine football training for 4 weeks, 5 days a week, 110 minutes a day, while the supplement group received D3 vitamine supplement in addition to the training. Blood samples were taken from the participants at rest two times before the training and reinforcements were started and at the end of the four week program. Testosterone and growth hormone levels of the athletes were analyzed in the blood samples taken. The obtained data were analyzed using SPSS 22 packet program and the results evaluated. Findings: No difference was observed between the groups as a result of the analysis. In the intra-group analysis results; it was determined that there was a significant difference between pre-test post-test values of ($p>0,05$), supplement group when no difference was observed in the control group ($p>0,05$). Conclusion: As a result, it was found that the D3 vitamin supplementation applied with soccer exercises had differences on testosterone and growth hormone. For this reason, it is thought that the training applied in addition to the training can benefit young soccer players.

SB963

FARKLI TEKRARLI SPRİNT TESTLERİNİN PERFORMANS VE FİZYOLOJİK YANITLARININ İNCELENMESİ

***[1]Hakan Göveli*, [2]Mehmet Gören Köse, [2]Tahir Hazır, [2]Ayşe KİN-İŞLER**

[1]MEB Betül Can Anadolu Lisesi
[2]HacetepeÜniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Egzersiz Ve Spor Bilimleri Bölümü, Spor Ve Antrenörlük ABD

Giriş ve Amaç: Bu çalışma farklı tekrarlı sprint testlerinin (TST) performans ve fizyolojik yanıtlarının incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Yöntem: Çalışmaya19 basketbolcu gönüllü olarak katılmıştır.Katılımcılar üç ayrı günde rastgele sırayla 25 saniye pasif dinlenme ile düz tekrarlı sprint (6x25m;DTST), 180° mekik tekrarlı sprint (6x(2x12.5m;MTST) ve 100° yön değiştirmeli tekrarlı sprint (6x25m;YDTST) testlerinekatılmışlardır.Üç farklı TST sonrasında performans yanıtları olarak katılımcıların en iyi sprint zamanı(EİSZ), toplam sprint zamanı(TSZ) ve performans düşüş yüzdesi(PDY) değerleri belirlenmiştir. Fizyolojik yanıtlarının belirlenmesi için ise testler öncesi ve testler süresince katılımcıların kalp atım hızı(KAH) kaydedilmiş ve dinlenik, ısınma, ortalama ve maksimum kalp atım hızı değerleri belirlenmiştir(sırasıyla KAHdin, KAHOrt ve KAHMaks). Ayrıca dinlenik(LAdin)ve maksimal laktik asit(LAMaks) yanıtlarının belirlenmesi için testler öncesi ve sonrasında 3., 5. ve 7. dakikalarda kan alınmıştır. Bunlara ek olarak TST sırasında her 25m bitiminde Algılanan Zorluk Derecesi(AZD) skalası gösterilerek maksimal AZD(AZDMaks) değeri belirlenmiştir. Bulgular ve Sonuç:Farklı yapıdaki TST'nin fizyolojik ve performans değişkenleri üzerine etkisi tekrarlı ölçümlerde ANOVA ve Bonferroni post hoc testi ile belirlenmiştir.Üç farklı TST'de elde edilen EİSZ ile TSZ değerlerinde istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır($p<0.01$). Bonferroni çoklu analiz sonuçları DTST'deölçülenEİSZ değerlerinin MTST-EİSZve YDTST-EİSZ değerlerinden, MTST-EİSZ değerlerininise YDTST-EİSZ değerlerinden anlamlı derecede iyi olduğunu göstermiştir. TSZ değerlerine bakıldığında ise DTST-TSZ değerlerinin diğer iki testten elde edile TSZ değerlerinden anlamlı derecede iyi olduğu görülmüştür. Bir diğer performans değişkeni olan PDY değerleriise benzer bulunmuştur($p>0.05$). Bu bulgulara ek olarak testler sırasında ölçülen KAHOrt, KAHMaks, LAMaksve AZDMaks değerlerinde anlamlı bir farklılık belirlenmemiştir($p>0.05$). Sonuç olarak fizyolojik değişkenlerde bir farklılık olmamasına rağmen DTST'nin diğer iki teste göre daha iyi performans yanıtlarına neden olduğu görülmüştür.

INVESTIGATION OF PERFORMANCE AND PHYSIOLOGICAL RESPONSES TO DIFFERENT REPEATED SPRINT TESTS

The purpose of this study was to investigate the performance and physiological responses to different repeated sprint tests(RST). 19 basketball players participated in this study voluntarily. Participants were randomly participated in straight- repeated sprint test (6x25m; SRST), 180° shuttle-repeated sprint test [6x(2x12.5m); SHRST] and 100º change of direction- repeated sprint test [(6x(25m) CODRST] with 25 seconds passive recovery durations. After 3 different RST, best sprint time (BST), total sprint time (TST), and percentage of performance decrement (PD%) were determined as performance responses. Participants' heart rate (HR) was continuously recorded before and during the tests to determine resting, mean and maximum heart rates (HRrest, HRmean and HRmax, respectively). In addition, blood lactate was determined before and at 3rd, 5th, and 7th minutes after the tests to determine rest (LArest) and maximal lactate (LAmax) responses. The Ratings of Perceived Exertion (RPE) scale was shown to participants at the end of each 25m to determine the maximal RPE (RPEmax) value. Repeated measures of ANOVA and Bonferroni post hoc test were used to determine the effect of different RST on physiological and performance variables. Statistically significant differences were found between BST and TST values in 3 different RST($p<0.01$). Bonferroni results showed that BST values at SRST were significantly better than the SHRST-BST and CODRST-BST values. On the other hand, SHRST-BST values were significantly better than CODRST-BST values. When TST values were examined, it was seen that SRST-TST values were significantly better than TST values obtained from the other two RST. PD% values on the other hand, were similar ($p>0.05$). In addition to these findings, there was no significant difference in HRmean, HRmax, LAmax and RPEmax measured during the tests ($p>0.05$). It can be concluded that, although there was no significant differences in physiological responses, performance responses in SRST were better than the other two tests.

SB964

BADMİNTONA ÖZGÜ 8 HAFTALIK REAKSİYON ANTRENMANININ GÖRSEL MOTOR REAKSİYON ZAMANI ÜZERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

***[1]Semra Bıdıl*, [1]Berkay Arslan, [1]Kevser Bozkurt, [1]Sina Cem Düzova, [1]Ece Ayaz, [1]Berfin Serdil Örs, [1]Elvin Onarıcı Güngör, [1]Deniz Şimşek**

[1]Eskişehir Teknik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Eskişehir

***Email :** badminton26@gmail.com*

Badmintona Özgü 8 Haftalık Reaksiyon Antrenmanının Görsel-Motor Reaksiyon Zamanı Üzerine Etkisinin İncelenmesi

Semra Bıdıl, Berkay Arslan, Kevser Bozkurt, Sina Cem Düzova, Örs, Elvin Onarıcı Güngör, Deniz Şimşek ÖZET

Badminton, kısa süreli yüksek yoğunluklu ve kısa intervaller içeren bir spordur. Bunun yanı sıra, badminton sporunda koordinatif yetenekler çok önemlidir. Bu koordinatif özelliklerden biri hızlı yanıt verme için önemli olan reaksiyondur. Hızlı reaksiyon, sportif performansta önemli bir faktör olmakla beraber badminton branşına özgü becerilerde seri reaksiyon süresi önem taşımaktadır. Gerçekleştirilen çalışmanın amacı 8 haftalık FITLIGHT Trainer ™ (FitLight Sports Corp., Kanada) sistemi ile verilen görsel reaksiyon antrenmanının, badminton oyuncularının görsel-motor reaksiyon zamanı üzerine etkisini belirlemektir. Bu amaç doğrultusunda; uluslararası badminton şampiyonalarına katılmış 15 elit badminton oyuncusu rastgele iki gruba ayrılmıştır (Antrenman Grubu: n=8; Kontrol Grubu: n=7). Reaksiyon antrenmanı, 8 adet RGB Lazer Ledli ışık vericisinden ve merkezi el kontrol ünitesinden oluşan kablosuz (wireless) reaksiyon geliştirme ve antrenman sistemi olan FitLight Trainer ™ ile verilmiştir. Deney ve kontrol grubuna uygulanan ön ölçüm ve son ölçümlerde ölçüm protokolü olarak badmintona özgü reaksiyon testi (Water ve ark. 2017) ve 22 reaksiyonu içeren 10 seriden oluşan görsel basit-motor reaksiyon testi (Zwierko ve ark. 2014) uygulanmıştır. Uygulanan test protokollerine göre her serideki görsel uyaranlara verilen yanıtın toplam süresi ve ortalama reaksiyon süresi hesaplanmıştır. Grupların ön test parametreleri arasında fark yoktur ($p>0.05$). Grupların kendi içinde ön ve son testleri arasındaki farkın istatistiğine bağımlı örneklemler t- Testi, gruplar arasında son testler arasındaki farkın istatistiğine ise bağımsız örneklemler t-Testi ile bakılmıştır. Bu araştırmadaki ana bulgulara göre antrenman grubunda kontrol grubuna göre: (1) toplam test süresinde ve (2) ortalama reaksiyon süresinde istatistiki anlamda önemli derecede azalma gözlenmiştir ($p<0.05$). Bu araştırma bulgularından elde edilen sonuçların, badminton antrenmanlarına fayda sağlayacağı, ayrıca badminton oyuncularının görsel algı becerilerinin geliştirmesinde yol gösterici olacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Badminton, Reaksiyon, Motor, Fitlight, Antrenman

INVESTIGATION OF THE EFFECT OF BADMINTON-SPECIFIC 8 WEEK REACTION TRAINING ON VISUAL-MOTOR REACTION TIME

Investigation of the Effect of Badminton-Specific 8 Week Reaction Training on Visual-Motor Reaction Time

Semra Bıdıl, Berkay Arslan, Kevser Bozkurt, Sina Cem Düzova, Berfin Serdil Örs, Elvin Onarıcı Güngör, Deniz Şimşek

ABSTRACT Badminton is a sport that includes intervals with high density in short duration and short intervals. Besides, coordinative skills are very important in badminton. One of these coordinative properties is the reaction which is important for rapid response. Rapid reaction is an important factor in sportive performance, but serial reaction time is also important in badminton branch-specific skills. The purpose of the study was to determine the effect of visual reaction training on the visual-motor reaction time of the badminton players

after the 8-week training given with FITLIGHT Trainer ™ system. For this purpose, the elite badminton players, who have participated in 16 international badminton championships, are randomly divided into two groups. (Training Group: n=8; Control Group: n=7). The reaction training was measured by the wireless reaction development and training system FitLight Trainer ™, consisting of 8 RGB Laser LED light transmitters and a central hand control unit. In preliminary and final measurements applied to the experimental and control group, reaction test specific to badminton (Water ve ark. 2017) and 10 series of simple motor reaction task (Zwierko at al, 2014) including 22 reactions were applied as the measurement protocol. The total duration of the response to the visual stimuli on each plot and the average reaction time were calculated according to the test protocols applied. Paired samples t test was applied for the difference between the pre- and post-tests of the groups; the statistical significance of differences between the groups was examined with independent samples t test. There is no difference between the pre-test parameters of the groups ($p>0.05$). According to the main findings of this study, incompliance with the

SB970

EGZERSİZ YAPTIRILAN RATLARDA ANTEP FISTIĞI KABUĞU EKSTRESİNİN BAZI DOKULARDA OKSİDATİF HASARA ETKİSİ

[1]Hüseyin Eroğlu*, [2]Hüseyin Serkan Erol, [3]Yavuz Akkuş, [3]Yunus Öztaşyonar, [3]Davut Budak, [3]Elif Şıktar, [2]B. Mesut Halıcı

[1]Sütçü İmam Üniversitesi BESYO
[2]Atatürk Üniversitesi Veteriner Fakültesi
[3]Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

ÖZET Amaç; Egzersiz sırasında artan kas fonksiyonları ve enerji tüketimi metabolik aktiviteyi hızlandırarak oksijen ve mitokondriel elektron transport zincirinden elektron sızıntısı ile birçok reaktif oksijen türünün ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Bu reaktif oksijen türlerine karşın özellikle diyetle alınan antioksidan maddelerin önemi büyüktür. Bu çalışmada da Antep fıstığı yaş kabuğunu ekstresinin akut yüzme egzersizi yaptırılan ratlarda antioksidan özelliği araştırılmıştır. Yöntem; Çalışmada 3 ayrı grup için (Sedaner, Egzersiz, Egzersiz+ Antep Fıstığı Yaş Kabuğu Ektresi (AFYKE)) toplam 18 rat kullanıldı. Ratlara oral sonda ile 14 gün boyunca 100 mg/kg/gün AFYKE verildi. Ratlara 14 gün süreyle 100X80X80 ebatlarındaki havuzda yoruluncaya kadar yüzme egzersizi yaptırıldı (31oC sıcaklıkta). Ratların kalp ve akciğer dokusu alındı. Oksidatif stresi değerlendirmek için Lipid Peroksidasyonu (LPO), Glutatyon (GSH), Süperoksit Dismutaz (SOD), Katalaz (CAT) Aktiviteleri ölçüldü. Bulgular; MDA seviyesi kalp ve akciğer dokusunda özellikle sedanterlere oranla her iki grupta anlamlı şekilde artmıştır ($p<0.05$).AFYKE grubundaki artış egzersiz grubuna göre anlamlı olarak daha düşüktür ($p<0.05$). SOD değerleri her iki dokuda, GSH ve CAT değerleri kalp dokusunda AFYKE grubunda sedanter ve egzersiz grubuna göre anlamlı olarak yüksek tespit edilmiştir ($p<0.05$). Akciğer dokusunda GSH ve CAT hem egzersiz hem de AFYKE verilen grupta sedanterlere kıyasla önemli derecede artmıştır ($p<0.05$). Sonuç; Bu sonuçlar doğrultusunda MDA değerleri göz önüne alındığında akut yüzme egzersizlerinin oksidatif strese neden olduğu fakat AFYKE'nin hem MDA seviyesini düşürerek hem de antioksidan enzim seviyelerini artırarak oksidatif hasarı azalttığı söylenebilir.

THE EFFECTS OF WET SHELL EXTRACT OF PISTACHIO ON OXİDATIVE DAMAGE IN SOME TISSUES OF RATS TO WHICH ACUTE SWIMMING EXERCISES ARE APPLIED

ABSTRACT Purpose: Muscle functions increasing during exercise and energy consuming cause many reactive oxygen type to occur by expediting metabolic activity with electron leak from oxygen and mitochondrial electron transport. Antioxidant materials taken with a diet especially have great importance towards this oxygen type. In this study, antioxidant characteristic of Wet Shell Extract of Pistachio of rats to which acute swimming exercises are applied is studied. Method: Total 18 rats for three different groups (sedentary, exercise, exercise+ Wet Shell Extract of Pistachio) were used. 100 mg/kg/day Wet Shell Extract of Pistachio were given to the rats with an oral catheter. Swimming exercises are applied to rats until they get tired in a pool (100*80*80), (at 31 oC) heart and lung tissues of rats were taken. Lipid peroxidation (LPO), glutathione (GSH), superoxide dismutase (SOD), catalase (CAT) activities were measured. Findings: MDA level in heart and lung tissues increased significantly in both groups in proportion to sedentary ($p<0.05$). increase in Wet Shell Extract of Pistachio group is lower in proportion to exercise group ($p<0.05$). SOD values in both tissue, GSH and CAT values in heart tissue are significantly high in Wet Shell Extract of Pistachio group in proportion to sedentary and exercise group ($p<0.05$). GSH and CAT in lung tissue significantly increased in both exercise group and Wet Shell Extract of Pistachio group in comparison with sedentary ($p<0.05$). Result: As a result of this, it can be said that when MDA values are considered acute swimming exercises cause oxidative stress however Wet Shell Extract of Pistachio decreases oxidative damage by decreasing MDA level and increasing antioxidant enzyme levels.

SB972

12-14 YAŞ TENİSÇİLERDE 10 HAFTALIK BOSUBALL EGZERSİZLERİNİN STATİK DENGEYE ETKİSİ

***[1]Gözdem Yersu Kaya*, [2]Akan Bayrakdar, [3]Mehmet Günay**

[1]Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi
[2]Bingöl Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu
[3]Gazi Üniversitesi

***Email :** , ,*

Özet Bu çalışmanın amacı 12-14 yaş arası tenisçilerde denge egzersizlerinin statik denge üzerine etkisini incelemektir. Çalışmanın örneklemini Ankara ili tenis kulüplerinde aktif olarak tenis oynayan ve antrenman planına uygun olarak haftalık 7 saat üzeri (4- 5 birim) antrenman yapan 12-14 yaş arası denekler oluşturmaktadır. Çalışmaya katılan denekler 2 gruba ayrılmıştır. Birinci grupta 8 tenisçi çocuk bosuball egzersizleri ve (4-5 birim) tenis antrenmanı, ikinci grupta 8 tenisçi çocuk (4-5 birim) tenis antrenmanı yapmıştır. Çalışma haftalık en az 7 saat olmak üzere toplamda 10 hafta devam etmiştir. Çalışmaya katılan deneklerden egzersiz periyodu öncesi ve sonrasında boy, vücut ağırlığı, BKİ ve statik denge ölçümleri alınmıştır. Elde edilen verilerin değerlendirilmesinde SPSS 22 paket programı kullanılmıştır. Çalışmamızın bulgularına göre; deney grubunun öne arkaya salının standart sapma hızında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Sağa sola standart sapma, toplam statik dengede, öne arkaya salınım hızında, sağa sola salınım hızında ve toplam statik denge salınım hızında $p<0,05$ düzeyinde anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Kontrol grubunda ise olumlu yönde gelişmeler olmasına rağmen istatistiki anlamda bir farklılık bulunamamıştır. Sonuç olarak; tenisçilerde 10 haftalık bosuball egzersizlerinin statik denge üzerine etkisinin olduğu söylenebilir. Ayrıca kontrol grubundaki gelişimin çocukların büyüme ve gelişme çağında olmasında kaynaklandığı düşünülmektedir. Anahtar Kelimeler: Tenis, bosuball, egzersiz, statik denge.

THE EFFECTS OF 10 WEEKS BOSUBALL EXERCISES ON STATIC BALANCE IN 12-14 AGE TENNIS PLAYERS

Abstract The aim of this study was to investigate the effects of balance exercises on static balance in junior tennis players aged 12- 14. The sample of the study was composed of subjects aged 12-14 who played tennis actively in the Tennis Clubs of Ankara province and trained more than 7 hours per week (4-5 units) in accordance with the training plan. The subjects who participated in the study were divided into 2 groups. In the first group, 8 junior tennis players did bosuball exercises and (4-5 units) tennis practice, and in the second group 8 junior tennis players did (4-5 units) tennis practice. The study continued for a total of 10 weeks, at least 7 hours a week. Before and after the exercise period; height, body weight, BMI and static balance measurements were taken from the subjects who participated in the study. SPSS 22 package program was used in the evaluation of the data obtained. According to the results of the study, there was no significant difference in the standard deviation rate of the test group. There were significant differences in the left and right standard deviation, the total static balance, the rate of forward and backward oscillations, the rate of left and right oscillations, and the rate of total static balance oscillations at $p<0.05$. Although there were positive developments in the control group, there was no statistically significant difference. As a result, ten-week bosuball exercises in tennis can be said to have an effect on static balance. In addition, the development in the control group is thought to be caused by the development of children in the age of growth and development. Keywords: Tennis, bosuball, exercise, static balance.

SB974

EFFECTS OF A PROPOSED TRAINING CURRİCULUM USING ASSISTIVE DEVICES TO DEVELOP MAXIMUM POWER AND IMPROVE THE DIGITAL LEVEL IN THE EFFECTIVENESS OF JAVELIN THROWING FOR THE PLAYERS OF PESHMERGA SPORTS CLUB (JUNIOR CATEGORY).

[1]Amira Mohammed Daham **, [1]Reebaz Reebaz**

[1]Faculty School Of Sports At The University Of Koya

Email : *,*

Through the work of the researcher as an instructor of athletics at the Peshmerga Sports Club in the Kurdistan region noted that there is a weakness in the level of the maximum strength of spearmen, especially when the performance of the throw, which affects the digital level and poor achievement and hence emerged the problem of research: The research aims at: 1- Preparation of a proposed training curriculum using aids to develop maximum strength and improve the digital level in the effectiveness of throwing javelin players of the Peshmerga Sports Club. 2 - To recognize the impact of the proposed training curriculum in the development of maximum strength and improve the digital level in the effectiveness of throwing javelin players Peshmerga Sports Club The research hypotheses were: 1 - There are differences of statistical significance between the tribal and remote tests of the members of the research sample in the variables of the study. 2- There are statistically significant differences between the tests in favor of the remote tests of the research sample, The researcher in the second chapter dealt with some of the theoretical topics related to the subject of the research. The third section ensures the research methodology and field procedures. The researcher used the experimental method of one group for the tribal and remote tests, which is proportional to the nature of the research problem. The research sample consisted of players of the Peshmerga Sports Club in Sulaymaniyah governorate in Kurdistan Region. The sample was chosen in a deliberate manner for the effectiveness of spear throwing. Results required. The steps of the research procedure (physical tests for maximum force development and completion testing) As for the fourth section, the researcher's results were presented after the statistical treatments of the results of the field experiment, which included presentation,

EFFECTS OF A PROPOSED TRAINING CURRICULUM USING ASSISTIVE DEVICES TO DEVELOP MAXIMUM POWER AND IMPROVE THE DIGITAL LEVEL IN THE EFFECTIVENESS OF JAVELIN THROWING FOR THE PLAYERS OF PESHMERGA SPORTS CLUB (JUNIOR CATEGORY).

Through the work of the researcher as an instructor of athletics at the Peshmerga Sports Club in the Kurdistan region noted that there is a weakness in the level of the maximum strength of spearmen, especially when the performance of the throw, which affects the digital level and poor achievement and hence emerged the problem of research: The research aims at: 1- Preparation of a proposed training curriculum using aids to develop maximum strength and improve the digital level in the effectiveness of throwing javelin players of the Peshmerga Sports Club. 2 - To recognize the impact of the proposed training curriculum in the development of maximum strength and improve the digital level in the effectiveness of throwing javelin players Peshmerga Sports Club The research hypotheses were: 1 - There are differences of statistical significance between the tribal and remote tests of the members of the research sample in the variables of the study. 2- There are statistically significant differences between the tests in favor of the remote tests of the research sample, The researcher in the second chapter dealt with some of the theoretical topics related to the subject of the research. The third section ensures the research methodology and field procedures. The researcher used the experimental method of one group for the tribal and remote tests, which is proportional to the nature of the research problem. The research sample consisted of players of the Peshmerga Sports Club in Sulaymaniyah governorate in Kurdistan Region. The sample was chosen in a deliberate manner for the effectiveness of spear throwing. Results required. The steps of the research procedure (physical tests for maximum force development and completion testing) As for the fourth section, the researcher's results were presented after the statistical treatments of the results of the field experiment, which included presentation,

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR EĞİTİMİ / PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS EDUCATION

SB3

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN EĞİTİM KALİTESİ ALGILARI: CİNSİYET, BÖLÜM, PROGRAM VE YGS BAŞARI DÜZEYİ FARKLILIKLARI

***[1]Berkcan Boz*, [1]Olcay Kiremitci**

[1]Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi,İZMİR

Email : *bozberkcan@gmail.com, olcaykiremitci@gmail.com*

Giriş ve Amaç:Ehil insan gücünün oluşturulmasında eğitim öğretim içeriğinin yanında eğitimin kalitesi de son derece önemli bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır.Eğitim,performans ve sağlık alanlarında beden eğitimi ve sporun önemi dikkate alındığında, bu alanda yürütülen eğitim öğretim faaliyetlerini düzenleyen yükseköğretim kurumlarının sahip oldukları çok faktörlü eğitim kalitesinin değerlendirilmesi önemini arttırmaktadır. Bu çalışmanın amacı,Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören lisans öğrencilerinin,alana özgü eğitim kalitesi algılarının tespit edilmesi ve kalite algılarının cinsiyet,bölüm, program ve akademik başarı düzeyi değişkenleri açısından incelenmesidir. Yöntem:Çalışmaya Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören toplam 575 lisans öğrencisi gönüllü olarak katılım göstermiştir. Katılımcıların 158(%27.5)'i beden eğitimi ve spor öğretmenliği,159(%27.7)'u spor yöneticiliği,258(%44.9)'i antrenörlük eğitimi bölümlerinde öğrenim görmektedir.Program bazında, katılımcıların 348(%60.5)'i örgün, 227(%39.5)'si II. öğretim programlarında lisans öğrencisi olarak kayıtlıdır. Verilerin toplanmasında 64 madde ve 8 alt boyuttan oluşan Beden Eğitimi ve Spor Öğretimi Veren Üniversitelerde Eğitim Kalitesi Ölçeği(Paktaş,2015)'nden yararlanılmıştır.Elde edilen veriler, betimsel istatistik,t-testi ve ANOVA analizleri kullanılarak değerlendirilmeye alınmıştır. Bulgular ve Sonuç:Betimsel analizler sonrasında öğrencilerin genel olarak eğitim kalitesi algılarının 3.36±.54 ortalama puanı ile orta düzeyde olduğu belirlenmiştir. Cinsiyet ve YGS başarı düzeyi değişkenleri bazında uygulanan t-testi sonuçlarına göre, toplam eğitim kalitesi ve tüm eğitim kalitesi alt boyutları açısından farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmüştür($p>.05$).Bunun yanı sıra, Fiziksel Koşullar ($F=6.89$),Yönetici Özellikleri($F=3.81$),Yönetici Vizyonu ($F=9.19$)ve Öğretim Metotları($F=4.08$) alt boyutlarında farklı bölümlerde okuyan öğrencilerin kalite algılarında ortalama puan farkının $p<.05$ düzeyinde anlamlı olduğu belirlenmiştir.Program değişkeni açısından ise,Fiziksel Koşullar ($t=2.16$),Öğretim Metotları ($t=2.36$) ve Destek Hizmetler($t=2.11$) alt boyutlarında örgün öğretim öğrencilerinin kalite algı puanlarının,II. öğretim öğrencilerinin kalite algı puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür($p<.05$). Sonuç olarak,bulgularda tespit edilen istatistiksel farkların,bölüm bazında farklı öğretim programları ve içeriklerinden kaynaklanmış olabileceği;öğrenim görülen program bazında ise eğitim öğretim faaliyetlerinin yürütüldüğü zaman aralığından kaynaklanmış olabileceği düşünülebilir. Anahtar Kelimeler:eğitim kalitesi,beden eğitimi,spor eğitimi

EDUCATION QUALITY PERCEPTIONS OF THE FACULTY OF SPORTS SCIENCES STUDENTS: GENDER, DEPARTMENT, PROGRAM AND YGS ACHIEVEMENT LEVEL DIFFERENCES

Introduction and Aim:In creation of competent manpower,the quality of education comes up as an extremely important factor as well as the content of it.Considering the importance of physical education(PE) and sport both in field of education,performance and field of health;the evaluation of the multifactor instruction quality of higher education institutions arranging the activities of education in this field gains greater importance.The aim of present study was to determine perceptions of undergraduate students attending Sport Sciences Faculty of field specific education quality and to examine perceptions of quality inters of several variables. Methods:The participants consisted of 575 undergraduate students,studying at Faculty of Sport Sciences at Ege University.158(27.5%)of participants were attending department of PE-sport teaching,159(27.7%)were sports management students and 258(44.9%)were studying at department of trainer education.On program basis,348(60.5%)of participants were enrolled in formal program and 227(39.5%)were in evening program.The data were collected using the Scale of Education Quality at Universities Offering PE and Sports Training(Paktaş,2015).The data obtained were evaluated through descriptive statistics,t-test and ANOVA analyses. Results and Conclusion:Descriptive-analyses showed that students' perception of education quality in general was at moderate level(3.36±.54).Considering the variables of gender and YGS(Higher education exam)achievement levels, it was seen that difference

was not statistically significant in terms of total education quality and all sub-scales(p>.05).The difference in students attending different departments was significant(p<.05)on the sub-scales of Physical Conditions(F=6.89),Administrator Qualities(F=3.81),Administrator Vision(F=9.19)and Instructional Methods(F=4.08).In terms of program variables,it was seen that quality perception scores of students attending formal education were significantly higher than quality perception scores of students of evening education program on Physical Conditions(t=2.16),Instructional Methods(t=2.36)and Support Services(t=2.11)sub-scales(p<.05).In conclusion, it could be considered that statistical differences found might have resulted from different instructional programs and contents on department basis;whereas it could have been caused by the time period in which instructional activities are carried out on the basis of programs.
Keywords:education quality, physical education,sports education

SB5

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN AKADEMİK MOTİVASYON DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ: SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÜZERİNE BİR İNCELEME

[1]Olcay Kiremitci, [1]Mustafa Engür, [1]Berkcan Boz

[1]Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi,İZMİR

Email : *olcaykiremitci@gmail.com, mengur@gmail.com, bozberkcan@gmail.com*

Giriş ve Amaç:Motivasyon bireyin sergilediği davranışın başlamasında,yönünün ve şiddetinin belirlenmesinde ve aynı zamanda sürdürülebilmesinde gerekli bir yapı olarak karşımıza çıkmaktadır.Bu yapının eğitimdeki karşılığı olarak tanımlanan akademik motivasyon,tüm eğitim kademelerinde,öğrenen davranış ve tutumlarını etkileyen önemli faktörlerden biridir. Bu çalışmanın amacı, Spor Bilimleri Fakültesi'nin farklı bölümlerinde yüksek öğrenim gören lisans öğrencilerinin akademik motivasyon düzeylerinin tespit edilmesi ve farklı değişkenlere göre incelenmesidir. Yöntem:Çalışmaya toplamda 413 lisans öğrencisi katılım göstermiştir. Çalışmada analiz edilen veriler,Akademik Motivasyon Ölçeği (AMÖ) kullanılarak elde edilmiştir.Bulguların analizinde, tanımlayıcı istatistik, bağımsız gruplar t-testi ve ANOVA kullanılmıştır. Bulgular ve Sonuç:Cinsiyet değişkeni dikkate alındığında, kadın katılımcıların içsel (t=-2.38) ve dışsal (t=-2.09) motivasyon alt boyutlarında,istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek puanlar aldıkları belirlenmiştir (p<.05). Diğer bir alt boyut olan motivasyonsuzluk alt boyutunda ise erkek katılımcıların ortalama puanlarının anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür (t=2.63; p<.05).Öğrenim görülen program değerlendirildiğinde, anlamlı farkın sadece motivasyonsuzluk alt boyutunda II. öğretim öğrencileri aleyhine olduğu belirlenmiştir (t=-2.02; p<.05).Analiz sonuçları, motivasyonsuzluk alt boyutunda spor yöneticiliği öğrencilerinin diğer bölüm öğrencilerine göre,anlamlı düzeyde olumsuz puanlara sahip olduğunu ortaya koymaktadır(F=5.44; p<.05).Tüm bu bulgular değerlendirildiğinde, alanda yapılan benzer çalışmalarda içsel motivasyon ve motivasyonsuzluk alt boyutlarının ters orantılı bir ilişkiye sahip olduğu raporlanmaktadır. Akademik başarı durumu yüksek olan kadın adayların içsel motivasyon seviyesinde daha yüksek, motivasyonsuzluk seviyesi ise daha düşük olması beklenen bir sonuç olarak karşımıza çıkmaktadır. II. öğretim öğrencilerinin motivasyonsuzluk boyutunda anlamlı düzeyde yüksek ortalamaya sahip olmalarının nedeni, öğrenim görülen zaman aralığı nedeniyle gerek öğrencilerin gerekse akademisyenlerin oluşturmuş oldukları olumsuz motivasyonel iklim olarak görülebilir.Bölüm bazında spor yöneticiliği öğrencilerinin motivasyonsuzluk alt boyutundaki negatif durumlarının, öğrenim gördükleri bölümün alan dışı bir öğretim içeriği barındırmasından kaynaklanmış olabileceği düşünülmektedir. Anahtar Kelimeler:akademik motivasyon,spor bilimleri,cinsiyet,bölüm

AN INVESTIGATION ON ACADEMIC MOTIVATION LEVELS OF UNIVERSITY STUDENTS: A STUDY ON THE FACULTY OF SPORTS SCIENCES

Introduction-Aim:Motivation appears as an essential body in the determination of the initiation, direction and intensity of behavior displayed by an individual as well as in its maintenance.Academic-Motivation(AM),which is defined as educational correspondence of this body,is among significant factors affecting learner behavior and attitude at all educational levels.The aim of present study was to determine AM levels of undergraduate students attending Faculty of Sports Sciences and to examine them according to different variables. Methods:The study was participated by a total of 413 undergraduate students.Data analyzed in the study were obtained using Academic Motivation Scale(AMS).The findings were analyzed using descriptive statistics,t-test and ANOVA. Results and Conclusion:Considering variable of gender,it was seen that female participants had significantly higher scores on intrinsic(t=-2.38) and extrinsic(t=-2.09) motivation subscales.On amotivation subscale,which was another subscale,it was observed that mean scores of male participants were significantly higher than those of female participants(t=2.63;p<.05).When the program participants were enrolled in was evaluated, it was found that significant difference was against the evening education students on amotivation subscale only(t=-2.02;p<.05).Results of analyses reveal that students studying sports management have significantly negative scores on amotivation subscale compared to students attending other departments (F=5.44;p<.05).Considering all these findings,it is reported in similar studies in related literature that subscales of intrinsic motivation and amotivation are inversely proportional to each other.The findings

that female participants with high academic achievement have higher intrinsic motivation and lower amotivation levels appears as an expected outcome.The reason behind significantly higher mean of evening education students at amotivation level can be considered to be negative motivational environment created by both students and academics due to time period of education.On department basis,negativity of sports management students on amotivation subscale is thought to have resulted from fact that department they attend includes an instructional content that is outside of their field of studies. Keywords:academic motivation,sport sciences,gender,department

SB16

FARKLI ÜNİVERSİTELERDE ÖĞRENİM GÖREN ÖĞRENCİLERİN HALK OYUNLARI DERSİNE YÖNELİK TUTUMLARININ İNCELENMESİ

[1]Erol Doğan, [1]Yücel Makaracı, [1]Ferfi Kayış

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

Email : *eroldogan66@hotmail.com , yucelmkrc@gmail.com,*

Giriş ve Amaç: Somut olmayan kültürel mirasın korunmasına yönelik olarak verilen halk oyunları eğitimi, özellikle üniversite çağındaki öğretmen adaylarının bu eğitim sonucu elde ettikleri bilgileri gelecek nesillere aktarması bakımından önem göstermektedir. Bu kapsamda sunulan çalışmanın amacı; farklı üniversitelerde öğrenim gören öğrencilerin halk oyunları dersine yönelik tutumlarının incelenmesidir. Yöntem: Çalışmaya Ondokuz Mayıs Ünivesitesi (OMÜ), Amasya Üniversitesi, Hitit Üniversitesi ve Gaziosmanpaşa Üniversitesi (GOP)'lerinde öğrenim göre toplamda 320 öğrenci (201 erkek, yaş ort: 22,58 yıl ± 1,61; 119 kadın yaş ort: 22,56 yıl ± 1,50) gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmada veri toplama aracı olarak Turan (2015) tarafından geliştirilen "Beden Eğitimi Öğretmen Adayları İçin Halk Oyunları Dersi Tutum Ölçeği" kullanılmıştır. Ölçek toplamda 13 soru; 3 alt boyut ve toplam puandan oluşmaktadır. Toplanan verilerin analizinde, ikili grup karşılaştırmasında t testi, ikiden fazla grup karşılaştırmasında ise ANOVA testi uygulanmıştır. Bulgular: Sonuçlar analiz edildiğinde, "Halk Oyunları Tutum Ölçeği" Duyuşsal alt boyutunda kadın katılımcıların erkek katılımcılara göre daha yüksek ortalama puana sahip olduğu görülmüştür (p=0,027). Diğer alt boyutlarda ise istatistiki olarak farklılık görülmemiştir (p>0,05). Üniversitelere göre yapılan karşılaştırmada ise "Duyuşsal" alt boyutta GOP Üniversitesi'nin, diğer üniversitelerden daha düşük puana sahip olduğu görülmektedir (p<0,001). "Bilişsel" alt boyut ve toplam ölçek puanında ise GOP Üniversitesi, Amasya Üniversitesi'ne göre daha düşük puana sahip olduğu belirlenmiştir (p=0,008 ve p=0,013). Sonuçlar: Sonuç olarak çalışmadaki bulgularımıza göre; cinsiyet değişkeninin halk oyunları dersine olan tutumda etki gösterdiği söylenebilir. Ayrıca çalışmamızda tespit ettiğimiz üniversiteler arasındaki farklılıkların, öğrencilerin sosyal ve kültürel farklılıklarından dolayı gerçekleştiği düşünülmektedir.

THE INVESTIGATION OF ATTITUDE OF THE STUDENTS STUDYING IN DIFFERENT UNIVERSITIES TOWARD FOLK DANCE COURSES

Background and Aim: Folk dance education given as a guideline to protect the tangible cultural heritage shows importance in order to be transfered the information obtained by means of this education by the teacher candidates in college age. The aim of the study presented in this context is to research the attitude of the students studying in different universities toward folk dance courses. Methods: A total of 320 students, (201 males, age avarage : 22,58 years + 1,61; 119 females , age avarage 22,56 years, + 1,50) studying at Ondokuz Mayıs University (OMU), Amasya University, Hitit University and Gaziosmanpaşa University(GOP) voluntarily participated in the study. In the study," for physical education teacher candidates folk dance course attidute scale" developed by Turan (2015) was used as data collecting tool. The scale consists of 13 questions, 3 sub-dimansions and total marks. In obtained data analysis, t-test was applied in binary group comparison and ANOVA test was applied in comparison of more than two groups. Findings: When the results were analyzed, in " folk dance attitude scale" sensory sub-dimension, ıt was observed that female participants had higher avarage points than males (p= 0,027). As to other sub-dimensions, no statistically difference was observed (p>0,05). As to comparision made according to universities, ıt was observed that GOP university had lower grades than other universities (p<0,001) in sensory sub-dimension. It was also determinde that GOP university had lower grade than Amasya university (p=0,008 and p= 0,013) in "cognitive" sub-dimension and in total scale point. Results: As a result, according to our findings in the study, it can be said that sex change showed impact on the attidude toward folk dances courses. It is also thought that the differences between universities that we determined in our study arise

SB28

BEDEN EĞİTİMİ ÖTEKİLEŞTİRME VE SOYUTLANMA (BEÖS) ÖLÇEĞİNİN TÜRKÇE FORMUNUN GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI

[1]Ender Şenel, [1]Mevlüt Yıldız, [2]Mehmet Ulaş, [3]Kemal Tamer

[1]Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Muğla
[2]Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Burdur
[3]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : *endersenel@gmail.com, mevlutyildizz@gmail.com, m.ulas@yahoo.com.tr, ktamer54@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı, Beden Eğitimi Ötekileştirme ve Soyutlanma Ölçeğinin Türkçe formunun geçerlik ve güvenirlik çalışmasının yapılmasıdır. Yöntem: Çalışmaya, farklı kademelerde beden eğitimi ve spor öğretmenliği yapan 211 kişi katılmıştır. Katılımcıların %24.6'sı kadın (n=52), %75.4'ü erkektir (n=159). Öğretmenlerin yaş ortalamasının 39.69±11.38 olduğu görülmüştür. Katılımcı öğretmenlerin öğretmenlik tecrübesi 15.90±13.28 olarak tespit edilmiştir. Veri toplama aracı olarak, Gaudreault, Richards ve Woods (2017) tarafından geliştirilen BEÖS ölçeği kullanılmıştır. Orijinal ölçek çeviri-geri çeviri tekniği ile Türkçeye çevrilmiştir. Toplanan veriler, SPSS programında Açımlayıcı Faktör Analizi (AFA), AMOS programında Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) kullanılarak analiz edilmiştir. Ölçeğin faktör yapısı AFA ile test edilirken, aynı veriler üzerinden iki boyutlu kuramsal model DFA kullanılarak da analiz edilmiştir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı Cronbach's alfa değerei alınarak hesaplanmıştır. Bulgular: Hem AFA hem DFA sonuçları, ölçeğin orijinalindeki gibi iki faktörlü bir yapıya sahip olduğunu göstermiştir. AFA sonuçlarına göre, ölçeğe ait iki alt boyutun toplam varyansın yaklaşık olarak %51'ini açıkladığı tespit edilmiştir. Faktör yükleri .63 ile .72 arasındadır. DFA sonuçları, iki faktörlü kuramsal modele ilişkin verilerin kabul edilebilir uyuma sahip olduğunu göstermiştir. DFA sonucunda, tüm parametre tahminlerinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Sonuç: Sonuç olarak, BEÖS ölçeğinin Türkçe formunun Türk beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin okul ortamında hissettiği ötekileşme ve soyutlanma duygularını ölçebilecek geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğunu söylenebilir. Ancak ölçeğin faktör yapısının beden eğitimi ve spor öğretmenlerinden oluşan farklı bir grupta doğrulanması gerekmektedir.

THE VALIDITY AND RELIABILITY STUDY OF THE TURKISH FORM PHYSICAL EDUCATION MARGINALIZATION AND ISOLATION SCALE (PE-MAIS)

Purpose: This study aims to conduct the validation and reliability study of the Turkish form of PE-MAIS. 211 physical education and sports teachers working at different education stages participated in the study. Method: Of the participants, 24.6% were females (n=51), 75.4% were males (n=159). The age mean of the teachers was found to be 39.69±11.38. It was found that the teachers had teaching experiences for 15.90±13.28 years on the average. PE-MAIS, developed by Gaudreault, Richards and Woods (2017), was used to collect data. The original scale was translated into Turkish by using back translation method. Data was analyzed in SPSS by using Exploratory Factor Analysis (EFA) and in AMOS by using Confirmatory Factor Analysis (CFA). The factor structure was tested with EFA while the two- factor model was tested with CFA. The internal consistency coefficient was calculated with Cornbach's alpha value. Results: Both EFA and CFA results revealed that the Turkish form of the scale was two-dimensional similar to the original. According to EFA results, it was found that two-factor structure explained the 51% of total variances. The factor loads were between .63 and .72. The CFA results showed that two-factor model had acceptable fit indices. Conclusion: Consequently, it can be said that the Turkish form of PE-MAIS is a valid and reliable scale that is able to measure marginalization and isolation physical education and sports teachers feel in their instruction environment.

SB31

10-18 YAŞ ARASI ORYANTİRİNG SPORCULARI İLE SEDANTER BİREYLERİN DİKKAT DÜZEYLERİNİN ARAŞTIRILMASI

[1]Akmet Keskin, [1]Meryem Altun, [1]Fatma Ekici

[1]Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Niğde

Email : *akeskin@ohu.edu.tr, mrymltn@hotmail.com, fatmaekici980@gmail.com*

Bu çalışmada, 10-18 yaş arası Oryantiring sporcuları ile sedanter bireylerin dikkat düzeyleri araştırılmıştır. Araştırmanın temeli, "Oryantiring sporcusunun, sporcu olmayanlara göre dikkat düzeyleri arasında anlamlı bir fark var mıdır?" sorusuna dayanmaktadır. Çalışmanın evrenini, 10-18 yaş grubu öğrenciler oluştururken, örneklemini ise Türkiye Oryantiring Federasyonu'na bağlı lisanslı sporcular (n:100); Niğde Yavuz Sultan Selim Anadolu Lisesi (n=50), 19 Mayıs Ortaokulu ve Şehit Ramazan Konuş Ortaokulu öğrencilerinden (n=50) toplam 200 öğrenci oluşturmuştur. Veri toplama aracı olarak Bourdon Dikkat Testi (harf formu), verilerin değerlendirilmesinde SPSS Statistics 24.0 paket programı kullanılmıştır. Verilerin özetlenmesinde tanımlayıcı istatistiksel Mann-Whitney U Testi, Pearson Correlation Testleri uygulanmıştır. Araştırma sonucuna göre; oryantiring yapanlar lehine dikkat testi toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir (p<,05). Oryantiring yapan bireylerin Burdon Dikkat Testi toplam puanının daha yüksek olduğu görülmektedir. Ayrıca dikkat puanları ile spor yaşı arasında pozitif düzeyde düşük anlamlı bir ilişki görülmüştür. Sonuç olarak Oryantiring sporunun dikkat düzeyine olumlu etkisinin olduğu söylenebilir. Anahtar Kelimeler: Dikkat, Oryantiring, Spor, Sedanter

INVESTIGATION OF ATTENTION LEVELS OF ORIENTEERING ATHLETES AND SEDANTER INDIVIDUALS BETWEEN 10-18 AGES

In this study, the attention levels of sedentary individuals with Orienteering athletes aged 10-18 years were investigated. The basis of the research is based on the question "Is there a meaningful difference between the attention levels of the orienteering athlete and the non- athlete?" The population of the study, students 10-18 age group, a total of 200 students consist of the sample from the licensed athletes in Turkey Orienteering Federation (n = 100); Niğde Yavuz Sultan Selim Anatolian High School (n = 50), 19 Mayıs Secondary School, Ramazan Konuş Secondary School students (n = 50). Bourdon Attention Test (letter form) was used as data collection tool and SPSS Statistics 24.0 package program was used in evaluating the data. Descriptive statistical, Mann-Whitney U Test and Pearson Correlation Tests were applied in the summary of the data. According to the research result; it was found that there was a statistically significant difference between total scores of attention test for orienteering practitioners (p <0.05). It is seen that the individuals who are orienteering have a higher total score of Burdon Attention Test. In addition, there was a low positive correlation between attention scores and sport age. As a result, it can be said that Oriental sport has positive effect on attention level. Keywords: Attention, Orienteering, Sports, Sedanter

SB40

EŞLİ ÇALIŞMA YÖNTEMİNİN BASKETBOL BECERİLERİNİ ÖĞRENME VE SOSYAL BECERİ DÜZEYİNE ETKİSİ

[1]Yeşer Eroğlu , [2]Yeşer Eroğlu , [3]Dilşad Mirzeoğlu

[1]FENERBAHÇE ÜNİVERSİTESİ
[2]FENERBAHÇE ÜNİVERSİTESİ, İSTANBUL
[3]SAKARYA UYGULAMALI BILIMLER ÜNIVERSITESI, SAKARYA

Email : *yeserada@hotmail.com, yeserada@hotmail.com, dilsadmirzeoglu@sakarya.edu.tr*

Bu çalışmanın amacı, üniversitede basketbol dersinde uygulanan eşli çalışma yönteminin öğrencilerin durarak şut, top sürme ve turnike becerilerinin öğrenimine ve sosyal beceri düzeylerine etkisini araştırmaktadır. Çalışma yarı deneysel çalışma deseninde olup, eşitlenmemiş kontrol gruplu model çalışmanın modelini oluşturmaktadır. Çalışmaya AİBÜ Beden Eğitimi Öğretmenliği Bölümünde 1. sınıfında okuyan toplam 31 öğrenci (10 kadın, 21 erkek) katılmıştır. Çalışmada veri toplama amacıyla top sürme, durarak şut ve turnike becerileri için araştırmacılardan biri tarafından geliştirilen gözlem formları ve Riggio (1986) tarafından geliştirilen ve Yüksel (2004) tarafından Türkçeye uyarlaması yapılan Sosyal Beceri Envanteri kullanılmıştır. Araştırmada deney grubunda dersler eşli çalışma ve anlatım yöntemleri ile kontrol grubunda ise komut, gösterip-yaptırma ve anlatım yöntemlerinden oluşan geleneksel yaklaşım ile işlenmiştir. Çalışmada elde edilen verilerin çözümlenmesi için Mann Whitney U, Wilcoxon işaretli sıralar ve karışık ölçümler için iki faktörlü ANOVA (2x2; Grup: deney ve kontrol/ Ölçüm: öntest ve sontest) istatistiksel teknikleri kullanılmıştır. Çalışma sonunda elde edilen sonuçlar, hem deney, hem de kontrol gruplarını oluşturan öğrencilerin top sürme, durarak şut ve turnike becerileri için öntest ve sontest puanları arasında sontest lehine anlamlı farklılıklar olduğunu göstermiştir. Ancak, top sürme, durarak şut ve turnike becerilerine ait erişi puanlarında iki grup arasında anlamlı fark olmadığı belirlenmiştir. Benzer şekilde, hem deney, hem de kontrol gruplarını oluşturan öğrencilerin sosyal beceriyi oluşturan alt boyutlardan hiç birinde ölçüm x grubun ortak etkisinde anlamlı farka ulaşılamamıştır. Bununla beraber, öntest-sontest puanları karşılaştırıldığında duyuşsal anlatımcılık, sosyal anlatımcılık alt boyutlarında ve toplam puanda sontest puanları lehine anlamlı farka ulaşılmıştır. Sonuç olarak, üniversitede basketbol dersi için eşli çalışma yönteminin, geleneksel yaklaşıma alternatif olarak kullanılabilecek bir yöntem olduğu söylenebilir.

THE EFFECT OF RECIPROCAL STYLE ON BASKETBALL SKILLS ACQUISITION AND ON THE LEVEL OF SOCIAL SKILLS

The purpose of this research is to analyze the effect of reciprocal style applied in basketball classes at university on the students' acquisition of shooting, dribbling and lay up skills and on the level of their social skills. The research is formed in quasi-experimental study pattern and unbalanced control group model. A total of 31 students (10 females, 21 males) studying in the 1st Grade of Physical Education Teaching Department at Abant Izzet Baysal University participated in the research. In the research, observation forms developed by one of the researchers for dribbling, set shot and lay up skills and the Social Skills Inventory developed by Riggio (1986) and translated into Turkish by Yüksel (2004) were used as data collection tools. In the experiment group, lessons were taught in reciprocal style and lecturing methods; whereas in the control group, lessons were taught in the traditional way involving command, demonstration and lecturing methods. For the analysis of research data, Mann Whitney U and Wilcoxon Sign-Rank tests were used and the two-factor ANOVA (2X2; Group: experiment and control/Measures: pretest and posttest) statistical techniques were used for the mixed measures. The results of the comparison of the pretest and posttest scores revealed out significant differences in favor of posttest scores with respect to dribbling, set shot and lay up skills of the students both in experimental and control groups. On the other hand, there were no significant differences between the gain scores of two groups with respect to dribbling, set shot and lay up skills. Similarly, there was no significant difference in the common effect of the measure x group in any of the sub-dimensions forming the social skills of the students in experimental and control groups.

SB56

ANKARA İLİ MERKEZ İLÇELERİNDE ÖĞRENİM GÖREN LİSE ÖĞRENCİLERİNİN SPORA YÖNELMELERİNİ ETKİLEYEN ETMENLERİN CHAİD ANALİZİ İLE İNCELENMESİ

***[1]Ayşe Görmez*, [2]Semiyha Tuncel**

[1]Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Spor Bilimleri Anabilim Dalı, Doktora Öğrencisi, Ankara
[2]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : *,*

Giriş: Bireylerin özellikle ergenlik dönemlerinde karşılaşabileceği kötü alışkanlık eğilimlerinin tehlikeli boyutlara dönüşmeden atlatılabilmesinde sporun oldukça önemli bir yeri vardır. Amaç: Bu önemden hareketle araştırmada lisede okuyan öğrencilerin spora yönelmelerinde etkili olan önemli değişkenlerin CHAID analizi ile belirlenmesi ve öğrencileri spora yönelten etmenlerin ele alınıp değerlendirilmesi amaçlanmıştır. Yöntem: Araştırmaya, 2013-2014 öğretim yılı güz döneminde Ankara ili sınırları içinde Milli Eğitim Müdürlüğüne bağlı merkez ilçelerinde öğrenim gören toplam 11002 öğrenciden, ilçelerin oransal olarak seçilmesi ve basit tesadüfi örnekleme yöntemiyle dağıtılarak belirlenmesi ile toplam 2000 lise öğrencisi katılmıştır. Verilerin, spora yönelmeyi etkileyen etmenler de dikkate alınarak 19 soruluk bir anketten derlenmesiyle yapılan analizinde, istatistik paket programı kullanılmıştır. Bulgular: Analiz sonucunda karar ağacı biçiminde 6 dallanma ve 15 düğüm elde edilmiştir. Sonuç: Buna göre örneklem alınan öğrencilerin spor yapmadaki en önemli amaçlarının "sağlıklarını korumak ve güzel bir fiziki yapıya sahip olmak" düşüncesi olduğu görülmüştür.

CHAID ANALYSIS OF THE FACTORS AFFECTING THE SPORT ORIENTATION OF THE SECONDARY SCHOOL STUDENTS IN THE CENTRAL DISTRICTS OF ANKARA

Introduction: The sport has a very important place in avoiding propensity to harmful habits that individuals may encounter especially during adolescence without taking on dangerous dimensions. Purpose: With this in mind, it was aimed to determine the most important variables that affect high school students' gravitation to sports with the CHAID analysis and to investigate and evaluate the factors gravitating students towards sports. Method: By proportionally selecting the districts and distributing them by simple random sampling technique, a total of 2000 high school students were selected out of 11002 students who were receiving education in the fall semester of the 2013-2014 academic year in the central districts attached to the Directorate of National Education in Ankara. The statistical package program was used in the analysis conducted by compiling the data from a questionnaire with 19 questions taking into consideration the factors affecting the gravitation to sports. Results: As a result of the analysis, 6 branching and 15 nodes were obtained in decision tree format. Conclusion: According to this, it is seen that the most important purposes of the students who take the sample are "to protect their health and have a nice physical structure."

SB65

BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİNİN SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGI DÜZEYLERİNİN BAZI DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ

[1]Mehmet Behzat Turan, [1]Oğulcan Usuflu, [1]Hakkı Ulucan

[1]ERCİYES ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ, KAYSERİ

Email : *behzatturan@erciyes.edu.tr, ousuflu@gmail.com, hakkiulucan@erciyes.edu.tr*

Giriş ve Amaç:Bu araştırmanın amacı, Kayseri ilinde görev yapan Beden Eğitimi Öğretmenlerinin sosyal görünüş kaygı düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesidir. Araştırmaya Kayseri ilinde Beden Eğitimi Öğretmeni olarak görev yapan 581 öğretmenden rastgele yöntemle seçilmiş 322 beden eğitimi ve spor öğretmeni gönüllü olarak katılmıştır.

Yöntem: Araştırmada veri toplama araçları olarak; Doğan (2010) tarafından Türkçeye uyarlanan Sosyal Görünüş Kaygı ölçeği ve araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Elde edilen veriler SPSS 20.0 paket programı ile istatistiksel analizleri yapılmıştır. Adayalara ilişkin kişisel bilgiler ve envanter toplam puanları ve faktör puanları frekans (f) ve yüzde (%) değerleri tespit edilerek verilmiştir. Ölçeklerden elde edilen puanlarının karşılaştırılması için cinsiyet, medeni durum ve antrenörlük yapma durumuna göre İndependent Sample T test istatistiği kullanılırken, yaş ve çalışma yılına göre karşılaştırmalarında One Way Anova test istatistiği kullanılmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Sonuç olarak; Kayseri ilinde görev yapan beden eğitimi öğretmenlerinin sosyal görünüş kaygı düzeyleri incelendiğinde; yaş, çalışma yılı, antrenörlük yapma ve medeni duruma göre istatistiksel olarak herhangi bir farklılık bulunmaz iken; cinsiyetlerine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Bu da toplum içinde kadın erkek sosyal görünüş kaygı düzeylerinin cinsiyeti erkek olan öğretmenlerin daha yüksek olduğu, kadın öğretmenlerin ise daha düşük olduğu düşünülmektedir. Bu durum sosyal görünüş kaygı düzeyleri düşük olan öğretmenlerin derslerde veya günlük yaşamında dersleri daha etkili işleyebileceği, daha verimli ve etkili olabileceği ve her aşamada olduğu gibi kendilerine güven sağlamasından kaynaklı başarılarının artacağı düşünülmektedir.

AN EXAMINATION OF SOCIAL APPEARANCE ANXIETY AMONG PHYSICAL EDUCATION TEACHERS BASED ON CERTAIN VARIABLES

Introduction and Aim:This study aims to examine social appearance anxiety among physical education teachers working in the province of Kayseri based on certain variables. Out of 581 physical education teachers working in Kayseri, randomly selected 322 physical education and sports teachers voluntarily participated in the study.

Method:As data collection tools, the study uses the Social Appearance Anxiety Scale that was adapted to Turkish language by Doğan (2010) and personal information form created by the researcher. In the study, the data was statistically analyzed using SPSS 20.0 package program. The personal information about and inventory total scores of the candidates and factor points were presented by finding frequency (f) and percentage (%) values. Independent Sample T Test was used to compare the points obtained from the scales based on the participants' gender, marital status and coaching while One-way ANOVA test was performed in the comparison according to age and working year.

Findings and Conclusion: Consequently, the analysis of social appearance anxiety among the physical education teachers in Kayseri indicates that there is no statistical difference based on age, working year, coaching and marital status while a statistically significant difference is found based on gender. We believe the reason for such finding is that male teachers have higher appearance anxiety

compared to female teachers in the society. Accordingly, we reach the conclusion that teachers with lower social appearance anxiety can teach more effectively in the class or daily life, become more efficient and active, and also their success resulting from their self-confidence will increase as in other stages.

SB73

PEDAGOJİK FORMASYON ALAN ÖĞRENCİLER İLE ADAY BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİNİN ÖĞRETMEN KAVRAMINA YÖNELİK METAFORİK ALGILARI

[1]Ordu Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, ORDU

Email :

Giriş ve Amaç

Araştırma, Ordu üniversitesi ve Selçuk üniversitesi pedagojik formasyon öğrencileri ile aday beden eğitimi öğretmenlerinin ‘’ öğretmenlik’’ kavramını metaforlarla nasıl algıladıklarını bunun yanında öğretmenlik mesleğini seçme nedenlerinin ne olduğunu ve öğretmenliği seçme amaçlarına göre aralarında anlamlı farklılık olup olmadığını ortaya çıkarmayı amaçlamıştır. Yöntem: Bu Çalışma Ordu Üniversitesi ve Selçuk Üniversitesinde eğitim görmekte olan pedagojik formasyon öğrencileri ve öğretmenlik bölümü son sınıf öğrencilerinin öğretmen kavramına ilişkin algılarını belirleyebilmek için nitel araştırma desenlerinden olan olgu bilim (fenomennoloji) deseni kullanılmıştır. Çalışmaya 105 pedagojik formasyon öğrencisi, 98 öğretmenlik bölümü öğrencisi olmak üzere toplam 203 öğretmen adayı katılmıştır.

Bulgular

Araştırmaya katılan Ordu üniversitesi ve Selçuk üniversitesinin öğrencileri toplam 302 adet metafor üretmişlerdir. Bu metaforlardan %1 in üzerindeki yüzdeye sahip olan 36 adet metafor vardır. Ordu üniversitesinin öğrencileri %1 in üzerinde 17 adet metafor üretmişlerdir. Selçuk üniversitesinin öğrencileri ise %1 in üzerinde 19 adet metafor vardır. Ayrıca yapılan Chi- square sonuçlarına göre, Ordu Üniversitesinde okuyan pedagojik formasyon öğrencileri ile beden eğitimi öğretmenliği bölümündeki öğrencileri arasında kategorilere göre istatistiksel olarak 0.05 manidarlık düzeyinde anlamlı bir farkın olmadığı görülmüştür (χ^2=2,94; p<0,05).Kategoriler de beklenen değerlerle gözlenen değerler arasında farkın olduğu görülmekle birlikte bunun anlamlı düzeyde olmadığı görülmüştür. Yine aynı şekilde Selçuk üniversitesinde okuyan pedagojik formasyon öğrencileri ile beden eğitimi öğretmenliği bölümündeki öğrencileri arasında kategorilere göre, beklenen değerlerle gözlenen değerler arasında farkın olduğu görülmekle birlikte bunun anlamlı düzeyde olmadığı görülmüştür. (χ^2=4,67; p<0,05).

Tartışma ve Sonuç

Pedagojik formasyon öğrencileri ile beden eğitimi son sınıf öğrencileri de öğretmen kavramını bir çok farklı metaforlarla ifade etmişlerdir. Pedagojik formasyon öğrencileri ile beden eğitimi öğretmenliği bölümü öğrencilerinin oluşturdukları metaforlar kategorilere ayrıldığında aralarında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Öğretmenliği seçme nedenlerine bakıldığında ise pedagojik formasyon öğrencileri ile beden eğitimi öğretmenliği bölümü öğrencileri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

METAPHORICAL PERCEPTIONS OF TEACHERS' PEDAGOGICAL FORMATION STUDENTS AND PRE SERVICE PHYSICAL EDUCATİON TEACHERS

Introduction and Aim

The research aimed to find out of Ordu and Selçuk University pedagogical formation students and the pre service physical education teachers perceive the concept of "teaching" through metaphors, as well as the reasons for choosing the teaching profession and whether there is a significant difference between them according to the purpose of choosing the teaching profession.

Method

This study used the phenomenological design pattern of the qualitative research design to determine the perceptions of the teachers of the pedagogical formation students and pre service physical education teachers in the teaching department at Ordu University and Selçuk University. A total of 203 prospective teachers, including 105 pedagogical formation students and 98 pre service physical education teachers, participated in the study.

Findings

The students of Ordu University and Selçuk University who participated in the research produced a total of 302 metaphors. These metaphors have 36 metaphors that have a face value of over 1%. The students of the Ordu university produced 17 metaforations over 1%. The students of Selçuk University have 19 metafor more than 1%. According to Chi-square results, there was no statistically significant difference between the pedagogical formation students at Ordu University and the students in the physical education teaching department at the level of significance ($\chi^2 = 2.94$; $p < 0,05$). The categories show that there is a difference between the expected values and the observed values, but this is not found to be significant.

Discussion and Conclusion

Pedagogical formation students and pre service physical education students also expressed the concept of teacher with many different metaphors. There were no significant differences between the pedagogical formation students and the pre service physical education teachers when the metaphors formed by the students were categorized. There was no significant difference between pedagogical formation students and pre service physical education teachers in terms of

SB77

TÜRKİYE'DEKİ BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOKULLARI İLE SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTELERİNİN WEB SİTELERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

***[1]Ferhat Büyükkalkan*, [2]Kıvanç Semiz**

[1]GİRESUN ÜNİVERSİTESİ, TBMYO, GİRESUN
[2]GİRESUN ÜNİVERSİTESİ, SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ,GİRESUN

***Email :** fbuyukkalkan@gmail.com, kivancsemiz@gmail.com*

Giriş ve Amaç

Kurumların hitap ettikleri paydaşları ile bilgi paylaşımında web sitelerinin önemli bir rolü vardır. Elektronik ortamda sunulan hizmetlerin ulaşılabilirliği ve kullanışlılığı kurumların iş ve işleyişinde kullanıcılara önemli faydalar sağlar. Türkiye'deki spor bilimleri alanının gelişmesi ile ilgili kurumlarla etkileşime giren bireylerin interaktif bilgi edinme ihtiyacı nitelikli web siteleri gereksinimini artırmıştır. Dolayısıyla bu çalışmanın amacı Türkiye'deki beden eğitimi ve spor yüksekokulları ile spor bilimleri fakültelerinin web sitelerinin değerlendirilmesidir.

Yöntem

Belli bir popülasyonun karakteristik özelliklerini tanımlamak ve değerlendirmek amacıyla yapılan bu çalışma bir tanımlayıcı araştırmadır. Çalışmanın örneklemini Türkiye'de bulunan tüm vakıf ve devlet üniversitelerine bağlı 80 devlet 13 vakıf olmak üzere toplam 93 beden eğitimi ve spor yüksekokulları ve spor bilimleri fakülteleri oluşturmaktadır. Web sitelerinin analizinde veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından geliştirilen ve toplam 19 adet kriterden oluşan kontrol listesi kullanılmıştır.

Bulgular

Elde edilen bulgulara göre spor bilimleri fakülteleri ve beden eğitimi spor yüksekokullarının web sitelerinde en çok mezunlarla iletişim kontenjan ve yerleştirme puan bilgileri ile öğrenci toplulukları kriterlerinin eksik olduğu görülmüştür. Çoğunlukla kurum felsefesi bina alt yapısı ve personel bilgilerinin erişilebilir olduğu görülmüştür. Sosyal medya kullanımının gitgide yaygınlaşması ile bir çok kurumun sosyal medya aracılığıyla paydaşlarına bilgi sağladığı görülmüştür.

Tartışma ve sonuç

Kurum kültürü oluşturma ve geliştirme açısından kullanıcı dostu web sitelerinin sunulması erişilebilirlik açısından önem arz etmektedir. paydaşlarda aidiyet duygusu oluşturma ve marka değeri yaratmada web sitelerine öncelik verilmesi tanıtım ve görünürlük açısından elzem olduğu söylenebilir.

EVALUATION OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS VOCATIONAL SCHOOLS' & FACULTY OF SPORT SCIENCES' WEB SITES IN TURKEY

Introduction and Purposes

Institutions' web sites have an important role for sharing the information with stakeholders. The usability an accessibility of electronic services provides benefits to users for functioning of the institutions. The need of gathering interactive information of individuals that

interacted with institutions, which are related to development of sport sciences increased the necessity of quality web sites. Therefore, the purpose of this study is to evaluate physical education and sports vocational schools' & faculty of sport sciences' web sites in Turkey.

Method

Defining and evaluating the characteristics of a certain population, this study was a descriptive research. The sample was the physical education and sports vocational schools & faculty of sport sciences in 13 private and 80 public universities. The checklist with 19 criteria, which was developed by the researchers, was used to analyzed the web sites.

Findings

According to the findings, it was seen that physical education and sports vocational schools' & faculty of sport sciences' web sites mostly don't have contacts with graduates, quota and placement scores and student communities. Additionally, the institution philosophy, building substructure and personal info were mostly accessible. As social media usage spreading increasingly, it was also seen that some institutions were providing information through it.

Discussion and conclusion

Regarding of creating and developing an organizational culture, it is important to provide user-friendly web sites for accessibility. It can be said that it is indispensable to give priority to create a sense of belonging and a brand value in stakeholders with regarding publicity and visibility.

SB81

MOBİL ÖĞRENMENİN TEMEL BASKETBOL BECERİLERİNİN GELİŞİMİNE ETKİSİ

[2]Kürşad Han Dönmez, [1]Ferhat Büyükkalkan, [3]Mehmet Akif Ziyagil

[1]Giresun Üniversitesi, T.B.M.Y.O. Bilgisayar Bölümü, Giresun
[2]Giresun Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Giresun
[3]3Mersin Üniversitesi BESYO, Mersin

Email : *kursadhan.donmez@giresun.edu.tr, fbuyukkalkan@gmail.com, mziyagil@gmail.com*

Özet Amaç: Bu araştırma, android işletim sistemli mobil cihazlar için geliştirilen yazılımın, Mobil öğrenme (M-öğrenme) + klasik öğrenme ile klasik öğrenme uygulamalarına katılan sporcuların basketbol temel beceri gelişim düzeylerinin karşılaştırılmasını amaçlamaktadır. Yöntem: Deneysel bir çalışma olan ön-test son-test modeli ile mobil+klasik öğrenme grubu ile klasik öğrenme grupların öğrenme düzeyleri karşılaştırılmıştır. Giresun Üniversitesi Spor kulübü sporcuları haftada iki gün yapılan sekiz haftalık temel basketbol beceri antrenmanına 23 kontrol ve 25 deney grubu olmak üzere 48 öğrenci katılmıştır. Deney grubu için araştırmacılar tarafından "MIT App Inventor programı" ile geliştirilen "Basketbol Temel Becerileri Mobil Uygulama Yazılımı" kullanılmıştır. Ayrıca Basketbol temel hareketlerine ilişkin psiko-motor becerilerine erişim düzeylerini ölçmek için "Basketbol Gözlem Formları" ile elde edilen veriler elektronik ortama aktarılarak SPSS 25.0 istatistik paket programı ile gruplar arası karşılaştırmalarda "Mann Whitney U" testi ve değişkenler arasındaki ilişkinin tespiti için "Spearman Sıralı Korelasyon" katsayıları hesaplanmıştır. Bulgular: Başlangıçta temel duruş, top tutma, top sürme, pivot hareketi, paslaşma ve şut atmadan oluşan toplam beceri puanı bakımından erkek ve kızların basketbol temel becerileri en alt düzeydedir. Erkek ve kızlarda mobil + klasik öğrenme grubunun toplam beceri puanı ortalaması erkeklerde % 26.3 ve kızlarda % 30.55 oranında klasik öğrenme grubundan istatistiksel olarak daha büyüktür. Kızlarda mobil öğrenmenin etkisi erkeklerden daha büyüktür. Sonuç: Hem erkeklerde hem de kızlarda mobil+klasik öğrenme ve klasik öğrenme grubuna kıyasla daha etkin bulunuştur.

Anahtar Kelimeler: Basketbol temel becerileri, mobil öğrenme.

EFFECTIVENESS OF DEVELOPMENT OF MOBILE LEARNING BASIC BASKETBALL SKILLS

Aim: This study was conducted to determine whether the software developed by researchers for mobile devices with android operating system had an effect on the basic skills of basketball by using mobile learning (M-learning) method. Method: The research is an experimental study and pre-test post-test model with control and experiment group forms the model of the research. Data were collected from 48 students including 23 controls and 25 participants for experiment performed basic basketball skills training in Giresun University Sports Club. For the experiment group, "Basketball Basic Skills Mobile Application Software" developed by researchers with "MIT App Inventor program" was used. In addition, in order to measure the level of access to psycho-motor skills related to basketball basic movements, the data obtained by "Basketball Observation Forms" were transferred to electronic medium and analysed in SPSS 25.0 statistical package program. "Mann Whitney U" test was used for two group comparison and relations were determined by the "Spearman's rank order correlation" analyses. Results: At the beginning, the fundamental skills of boys and girls are at the lowest level in terms of total skill score consisting of basic stance, ball holding, dribbling, pivot movement, passing and shooting. In males and females, the total skill score of the mobile + classical learning group was higher 26.3% in boys and 30.55% in girls than the classical learning group. The effect of mobile learning on girls is greater than that of boys. Conclusion: In both boys and girls, mobile + classical learning was more effective than classical learning group.

Keywords: Basketball fundamental skills, mobile learning.

SB118

ÜNİVERSİTE HAZIRLIK SINIFI ÖĞRENCİLERİNİN ZEKÂ TÜRLERİ VE YABANCI DİL ÖĞRENME BAŞARILARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

***[1]Y.İsmail Gülünay*, [1]Seyfi Savaş**

[1]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

Email : *ismailgulunay@karabuk.edu.tr, seyfi@gazi.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Yabancı dil öğrenmenin neredeyse zorunlu hale geldiği 21. yy. da, herkes bu zorunluluğu yerine getirmek için çaba sarf etmektedir. Öyle ki yabancı dil sadece dil ile ilgili çalışma yapan bireyler için değil, politikacılar, mühendisler, mimarlar, akademisyenler hatta sporcular için de çok önemli bir şey haline gelmiştir. Bu bağlamda araştırmanın temel amacı, bedensel/kinestetik zekâ alanına sahip öğrencilerin İngilizceye ait başarı düzeylerinin diğer zekâ alanlarına sahip öğrenciler ile karşılaştırmaktır.

Yöntem: Araştırmaya Karabük Üniversitesi Yabancı Diller Yüksekokulu 2017-2018 yaz okulu döneminde öğrenim gören, 198 erkek, 66 kadın, toplam 264 öğrenci katılmıştır. Veri toplama araçları olarak araştırmacılar tarafından geliştiren "Kişisel Bilgi Formu", Selçuk, Kayılı ve Okut'a ait Çoklu Zekâ Uygulamaları kitabından (2003) "Çoklu Zekâ Gözlem Formu" ve öğrencilerin İngilizceye ait başarı düzeylerini belirlemek amacıyla Karabük Üniversitesi Hazırlık sınıfı yaz okulu başarı ortalamaları kullanılmıştır. Verilerin analizinde Kolmogorov Smirnov, Mann-Whitney U, Kruskall Wallis ve Spearman Korelasyon testlerine başvurulmuştur.

Bulgular ve Sonuç: Sonuç olarak, öğrencilerin cinsiyet, yaş, lisanslı olarak bir spor dalı ile uğraşma durumları ve lisanslı olarak yaptıkları spor dalları değişkenlerine göre yabancı dil puanları arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Ancak öğrencilerin düzenli olarak egzersiz yapma durumlarına göre yabancı dil puanları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ($p=0,04<0,05$). Öğrencilerin çoklu zekâ alanları ile yabancı dil puanları arasında ise istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir.

Anahtar Kelimeler: Çoklu zekâ, Fiziksel aktivite, Egzersiz, Yabancı dil

AN INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN UNIVERSITY PREP CLASS STUDENTS' INTELLIGENCE TYPES AND THEIR SUCCESS OF FOREIGN LANGUAGE LEARNING

Introduction and Purpose: In the 21st century, when foreign language learning has become almost compulsory, everyone is trying to fulfill this obligation. In fact, foreign language has become a very important thing not only for the people who work on linguistic sciences but also for politicians, engineers, architects, academicians and even sportsmen. In this context, the main purpose of the study is to compare the English achievement levels of students with physical / kinesthetic intelligence to those with other intelligence areas.

Methodology: 198 males, 66 females, in total 267 students, who study at Karabuk University Karabuk School of Foreign Languages during the summer term of 2017-2018, have participated in this study. "Personal Information Form" developed by researchers; "Multiple Intelligence Observation Form" from the book "Multiple Intelligence Applications" (2003) by Selçuk, Kayılı, Okut; Karabük University Preparatory Summer School foreign language success averages for determining the English achievement levels of the students, have been used as data collection tools. Kolmogorov Smirnov, Mann-Whitney U, Kruskall Wallis and Spearman Correlation tests have been used to analyze the data.

Findings and Results: Consequently, there are no significant differences in the foreign language scores of the students according to the variables of doing sports with a license, gender, age, and licensed sports branches. However, there is a significant difference in the foreign language scores of the students according to the variable of exercising regularly($p=0,04<0,05$). There is no statistically significant relationship between students' multiple intelligences and foreign language scores. Key words: Multiple Intelligence, Physical Activity, Exercise, Foreign Language

SB141

ÖĞRETMEN ADAYLARININ ZİHİNSEL ENGELLİ BİREYLERİN SPORTİF ETKİNLİKLERE KATILIMINA İLİŞKİN TUTUMLARININ İNCELENMESİ

***[1]Mücahit Dursun*, [2]Bahar Güler, [3]Tuğba Mutlu Bozkurt, [4]İrem Uz, [5]Ekrem Levent İlhan**

[1]ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ KAZIM KARABEKİR EĞİTİM FAKÜLTESİ, ERZURUM
[2]BÜLENT ECEVİT ÜNİVERSİTESİ, BESYO, ZONGULDAK.
[3]GAZİ ÜNİVERSİTESİ, SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ, ANKARA.
[4]GEBZE TEKNİK ÜNİVERSİTESİ, BESYO, KOCAELİ.
[5]GAZİ ÜNİVERSİTESİ,SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ANKARA.

***Email :** mucahitdursun1903@gmail.com, bahar.güler@osym.gov.tr, tmutlubozkurt@gmail.com, irem.uz@gtu.edu.tr, levent-besyo@hotmail.com*

Bu araştırmada, öğretmen (Beden, Sınıf ve Özel Eğitim) adaylarının, zihinsel engelli bireylerin sportif etkinliklerine yönelik tutum düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Katılımcıların tutum düzeyleri; cinsiyet, yaş, bölüm, düzenli spor yapma durumu ve ailede engelli birey olma durumu değişkenleri açısından incelenmiştir. Araştırmada, tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın evrenini, 2017-2018 eğitim öğretim yılında, Gazi Üniversitesi, Eğitim ve Spor Bilimleri Fakültelerin Sınıf Eğitimi, Özel Eğitim ve Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümlerinde öğrenim gören öğretmen adayları oluştururken, örneklem grubunu ise genel evren içerisinden, çalışmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden 332'si kadın, 178'i erkek olmak üzere toplamda 510 öğretmen adayı oluşturmuştur. Öğretmen adaylarının zihinsel engelli bireylerin sportif etkinliklerine yönelik tutum düzeylerinin belirlenmesinde İlhan ve Esentürk (2015) tarafından geliştirilen "Zihinsel Engelli Bireylerin Sportif Etkinliklerine Yönelik Tutum Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde SPSS 22.0 istatistik paket programı kullanılmıştır. Sonuç olarak; kadın katılımcıların, erkek katılımcılara oranla, düzenli spor yapanların spor yapmayanlardan ve özel eğitim bölümünde öğrenim gören öğrencilerin ise diğer bölümlerde öğrenim gören öğrencilere kıyasla tutum düzeylerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Ailede engelli birey olma değişkeninde ise anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

EXAMINATION OF THE ATTITUDES OF TEACHER CANDIDATES TOWARDS THE PARTICIPATION OF MENTALLY DISABLED INDIVIDUALS IN SPORTS ACTIVITIES

In this study, it was aimed to examine the attitudes of teacher candidates (gymnastics, classroom and special education) towards the sports activities of mentally disabled individuals. The attitudes of the participants were examined in terms of gender, age, department, regular exercising state, and disabled individuals in the family variables.

In the research, the scanning model was used. While the universe of the research is composed of candidate teachers who are studying at Gazi University, Faculty of Education and Sports Sciences, Classroom Education, Special Education, Physical Education and Sports Teaching Departments; the sampling group consisted of 510 candidates, 332 females and 178 males, who voluntarily participated in the study. The "Attitude Scale for The Sports Activities of Mentally Disabled Individuals" developed by İlhan and Esentürk (2015) were used in determining the attitudes of the teacher candidates towards the sports activities of mentally disabled individuals. In the evaluation of the data, SPSS 22.0 statistical package program was employed.

As a result, it was found that the attitude levels of female participants were higher than those of male participants, and that of regular athletes were higher than those of non-athletes and that of students studying in special education were higher than those who study in other departments. No significant difference was found in the variable of having a disabled individual in the family.

SB145

OKULA UYUMUN SPOR BAŞARI MOTİVASYONUNA ETKİSİ

[1]Bijen Filiz, [2]Neslihan Arıkan

[1]KOCATEPE UNİVERSİTESİ, AFYON
[2]GAZİ ÜNİVERSİTESİ, ANKARA

Email : *bijenfiliz@gmail.com, neslihanarikangazi@gmail.com*

Amaç: Bu araştırmanın amacı; Lise öğrencilerinin okula uyum ve spor başarı motivasyonu düzeylerinin cinsiyet, yaş, spor yapma yılı, lisanslı sporcu olma, anne ve baba eğitim durumu, anne ve baba mesleği değişkenlerine göre ilişkisini ve okula uyumun spor başarı motivasyonu üzerindeki etkisini incelemektir. Yöntem: Çalışma, 2017-2018 eğitim-öğretim yılında Milli Eğitim Bakanlığına bağlı Gümüşhane İli merkez resmi liselerinde öğrenim gören 185 gönüllü lise öğrencisi üzerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırmada, "Okula Uyum Ölçeği" ve "Spora Özgü Başarı Motivasyonu Ölçeği" kullanılmıştır. Çalışmada tarama modeli kullanılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde; betimsel istatistikler, bağımsız örneklem t-testi, Tek Yönlü ANOVA, Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon testi ve Basit Doğrusal Regresyon analizinden yararlanılmıştır. Bulgular: lise öğrencilerinin okula uyum ve spor başarı motivasyonu düzeylerinde yaş, anne mesleği ve lisanslı sporcu olma puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuş; cinsiyet, anne ve baba eğitim durumu, baba mesleği ve spor yapma yılı değişkenlerinin puan ortalamaları arasında ise anlamlı bir fark bulunmamıştır. Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon testi sonucunda okula uyum ve spora özgü başarı motivasyonu alt boyutları arasında pozitif yönde orta ve düşük düzeyde bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Okula uyumun spor başarı motivasyonunu anlamlı ve % .002 düzeyinde etkilediği görülmüştür. Sonuç: Lise öğrencilerin okula uyum ve spor başarı motivasyonu arasındaki ilişkiye bakıldığında, 15 yaşın 14 yaşa göre okula daha fazla uyum sağladığı; anne mesleği işçi olanın esnaf olana göre sporda daha fazla başarısızlıktan kaçınma ve güç gösterme davranışları gösterdiği; lisanslı olmayan öğrencilerin sporda daha çok başarıya yaklaşma davranışı gösterdikleri tespit edilmiştir. Okula uyumun spor başarı motivasyonu üzerinde herhangi bir etkisinin olmadığı belirlenmiştir.

THE IMPACT OF SCHOOL COHESION ON SPORT ACHIEVEMENT MOTIVATION

Purpose: The purpose of this study is to examine the relationship between high school students' school cohesion level and sports achievement motivation level according to gender, age, years of sports making, being a licensed athlete, educational status of parents, and parents' occupation variable, and the effect of school cohesion on sports achievement motivation is examined. Method: The study was conducted on 185 volunteer high school students studying in the official high schools of Gumushane province affiliated to the Ministry of National Education in the 2017-2018 academic year. In the study, the "School Cohesion Scale" and the "Sport-Spesific Achivement Motivation Scale" were used. The screening model was used in the study. Findings: There was a statistically significant difference between the scores of age, mother's occupation and being a licensed athlete variables in the school cohesion level and sports achievement motivation level of high school students; There was no significant difference between the mean scores of gender, mother and father's education status, father's occupation, and years of sports making variables. It was determined that there is a moderate and low level of positive correlation between the school cohesion sub dimension and motivation of sports achievement motivation sub dimension. As a result of simple linear regression analysis, it was found that school cohesion was found to affect sports achievement motivation significantly and at the level of .002%. Conclusion: When examining the relationship between the school cohesion and the sports achievement motivation of the high school students, it was found that 15-year-olds are more adapted to the school than 14-year-olds; non-licensed students showed more achievement behavior; the students whose mothers' profession are workers show failure avoidance and power demonstration behaviors more in sports than the students whose mothers are traders. It has been determined that school cohesion has no effect on the sports achievement motivation.

SB146

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN SPORA KATILIM VE SOSYALLEŞME DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

***[1]Bijen Filiz*, [2]Neslihan Arıkan**

[1]KOCATEPE ÜNİVERSİTESİ, AFYON
[2]GAZİ ÜNİVERSİTESİ, ANKARA

Email : *bijenfiliz@gmail.com, neslihanarikangazi@gmail.com*

Amaç: Bu araştırmada üniversite öğrencilerinin spora katılım ve sosyalleşme düzeylerinin cinsiyet, yaş, bölüm, sınıf, aile gelir düzeyi, üniversite spor aktivitelerine katılım durumu, sporculuk düzeyi, spor branşı, spor yapma yılı değişkenlerine göre ilişkileri incelenmiştir. Yöntem: Çalışma grubunu, Ankara Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören toplam 210 üniversite öğrencisi oluşturmuştur. Araştırmada, "Spor ve Sosyalleşme Ölçeği", "Spora Katılım Motivasyonu Envanteri" kullanılmıştır. Çalışmada tarama modeli kullanılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde, betimsel istatistikler, bağımsız örneklem t-testi, Tek Yönlü ANOVA, Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon testinden yararlanılmıştır. Bulgular: Üniversite öğrencilerinin spora katılım ve sosyalleşme düzeylerinin cinsiyet, bölüm, sınıf, aile gelir düzeyi, spor aktivitelerine katılım durumu, sporculuk düzeyi, spor branşı ve spor yapma yılı değişkenlerinin puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuş; yaş değişkeninin puan ortalaması arasında ise anlamlı bir fark bulunmamıştır. Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon testi sonucunda spor katılım motivasyonu ve sosyalleşme arasında pozitif yönde yüksek ve orta düzeyde ilişki olduğu tespit edilmiştir. Sonuç: Üniversite öğrencilerinin spora katılım motivasyonu ve sosyalleşme düzeylerine bakıldığında, kız öğrencilerin yılmama, takım üyeliği, fiziksel uygunluk ve başarı davranışlarını erkeklerden, erkek öğrencilerin ise eğlence davranışını kızlardan daha fazla gösterdiği; öğretmenlik öğrencilerinin antrenörlük ve rekreasyon öğrencilerinden daha fazla yılmama davranışı gösterdiği; öğretmenliğin antrenörlük ve yöneticiliği göre, rekreasyonun antrenörlüğe göre daha fazla sosyalleştiği; aile gelir durumu orta olanların kötü olanlara göre daha fazla takım üyeliği yaptığı; üniversite sporlarına katılanların daha fazla başlama davranışı gösterdiği; lisanslı olanların fiziksel uygunluğunun daha fazla olduğu; branşı basketbol olanların hentbol ve futbola göre daha fazla arkadaşlık yaptığı; spor yapma yılı 9-üstü olanların 1-2, 5-6 ve 7-8 yıl olanlardan daha fazla yılmama, sürdürme, takım üyeliği ve fiziksel uygunluk davranışları gösterdiği belirlenmiştir. Bulgular literatür ışığında tartışılmış ve ortaya çıkan sonuçlar doğrultusunda öneriler geliştirilmiştir.

THE RELATIONSHIP BETWEEN UNIVERSITY STUDENTS' MOTIVATION TO PARTICIPATE IN SPORTS AND SOCIALIZATION LEVELS

Purpose: In this study, the relationship between sports participation and socialization levels of university students were investigated according to gender, age, department, class, family income level, participation to university sports activities, athletics level, sports branch, and years of sports making variables. Method: The study group consists of a total of 210 university students studying at Gazi University Sports Sciences Faculty. "Sports and Socialization Scale", "Sports Participation Motivation Inventory" were used in the research. The screening model was used in the study. Findings: There was a statistically significant difference between the mean scores of the variables of gender, department, class, family income level, participation to university sports activities, athletics level, sports branch, and years of sports making variables, but there was no significant difference between the mean score of the age variable. There was a positively high and moderate correlation between sports participation motivation and socialization. Conclusion: When looking at the students' sport participation motivation and socialization levels, it has been determined that female students showed more determination, team spirit, physical fitness and success behaviors than boys do, male students showed more recreational behavior than girls; teaching students showed more determinant behaviors than their coaching and recreation students; the teaching students are more socialized than the coaching and management , the recreation students are more socialized than the coaching students; the middle-income family members have a longer membership to the team than the low-income ones; those who participate in university sports show more starting behavior; those who are licensed are physically more suitable; students in the basketball branch made more friendships than those in the handball and soccer branch; those who are 9 years or older in the years of sports making show more determination, continuation, team spirit, and physical fitness behaviors than 1-2, 5-6 and 7-8 years.

SB149

ORTAOKULLARDA BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR DERSİNDE AKRAN EĞİTİMİNİN ETKİLİLİĞİ: FİZİKSEL ETKİNLİK KARTLARININ KULLANIMI (ELAZIĞ İL ÖRNEĞİ)

***[1]Resul Ağırtaş*, [2]Resul Ağırtaş, [3]Mustafa Karadağ, [4]Oktay Kızar**

[1]MEB ELAZIĞ
[2]MEB ELAZIĞ İL MİLLİ EĞİTİM MÜDÜRLÜĞÜ ELAZIĞ
[3]FIRAT ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ELAZIĞ
[4]BİNGÖL ÜNİVERSİTESİ BİNGÖL

***Email :** resulagirtas@hotmail.com, resulagirtas@hotmail.com, mkaradag@firat.edu.tr, oktaykizar@gmail.com*

Bu çalışmanın amacı, Ortaokullarda Beden Eğitimi ve Spor Dersinde, Akran Eğitiminin Etkililiğinin, Fiziksel Etkinlik Kartlarının kullanılması sonucunda öğrencilerin beceri gelişiminde ve Beden Eğitimi ve Spor Dersine karşı öğrenci tutumlarındaki değişikliği belirlemek ve Beden Eğitimi ve Spor dersinde FEK kartlarının akran eğitimciler tarafından kullanılmasını modellemek. Bu araştırmada nicel ve nitel araştırma modellerinin bir arada olduğu karma model kullanılmıştır. Araştırmanın nicel boyutu deneysel bir çalışma olup ön test - son test kontrol gruplu deneme modeli kullanılmıştır.Ayrıca araştırmanın nicel boyutunda FEK'e ilişkin öğrenci görüşlerini elde etmek için tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın evreni ve örneklemi; Çalışma grubu için araştırmacının 2015-2016 eğitim-öğretim döneminde görev aldığı okul olmak üzere iki ortaokulda bulunan 7. Sınıf öğrencilerinden oluşmuştur. Her iki okulda kontrol grubunda 30 ve deney grubunda 30 öğrenci olmak üzere toplamda 120 öğrenci üzerinde çalışma yapılmıştır. Araştırmada nicel ve nitel araştırma yöntemlerinin farklı teknikleri ile veriler elde edilmiştir. Fiziksel etkinlik kartlarının öğrencilerin derse yönelik tutumlarının etkisine bakıldığında, deney grubun ortak etkisinde anlamlı farklılığa ulaşılmıştır. Bu sonuca göre, deney ve kontrol grubundaki öğrencilerin almış olduğu eğitim, programın öncesindeki ve sonrasındaki tutum düzeyinde son-test lehine anlamlı bir farklılığa yol açmıştır. Buna karşılık farklı gruplarda bulunmanın öğrencilerin tutum puanları üzerinde anlamlı farklılığa yol açmadığı belirlenmiştir.Beden eğitimi derslerinde kullanılan kartlar hakkında öğrenci görüşleri araştırıldığında, öğrencilerin büyük çoğunluğunun, kartlarla ders işlemenin derslerde farklılık yarattığı, hoşlarına gittiği ve zevk aldıkları, derse katılımlarını arttırdığı ve yararlı olduğu, kartların hareket becerilerini ve kendilerine güveni geliştirdiği, kartları uygularken zorlanmadıklarını, işbirliği içerisinde hareket etmelerini sağladığı ve dersi daha eğlenceli hale getirdiği yönünde görüş bildirmişlerdir.

Anahtar Kelimeler: Fiziksel Etkinlik Kartları, Beden Eğitimi ve Tutum, Akran Değerlendirme

THE EFFECTIVENESS OF PEER EDUCATION IN PHYSICAL EDUCATION AND SPORT COURSE AT SECONDARY SCHOOL: THE USE OF PHYSICAL ACTIVITY CARDS

The purpose of this research is to determine the effectiveness of peer education in physical education and sport lessons at secondary school. The use of Physical Activity Cards, the development of students' skills and the changes in student attitudes towards Physical Education and Sports.Modeling the use of "PAC" cards by peer educators in Physical Education and Sports lessons.In this research, a mixed model was used in which both quantitative and qualitative research models were combined. The quantitative dimension of this research was an experimental study, a trial model with pre-test and post-test control group was used. In addition, in the quantitative dimension of the study a screening model was used to obtain students opinions on "PAC". The population and sample of the research; the working group is arranged from students at 7th class in two secondary schools, the school in which the researcher was employed during the 2015-2016 academic year. In both schools, a total of 120 students were studied, 30 in the control group and 30 in the experimental group. The data in this study were obtained with different techniques of quantitative and qualitative research methods.When we look at student's opinions about the cards used in physical education classes, most of the students have expressed that using cards makes the lesson different and that they enjoyed the lesson. Further they have expressed that the course attendance increased, were useful, improves their skills and self-confidence and they did not have difficulties in applying. In addition, the use of cards allows them to act in cooperation and makes the lesson more enjoyable. Key words: Physical Activity Cards (PAC), Physical Education and Attitude, Peer Evaluation

SB155

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLERİNİN İLKÖĞRETİM İKİNCİ KADEME BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR DERSİ KAZANIMLARININ GERÇEKLEŞTİRİLMESİNE İLİŞKİN GÖRÜŞLERİ

[2]Rahmi Yıldız, [1]Murat Kangalgil

[1]Cumhuriyet Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, SİVAS
[2]Cumhuriyet Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, SİVAS

Email : *mkangalgil@gmail.com, yildizrahmi2005@hotmail.com*

Giriş ve Amaç:Bu araştırma ile İlköğretim ikinci kademedeki beden eğitimi ve spor dersine giren öğretmenlerin beden eğitimi ve spor dersi öğretim programları (5., 6., 7. ve 8. sınıf) kazanımlarının gerçekleşme durumuna ilişkin görüşlerinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Yöntem: Araştırmanın evrenini 2017-2018 eğitim-öğretim yılında İç Anadolu Bölgesindeki 13 ilde görev yapan öğretmenler, örneklemini ise toplam 6 ilde görev yapan 819 öğretmen oluşturmuştur. Araştırmada veri toplama aracı olarak 7 sorudan oluşan anket ve her sınıf için kazanımların soru şekline dönüştürülmesi ile 5'li likert tipinde maddelerden oluşturulmuş standart ölçekler uygulanmıştır. Ölçeklerin Cronbach Alfa değerleri; 5. sınıf için 96,6; 6. sınıf için 93,6; 7. sınıf için 96,1 ve 8. sınıf için 93,2 bulunmuştur. Verilerin analizinde parametrik test varsayımları yerine getirilemediğinden, Kruskall-Wallis Varyans analizi ve Mann-Whitney-U testi kullanılmış ve yanılma düzeyi 0,05 olarak alınmıştır. Bulgular: Araştırma bulgularına göre tüm sınıflar için kazanımların kazandırılması ile ilgili puanların yüksek olduğu görülmüştür. Cinsiyet değişkenine göre bakıldığında, 5. sınıf düzeyine göre fark istatistiksel olarak önemli bulunmuştur ($p<0,05$). Görüldüğü gibi erkek öğretmenlerin puanı, Kadın öğretmenlerden daha fazladır. Diğer sınıflar düzeyinde ise fark istatistiksel olarak önemsiz bulunmuştur ($p>0,05$). Yaş değişkenine göre, öğretmenlerin beden eğitimi ve spor dersi öğretim programını değerlendirme puanları, 5. sınıf, 6. sınıf ve 8. sınıf düzeyine göre karşılaştırıldığında, fark istatistiksel olarak önemli bulunurken ($p<0,05$), 7. sınıf düzeyinde ise fark önemsiz bulunmuştur ($p>0,05$). Sonuç: Sonuç olarak İlköğretim ikinci kademedeki beden eğitimi ve spor dersine giren öğretmenlerin beden eğitimi ve spor dersi öğretim programları (5., 6., 7. ve 8. sınıf) kazanımlarının gerçekleşme düzeyleri puanlarının yüksek olduğu ve bu kazanımların büyük oranda öğrencilere kazandırıldığı söylenebilir.

VIEWS OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS TEACHERS ON PRIMARY EDUCATION SECOND STAGE PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS COURSE ACHIEVEMENTS

With this research, it was aimed to determine the views of the teachers attending physical education and sports lessons in the second stage of primary education on the realization status of the achievements of physical education and sports lesson teaching programs. The researchers' universe consisted of teachers working in 13 provinces in the Central Anatolian Region during the academic year of 2017- 2018 and the sample consisted of 819 teachers working in 6 provinces. As a data collection tool in the research, a questionnaire consisting of 7 questions and the conversion of the gains for each class into a questionnaire and standard scales formed from 5 types of likert types were applied. Cronbach alpha values of the scales; 96.6 for 5; 93.6 for 6; 96 for 7 and 93.2 for 8th grade. Kruskall-Wallis analysis of variance and Mann-Whitney-U test were used because the parametric test assumptions could not be met in the analysis of the data and the error level was taken as 0.05 According to the findings of the research, it was seen that the scores related to obtaining the achievements for all the classes were high. According to the gender variable, the difference according to the 5th grade level was statistically significant ($p<0,05$). In the other classes, the difference was found to be statistically insignificant. According to the age variable, when the evaluation scores of the physical education and sports lesson programs of the teachers were compared according to the 5th, 6th and 8th grade levels, the difference was statistically significant ($p<0,05$) As a result, it can be said that the teachers who entered the physical education and sports lessons in the second stage of primary education had higher scores in realization level of physical education and sports lesson education programs and these gains were gained to the students.

SB161

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLERİNİN GÖZÜNDEN BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLİĞİ VE DERSLERİ (SAKARYA ÖRNEĞİ)

***[1]Seray Soydaş Yaralı*, [2]A.Dilşad Mirzeoğlu, [2]Seray Soydaş Yaralı, [3]Dilşad Çoknaz, [4]Sinem Özmen**

[1]SUBU, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği, Sakarya.
[2]SUBÜ, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği, Sakarya
[3]BAİBÜ, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Spor Yöneticiliği Bölümü, Bolu.
[4]SAÜ, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Bölümü Mezunu, Sakarya

Email : *soydas@sakarya.edu.tr, belcesu@yahoo.com, soydas@sakarya.edu.tr, dilhak@yahoo.com, sinem01_ozmen@hotmail.com*

Beden eğitimi ve spor (BES) dersleri öğrencilerin bir bütün olarak geliştirilmesinde önemli etkilere sahiptir. BES derslerinde öğrencilerin bir bütün olarak gelişmelerindeki en önemli katkıyı beden eğitimi ve spor öğretmeni yapmaktadır. Bu nedenle BES öğretmeninin hizmet öncesi ve hizmet içinde yetiştirilmesi, meslek yaşamı süresince idare, meslektaşları ve veli tarafından sürekli desteklenmesi onun ortaya koyacağı performansı da olumlu etkilemektedir. Ancak yapılan çalışmalar incelendiğinde, BES öğretmeni gözüyle Türkiye'de BES öğretmeni olma ve ders uygulamaları ile ilgili yeterince çalışmanın olmadığını göstermektedir. Bu nedenle bu çalışmanın amacı beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin beden eğitimi ve spor öğretmenliği ve dersine yönelik görüşlerini inceleyerek, tanım ve özellikler, mesleki eğitim, beklentiler, uygulamalar ve sorunlar açısından bir durum analizi yapmaktır. Araştırmanın desenini olgu bilim oluşturmaktadır. Araştırmada ölçüt örnekleme yöntemi kullanılmış ve 2017-2018 öğretim yılı güz döneminde Sakarya ili Merkez ilçede farklı ortaokullar ve liselerde görev yapmakta olan 20 öğretmen çalışmaya katılmıştır. Veriler odak grup görüşmeleri ile toplanmıştır. Çalışmada katılımcılar mesleklerini "çocukları hayata hazırlamak, okulun her şeyi olmak, öğrencilerin arkadaşı olmak" şeklinde tanımlamışlardır. Mesleki eğitimleri sırasında kendilerine en çok fayda sağlayan derslerin "özel öğretim yöntemleri, sınıf yönetimi ve spor branş dersleri" olduğunu ifade etmişlerdir. Katılımcılar okullarda beden eğitimi ve spor öğretmeninden en önemli beklentinin "disiplin ve düzenin sağlanması" olduğuna dikkat çekmektedir. Katılımcılar en güçlü yönlerini "iletişim", en zayıf yönlerini ise "alan bilgisi eksikliği" olarak ifade etmişlerdir. Öğretmenler yaşadıkları sorunlar arasında "üniversitelerde verilen eğitiminin yetersizliği, okul yönetimlerinin derse bakış açısı, çocuklarının derse katılmak istememeleri, okullarda spor salonu olmaması ve malzeme eksikliğini" belirtmişlerdir.

Anahtar Kelimeler: Öğretmen, beden eğitimi ve spor öğretmeni, beden eğitimi ve spor dersi, beklentiler, sorunlar

THE VIEWS OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS TEACHERS ABOUT PHYSICAL EDUCATION AND SPORT TEACHING AND COURSES (SAKARYA SAMPLE)

Physical education and sport (PES) courses have important implications in the development of students as a whole. The most important contribution for the development of the students in the PES courses is provided by PES teachers. For this reason, training of PES teachers in pre-service and in-service, continuous support by the administration, colleagues and parents during their professional life also positively affects their performance. However, there is not enough study from the point of view of PES teachers about being a PES teacher and course applications in Turkey. Therefore, the purpose of this study was to conduct a situational analysis in terms of definitions and characteristics, vocational training, expectations, practices and problems by examining the opinions of PES teachers and PES courses. The design of research was phenomenologic method. The criterion sampling method was used in the reseach and 20 PES teachers working in different secondary and high schools participated in Sakarya provience central distrinct in the fall semester of 2017-2018. The data were collected by focus group interviews. In the study, the participants defined their profession as "to prepere the children for the life, to be everything in the school, to be friends of the students". They pointed out that the courses that are most

beneficial to them during their vocational training are “teaching metods in physical education, classroom management and sport branches courses”. Participants pointed out that the most important expectation fromPES teachers in schools is “to provide discipline and order”. Participants expressed their strongest features as “communication” and their weaknesses as “lack of field knowledge”. The teachers stated the problems encountered as “the inadequency of education given at universities, the viewpoint of school administrations to the couses, unwillingness of the children to attend classes, the lack of sports hall and materials”.

Keywords: Teachers, physical education and sport teacher, physical

SB168

TEKNOLOJİ DESTEKLİ AKTİF OYUN VE FİZİKSEL OKURYAZARLIK: ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN DENEYİMLERİ

***[1]Hidayet Suha YÜKSEL*, [1]Hidayet Suha Yüksel, [1]Fehmi Tuncel**

[1]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

***Email :** hsyuksel@ankara.edu.tr, hsyuksel@ankara.edu.tr, ftuncel@ankara.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Araştırmanın amacı teknoloji destekli aktif oyun programına katılan ortaokul öğrencilerinin deneyimlerini fiziksel okuryazarlık anlayışının temel döngüsü çerçevesinde keşfetmektir. Çalışmada uygulamalar ders dışı etkinlikler kapsamında 10 hafta boyunca haftada 3 gün gerçekleşmiştir. Yöntem: Araştırmada karma yöntem yaklaşımı tercih edilmiştir. Araştırmaya amaçlı örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme ile belirlenmiş 21 ortaokul öğrencisi (11 kız, 10 erkek) katılmıştır. Nitel verilerin toplanmasında; yarı yapılandırılmış odak grup görüşmeleri, genişletilmiş alan notları ve yansıtıcı günlükler; nicel verilerin toplanmasında ise, mekik koşusu testi, 20 m sürat koşusu testi, illinois çeviklik testi, reaksiyon değerlendirme testi, otur-eriş testi, flamingo denge testi ve Tanita cihazı kullanılmıştır. Araştırmada nitel verilerin analizinde Nvivo 11 programı kullanılarak tematik analiz; nicel verilerin analizinde ise SPSS 22 programı kullanılarak betimsel istatistikler ve ilişkili örnek t testi yapılmıştır. Bulgular ve Sonuç: Araştırmanın ilk sorusuna ilişkin motivasyon boyutunda teknoloji destekli aktif oyun deneyimleri incelendiğinde; teknoloji desteğinin özellikle katılım isteklerinde, eğlenmelerinde ve ilgilerinin devam etmesinde rol aldığı; öğrencilerin ayrıca akış durumu için gerekli olan geri bildirim alma, beceri seviyesine uygun zorlukta göreve katılma, odaklanma ve zaman farkındalığının değişimi gibi özellikleri süreç boyunca deneyimledikleri anlaşılmıştır. Öğrencilerin motivasyonunu sürdürmesinde aktivite ve malzeme çeşitliliği ile birlikte sosyal etkileşim ve iş birliği de katkı sağlamıştır. Araştırmanın ikinci sorusuna ilişkin güven-fiziksel yeterliğe ilişkin deneyimleri incelendiğinde; fiziksel okuryazarlığın temel döngüsünde anlatıldığı gibi aktivitelere katılım noktasında motive olan çocuklar yapabildiklerinin farkına varmış, harekete ilişkin güvenleri artmış ve hem algılanan fiziksel yeterlikleri hem de gerçek fiziksel yeterlikleri birçok parametrede gelişmiştir. Araştırmanın üçüncü soruna ilişkin olarak çevreyle etkileşim boyutunda deneyimleri incelendiğinde ise, farklı özellikler gerektiren çevrelerde aktivitelere katılan çocukların genel olarak fiziksel aktiviteye ilişkin ilgi durumu ve fiziksel aktiviteye bakış açılarında dönüşüm olmuştur. Tüm bu sonuçlardan hareketle, teknoloji destekli aktif oyun programının fiziksel okuryazarlığın temel döngüsünde yer alan motivasyon, güven- fiziksel yeterlik ve çevreyle etkileşim özelliklerini sağlama ve geliştirme bakımından faydalı olduğu söylenebilir.

ACTIVE GAMING AND PHYSICAL LITERACY:EXPERIENCES OF SECONDARY SCHOOL STUDENTS

Introduction and Aim: The aim of the study is to explore the experiences of secondary school students who participate in the active gaming program within the framework physical literacy. Within the scope of extracurricular activities, practices were performed 3 days a week for 10 weeks. Method: Mixed method approach was preferred in this study. 21 secondary school students who were determined by criterion-based sampling participated in the study. In the collection of qualitative data, semi-structured focus group interviews, expanded field notes and reflective journals were used and in the collection of quantitative data, various tests such as shuttle run test, 20m sprint test, were used. In the analysis of qualitative data, thematic analysis was carried out and statistical analysis of quantitative data was performed with descriptive statistics and paired-samples t-test. Findings and Conclusion: When examining the experience of motivation, it has been understood that the technology support plays an important role particularly in students' desires to participate, their enjoyment and the continuation of their interest; it was also seen that students experience the characteristics required for the flow state, such as getting feedback, challenge-skill level balance, focusing and changing the time awareness. Social interaction and cooperation also contributed to the motivation of the students, along with the diversity of activities and materials. When examining the experience of confidence-physical competence, children who are motivated to participate in activities have become aware of what they can do, and both their perceived physical competence and real physical competencies have developed in many parameters. When examining the experiences of interaction with the environment, there has been a transformation in the perspective of physical activity and the general interest of children. Based on all these results, it can be said that the active gaming program is beneficial in developing the basis of physical literacy cycle.

SB174

PEDAGOJİK FORMASYON EĞİTİMİ ALAN BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMEN ADAYLARININ ÖĞRETMENLİK MESLEĞİNE YÖNELİK TUTUMLARININ ÖĞRETMENLİĞE HAZIR OLMA DÜZEYLERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

[1]Oğulcan Usuflu, [2]Mehmet Behzat Turan, [2]Hakkı Ulucan, [2]Osman Pepe

[1]Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstütüsi, KAYSERİ
[2]Erciyes Üniversitesi , Spor Bilimleri Fakültesi, KAYSERİ

Email : *ousuflu@gmail.com, behzatturan@erciyes.edu.tr, hakkiulucan@erciyes.edu.tr, opepe@erciyes.edu.tr*

Bu çalışmanın amacı pedagojik formasyon eğitimi alan beden eğitimi spor yüksekokulu öğrencilerinin öğretmenlik mesleğine yönelik tutumlarının öğretmenliğe hazır olma düzeylerine etkisinin incelenmesidir. Bu amaç doğrultusunda örneklemi Erciyes Üniversitesinde beden eğitimi ve spor yüksekokulunda pedagojik formasyon eğitimi alan tesadüfi yöntemle seçilmiş 324 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak öğretmenlik mesleğine yönelik tutum ölçeği, öğretmenliğe hazır olma ölçeği ve araştırmacı tarafından hazırlanan 'Kişisel Bilgi Formu ' kullanılmıştır. Kişisel Bilgi Formundan elde edilen veriler SPSS 22.0 paket programı ile istatistiksel analizleri yapılmıştır. Adaylara ilişkin kişisel bilgiler ve envanter toplam puanları ve faktör puanları frekans (f) ve yüzde (%) değerleri tespit edilerek verilmiştir. Ölçeklerden elde edilen puanların arasındaki ilişkiyi ortaya koyabilmek için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon analizi (r) ve elde edilen puanlarının birbirinin yordayıcı olup olmadığını tespit edebilmek için Çoklu regresyon analizi uygulanmıştır (β). Öğretmenlik mesleğine yönelik tutum ile öğretmenliğe hazır olma arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Çalışmamızın sonuçlarına bakıldığında öğretmenlik mesleğine yönelik tutumun öğretmenliğe hazır olma düzeyine etkisi belirlenmiştir. Öğretmenlik mesleği tutum özelliklerinin etkili öğrenme, öğretim sürecini tasarlama, teknopedogojik yeterlilik, öğreneni anlama ve öğretmenlik mesleği hazır olma özelliklerini yordadığı ve toplam varyansın %32,8 'ini açıkladığı görülmektedir. Bu sebeple geleceğimizin temel kaynağı olan öğrencilerin kendini mesleğe adapte etmiş, öğretmenlik mesleğine hazır olan, öğretmenlik mesleğinin önemini bilen kaliteli ve özgün öğretmenlerden eğitim almasının gerekliliği düşünülmüştür.

INVESTIGATION OF THE EFFECTS OF PHYSICAL EDUCATION TEACHERS 'TEACHERS' VOCABULAR CHILDREN'S PEDAGOGICAL FORMATION TEACHING LEVELS ON THE TEACHING LEVEL OF LEARNING

The purpose of this study is to investigate the effect of attitudes of teachers of pedagogical formation training on physical education sports to the teaching profession to the level of being ready for teaching. To this end, the sample is composed of 324 students selected randomly from the pedagogical formation education at Erciyes University in Physical Education and Sports High School. As a means of collecting data in the survey, attitude scale towards the teaching profession, the readiness to be taught and the 'Personal Information Form' prepared by the researcher were used. The data obtained from the Personal Information Form were analyzed statistically with SPSS 22.0 package program. The personal information and inventory total scores and factor scores for the candidates were determined by determining frequency (f) and percentage (%) values. Multiple regression analysis (β) was used to determine whether Pearson Moments Multiplication Correlation analysis (r) and the obtained scores are predictive of each other in order to reveal the relationship between scores obtained from the scales. A positive relationship was found between attitudes towards teaching profession and being ready for teaching. It is seen that the teaching profession attitude characteristics predicted effective learning, designing the teaching process, technopedogogical competence, understanding of learning and teaching profession readiness and explaining 32.8% of the total variance to the results of our study. For this reason, it is thought that the students, who are the main source of our future, have to adapt themselves to the profession, to educate qualified and original teachers who know the importance of the teaching profession and want to increase the value of the teaching profession.

SB175

LİSANS EĞİTİMİNDE OYUNLAŞTIRMAYA YÖNELİK BİR DURUM ÇALIŞMASI

***[1]Hidayet Suha Yüksel*, [1]Seda Canlı, [1]Nazan Kılınç**

[1]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

***Email :** hsyuksel@ankara.edu.tr, sedacanli9516@gmail.com, nazankilinc5@gmail.com*

Oyunlaştırma özellikle dijital oyunlara ait kuralların oyun dışı ortamlarda kullanılmasıdır. Birçok farklı alanda kullanılan oyunlaştırma eğitim alanında da öğrencilerin ilgisini çekmek ve süreci daha nitelikli hale getirmek için kullanılmaktadır. Bu bağlamda çalışmanın amacı eğitim bilimine giriş dersi kapsamında oyunlaştırma sürecine dahil olan öğrencilerin deneyimlerini keşfetmektir. Araştırma kapsamında eğitim bilimine giriş dersi 8 hafta boyunca oyunlaştırmaya yönelik kahoot, edmodo, facebook ve video görev yardımcıları ile desteklenerek tasarlanmıştır. Nitel durum çalışması modelinin tercih edildiği araştırmaya 2017-2018 eğitim-öğretim yılında Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümü 1. sınıfta olan ve ölçüt örnekleme yöntemi ile seçilmiş 22 öğrenci katılmıştır. Verilerin toplanmasında araştırmacılar tarafından hazırlanan yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Verilerin analizinde içerik analizi yapılmış ve bu kapsamda kodlama işlemi tamamlandıktan sonra ortak özellikleri yansıtan temalara ulaşılmıştır. Bulgular değerlendirildiğinde oyunlaştırmayı sağlayan deneyim özellikleri; “yarışma-rekabet”, “geri bildirim”, “ödül”, “eğlence” ve” ilgi-katılım” temaları altında yorumlanırken, süreçte aksayan yönler ise, “her şey mi yolundaydı?” teması altında yorumlanmıştır. Yarışma ve rekabet ortamının derse olumlu yansımaları ile birlikte sürekli alınan geri bildirimler öğrencilere yararlı olmuş ve verilen ödüllerle birlikte öğrencilerin eğlendikleri ve katılım gösterdikleri bir öğrenme çevresi oluşmuştur. Bunların dışında ders süresince yaşanan bazı teknik aksaklıklar ve her öğrencinin yanında akıllı telefon, dizüstü bilgisayar ya da tablet bulundurma zorunluluğu bazı aksaklıklara sebep olmuştur. Sonuç olarak oyunlaştırmaya yönelik yapılan müdahaleye ilişkin öğrencilerin deneyimleri incelendiğinde, oyunlaştırmaya uygun çevrenin derse olan ilgi ve katılımı artırma noktasında yardımcı olabileceği söylenebilir.

A CASE STUDY ON GAMIFICATION IN UNDERGRADUATE EDUCATION

Gamification is especially used in the non-play environments of the rules of digital games. Gamification used in many different areas is also used in the field of education to attract the attention of students and to make the process more qualified. In this context the aim of study is to explore the experiences of students involved in the process of gamification within the introduction to educational science. In the scope of the research, introduction to educational sciences was designed with gamification supported by kahoot, edmodo, facebook and video task supports for 8 weeks. Twenty-two students who were in Physical Education and Sport Teaching Department of Ankara University Sports Science Faculty and determined by criterion sampling participated in the research that the qualitative case study model was preferred. A semi-structured interview form prepared by researchers was used to collect the data. Content analysis method was done in the analysis of the data, and after the coding process was done, the themes which have common characteristics were reached. In terms of findings experience features that enable gamification were interpreted under the themes of "competition", "feedback", "reward", "fun" and "interest- participation", while the challenging aspects of the process are interpreted under the theme of "was everything okay?". The positive reflection of the competition environment and the continuous feedbacks have been beneficial to the students and a learning environment was formed in which the students entertained and participated together with the awards given. Apart from these, some technical problems during the course and the necessity of having a smart phone, laptop or tablet have caused some troubles. As a result, when the experiences of the students regarding to gamification is examined, it can be said that the appropriate environment for gamification can help to increase interest and participation in the course.

SB181

ÜNİVERSİTE MEZUNU GEBELERİN EGZERSİZE YÖNELİK TUTUMLARININ BELİRLENMESİ (DÜZCE İLİ ÖRNEĞİ)

***[1]Ömer Sivrikaya*, [2]Sevgi Açari, [3]Ömer Sivrikaya**

[1]Düzce Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Düzce.
[2]19 Mayıs Ortaokulu, Düzce.
[3]Düzce Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Düzce.

***Email :** omersivrikaya@duzce.edu.tr, acarisevgi@gmail.com, omersivrikaya@duzce.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Bu araştırma, Düzce ilinde yaşayan üniversite mezunu gebelerin egzersize yönelik tutumlarını belirlemek amacıyla yapılmıştır. Bu çalışmada gebelerin, gebe kalmadan önceki ve gebelik sürecindeki egzersiz yaklaşımları incelenmiştir. Araştırmamızın evrenini Düzce ilindeki üniversite mezunu gebeler, örneklemini ise Düzce ilindeki üniversite mezunu 10 gebe oluşturmaktadır. Yöntem: Bu araştırmada nitel araştırma desenlerinden biri olan olgu bilim metodu kullanılmıştır. Verilerin toplanmasında yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Yüz yüze görüşmeler, farklı meslek gruplarından ve gebeliklerinin farklı dönemlerinde olan üniversite mezunu gebelerle gerçekleştirilmiştir. Verilerin analizinde NVIVO 11 istatistik programından yararlanılmıştır. Bulgular: Egzersizin sağlıkları için faydalı olduğunu düşünmelerine rağmen, katılımcıların gebe kaldıktan sonra egzersizden uzak durma eğilimde oldukları tespit edilmiştir. Uzman doktorların egzersize yönlendirmemesi sebebiyle, gebeliklerinde herhangi bir problem yaşamayan gebelerin de egzersizden uzak durdukları tespit edilmiştir. Sonuç olarak, üniversite mezunu gebelerin gebelik öncesi ve gebelik sürecindeki egzersiz tutumlarının farklı olduğu görülmüştür. Erken yaşlardan itibaren sporla bir şekilde ilgilenen ve gebelik öncesinde spor yapan kadınların, gebe kaldıktan sonra çeşitli sebeplerle egzersiz yapmadıkları tespit edilmiştir. Egzersizin faydalarına inanmalarına rağmen gebelik dönemini gebe kalmadan önceki yaşamlarından daha az aktif geçirmektedirler.

DETERMINATION OF EXERCISE ATTITUDES OF PREGNANT WOMEN WHO GRADUATED UNIVERSITY (DÜZCE PROVINCE EXAMPLE)

Introduction and purpose: This research was conducted to determine the exercise attitudes of pregnant women living in Düzce who graduated from university. In this study, exercise approaches before and during pregnancy were examined. The universe of our study is the university graduates pregnant women and the sample is 10 university graduate pregnant women who lives in Düzce.

Method: The case science method, one of the qualitative research designs, is used in this research. A semi-structured interview form was used In the gathering of the data. Face-to-face interviews were conducted with university graduates who were in different professional groups and different periods of their pregnancy. The analysis of the data utilized the NVIVO 11 statistical program.

Findings: Although participants thought that they were useful for their health, they were found to have experienced various fears. Because of these fears and the fact that specialist doctors do not direct them to exercise, it has been determined that pregnant women who have no problems in their pregnancies are also away from exercise.

As a result, it was seen that the pre-pregnancy and the gestational period exercise attitudes of university graduates were different. It has been found that women who are interested in sports and early sports since early ages have been away from exercise for various reasons after conception. Although they believed in the benefits of exercise, they did not exercise during pregnancy.

SB197

BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMEN ADAYLARINDA BİLİŞSEL DUYGU DÜZENLEME VE MİZAÇ TİPLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

[1]Lale Yıldız, [2]Ferudun DORAK, [2]A.Meliha Canpolat

[1]Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Muğla
[2]Ege Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İzmir

Email : *laleyildiz84@gmail.com, ferudun.dorak@ege.edu.tr, monursal@yahoo.com*

Beden eğitimi öğretmen adaylarının mizaç modelleri ve bilişsel duygu düzenleme stratejilerini inceleyen bu çalışmada "nitelikli öğretmen" kavramına yüklenen özelliklere katkı sağlamak amaçlanmıştır. Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören 22.74±3.47 yaş ortalamasına sahip, 92 kadın (%35.5) 167 erkek (%64.5) olmak üzere toplam 259 beden eğitimi öğretmen adayı çalışmanın örneklemini oluşmaktadır. Katılımcılara kişisel bilgi formu, bilişsel duygu düzenleme (Onat ve Otrar 2010) ve dokuz tip mizaç modeli (Yılmaz ve ark. 2014) ölçeklerini içeren anket formu uygulatılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 24.0 programından yararlanılmıştır. Öğretmen adaylarının 60'ının (%23.2) Tip 2; 44'ünün (%17.0) Tip 1; 36'sının (%13.9) Tip 9 olmak üzere 3 mizaç tipinde sıklık gösterdiği saptanmıştır. Katılımcıların bireysel spor ya da takım sporu ile uğraşıyor olması durumuna göre, bilişsel duygu düzenleme alt boyutlarından sadece "kendini suçlama" alt boyutunda takım sporu ile uğraşan bireylerin lehine istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur (p<,05). Anne eğitim düzeyi değişkenine göre bilişsel duygu düzenlemenin "Yıkım" ve "diğerlerini suçlama" alt boyutlarında ilkokul/okuryazar ile üniversite ve üzeri arasında, ilkokul/okuryazar lehine istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmiştir (p<,05). Katılımcıların mizaç tipi durumuna göre bilişsel duygu düzenleme alt boyutlarına ilişkin karşılaştırmalar incelendiğinde, "kendini suçlama", "kabul etme", "düşünceye odaklanma", "plana tekrar odaklanma" ve "yıkım" alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar saptanmıştır (p<,05). Elde edilen bulgular alan yazın dikkate alınarak ve spor bilimleri çalışanlarının yanı sıra gelecekte yapılması planlanan araştırmalara katkı sağlayarak tartışılmıştır.

THE RELATIONSHIP BETWEEN COGNITIVE EMOTION REGULATION AND TYPES OF TEMPERAMENT IN TEACHER CANDIDATES OF PHYSICAL EDUCATION

In this study exploring the temperament types and cognitive mood regulation strategies of physical education teacher candidates it was aimed to contribute to the features on the concept of "qualified teacher". The sampling of the study is composed of 259 physical education teacher candidates, 92 of whom are women (35.5%) and 167 of whom are men (64.5%), who are studying in the Faculty of Sports Sciences at Ege University, who have the mean age of 22.74 ±3.47. The participants were applied personal information form and a questionnaire form including cognitive emotion regulation (Onat and Otrar, 2010) and nine type temperament model scales (Yılmaz et al.,2014). In the analysis of data, SPSS 24.0 program was utilized. Teacher candidates were found to show frequency in 3 temperament types as 60 in Type 2 (23.2%); 44 in Type 1 (17.0%); 36 in Type 9 (13.9%). According to whether the participants are dealing with individual sports or team sports, a statistically significant difference was found (p<.05) in favor of individuals dealing with team sports only in the sub-dimension of "self-accusation" among sub-dimensions of cognitive emotion regulation. According to mother's educational level variable, a statistically significant difference was detected in favor of primary school/literate (p<.05), between primary school/literate and university and over, in the sub-dimensions of "destruction" and "accusing others" of cognitive emotion regulation. Considering the comparisons in relation to the sub-dimensions of cognitive emotion regulation according to the temperament types of participants, statistically significant differences were found out in sub-dimensions of "self-accusation", "acceptance", "focusing on the thought", "re-focusing on the plan" and "destruction" (p<.05). The obtained findings have been discussed considering the literature and by contributing to the studies planned to be conducted in the future as well as to those working in sports sciences.

SB216

TÜRKİYE VE FRANSA EĞİTİM SİSTEMİNDE BEDEN EĞİTİMİ VE SPORUN KARŞILAŞTIRILMASI

[1]Emre Çavdar, [2]Atilla Pulur, [3]Didem Gülçin Kemeç, [4]Yaşar İsmail Gülünay

[1]Cumhuriyet Anadolu Lisesi / Niğde
[2]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi / Ankara
[3]Afyon Kocatepe Üniversitesi Beden Eğitimi Spor Yüksekokulu
[4]Karabük Üniversitesi Yabancı Diller Yüksekokulu

Email : *emrecavdar80@hotmail.com, atilla@pulur.com, didemkemec@gmail.com, ismailgulunay@karabuk.edu.tr*

Bu araştırmanın amacı, Fransa ile Türkiye arasında beden eğitimi ve sporun eğitim sistemleri içerisindeki farklılıkları ve benzerliklerini ortaya koymak ve bu doğrultuda öneriler sunmaktır. Araştırmada doküman analizi metodu kullanılmıştır. Fransa ve Türkiye'de uygulanan eğitim sistemleri içerisinde beden eğitimi ve spor eğitimi ve yönetimine ilişkin karşılaştırmada, Fransa'da bölgesel farklılıkların giderilip, sporun altyapısının tamamlandığı ve halkın spora katılımının yüksek olduğu ancak Türkiye'nin bölgesel noktada büyük farklılıklar yaşadığı ve spora katılımın daha düşük olduğu görülmektedir. Avrupa'nın en fazla beden eğitimi ve spor ders saati sayısına sahip ülkesi Fransa ile Türkiye'nin beden eğitimi ve spor ders saati sayısı ve bu sayının diğer derslere oranı arasında büyük farklar olduğu görülmektedir. Bununla beraber Fransa'da ders saatleri ilkokuldan ortaöğretimin sonuna kadar aynı kalırken, Türkiye'de büyük oranda düşüş yaşanmaktadır. Türkiye müfredat hususunda bütün öğretim kurumlarında özerkliğe sahip iken, Fransa'da ilkokullarda özerklik olmayıp atletizm, dans, oyun, jimnastik, doğa ve macera sporları ve yüzme dersleri zorunlu tutulmaktadır. Fransa'da üniversitelerde yer alan spor bilimleri fakülteleri içerisinde spora, sağlığa, yönetime ve eğitime yönelik bir çok bölüm yeralırken, Türkiye'de sadece spor bilimleri fakülteleri antrenörlük, beden eğitimi ve spor öğretmenliği, spor yönetimi ve rekreasyon bölümlerinden oluşmaktadır. Bunun dışında iki ülke arasında derslerin zorunlu tutulması ve değerlendirilmesi, öğretmen yetiştirilmesi ve atanması gibi benzerlikler de görülmektedir. Sonuç olarak Fransa ve Türkiye'de Eğitim sistemi içerisinde hem benzerlikler hem de farklılıklar olduğu gözlemlenmesine rağmen Türkiye'nin genel anlamda Fransa'nın çok daha gerisinde kaldığı kanısına varılmıştır. Türkiye'nin çağımızın koşulları doğrultusunda beden eğitimi ve spor faaliyetlerini eğitim sistemi içerisinde yeniden yapılandırması gerektiği sonucu ortaya çıkmaktadır.

COMPARISON OF TURKEY AND FRANCE IN THE EDUCATION SYSTEM OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS

The purpose of this study is to reveal the differences and similarities of physical education and sport in education systems in Turkey and France and, provide advice in this regard. In this study document analysis method has been used. It is seen that regional differences has been resolved in France, the sport's infrastructure has been completed and the number of people participating in sports but Turkey has big differences in regional areas and sport participation is lower, when physical education and sport systems in France and in Turkey are compared. It has seen that having the most number of hours of physical education classes of Europe, France's number of hours of physical education and sport with Turkey, and difference between the ratio of this lessons to other lessons. Nonetheless, the lesson hours remain the same from primary school level to high school level in France, but they decrease in Turkey. While Turkey has autonomy in curriculum matters in all educational institutions, there is no autonomy in primary school, and athletics, dance, gaming, gymnastics, nature and adventure sports and swimming classes are compulsory. While there are many sports departments for sport, health, management and education in sport science faculties in France, there are only departments of coaching, physical education and sports teaching, sports management and recreation in sport science faculties in Turkey. Apart from these, there are similarities between two countries such as compulsory education and evaluation, teacher training and appointment. As a result; although similarities and differences in education systems of France and Turkey have been observed, it has been concluded that Turkey remains much behind of France at overall. It has been concluded that Turkey, in accordance with the conditions of our time, physical education and sports activities in the education system must be restructured.

SB218

SPOR KAYA TIRMANIŞINDA AKRAN ÖĞRETİM MODELİNİN UYGULANMASI: ADAY ÖĞRETMEN VE AKRAN ÖĞRENCİ GÖRÜŞLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

***[1]Damla Güler*, [2]Nevin Gündüz, [2]Damla Güler, [2]Yağmur Güler, [2]Mustafa Yıldırım**

[1]ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara
[2]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

***Email :** damlaa.guler@gmail.com, ngunduz@ankara.edu.tr, damlaa.guler@gmail.com, yagmur.guler19@gmail.com, mustafa.yildirim.au@gmail.com*

Spor Kaya Tırmanışında Akran Öğretim Modelinin Uygulanması: Aday Öğretmen ve Akran Öğrenci Görüşlerinin Değerlendirilmesi Nevin GÜNDÜZ, Damla GÜLER, Yağmur GÜLER, Mustafa YILDIRIM Özet Bu araştırmanın amacı, akran öğretimiyle yapılan spor kaya tırmanışında aday öğretmen ve akran öğrencilerin görüşlerinin değerlendirilmesidir. Araştırma, aday öğretmen ve akran öğrenci görüşlerine dayalı nitel bir çalışmadır. Araştırmanın örneklemini oluşturan aday öğretmenler, Ankara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi Özel Öğretim Yöntemi dersine giren 3. sınıf (5 kişi) öğrencileridir. Araştırmada akran öğretenler 2. sınıf (3 kişi), akran öğrenenler ise 1. Sınıf (3 kişi) öğrencisi olup, 6 erkek ve 5 kadın öğrenci olmak üzere toplam 11 öğrenci katılmıştır. Akran öğretim modeliyle işlenen spor kaya tırmanış etkinliği toplam 10 hafta sürmüştür. Uygulama sonunda görüşmeye gönüllü olarak katılan aday öğretmenler ve akran öğrencilerden randevu alınarak uzman kişiler tarafından hazırlanmış yarı yapılandırılmış görüşme soruları kullanılmıştır. Görüşmeler, sessiz bir odada ses kayıt cihazı yardımıyla kayıt altına alınmıştır. Görüşme formu aday öğretmenler için 8, akran öğreten için 11 ve akran öğrenen için ise 5 yarı yapılandırılmış soruyu içermektedir. Araştırmada kullandığımız görüşme soruları bu konuda yapılan araştırmalar derlenerek ve uzman görüşü alınarak oluşturulmuştur. Araştırmanın istatistiksel analizinde tanımlayıcı istatistik, nitel verilerin analizi için ise içerik analizi kullanılmıştır. İçerik analizi sonucunda aday öğretmenler için 4, akran öğretenler için 6 ve akran öğrenen öğrenciler için 3 tema oluşturulmuştur. Bu araştırmanın sonucunda aday öğretmenlerin görüşlerine göre, bu modeli ilk kez uyguladıkları için ders planında öncelikle zorlandıklarını (ısınma oyunları, etkinlik süreleri..vb),acemilik yaşadıklarını,1-2 hafta sonra planları daha detaylı hazırladıklarını, güvenlik önlemlerine dikkat ettiklerini, bu deneyimlerin öğretmenlik yaşantılarında önemli faydası olacağını, iletişimlerinin arttığını, anlık karar vermek gibi bilişsel katkılarının yanında pratik düşünmeye başladıklarını, akranlarına geri bildirim ve yönlendirmeler yaptıklarını belirtmişlerdir. Araştırmada akran öğreten öğrencilerin görüşlerine göre, tırmanma etkinliğinde güvenlik önlemlerine çok dikkat ettiklerini, öğretirken eksiklerini görüp tamamladıklarını, özgüvenlerinin arttığını belirtmişlerdir. Akran öğrenen öğrencilerin görüşlerine göre ise tırmanmama etkinliğinde korku ve heyecan hissettiklerini, güvenlik konusuna akranıyla olan iletişime

THE APPLICATION OF PEER TEACHİNG MODEL IN SPORT ROCK CLIMBING: EVALUATION OF CANDIATE TEACHER AND PEER STUDENT OPINIONS

The Application of Peer Teaching Model in Sport Rock Climbing: Evaluation of Candidate Teacher and Peer Student Opinions Nevin GÜNDÜZ, Damla GÜLER, Yağmur GÜLER, Mustafa YILDIRIM Abstract The purpose of this research is to evaluate the views of the candidate teacher and peer students in sports rock climbing with peer tutoring. The research is a qualitative study based on the opinions of candidate teachers and peer students. Candidate teachers who constitute the sample of the research are the 3rd year (5 students) students who take the specıal teachıng methods course of Ankara University, Faculty of Sports Sciences. A total of 11 students, 6 male and 5 female students, participated in the research. Tutors were 2nd class (3 persons) and the tutees were 1st class (3 students).The sport rock climbing event, which was carried out with the peer teaching model, lasted 10 weeks in total. Semi-structured interview questions were prepared by experts. Interviews were arranged by taking appointments from candidate teachers and peer students voluntarily participating. Interviews were recorded with the help of a voice recorder in a quiet room. The interview form includes 8 semi-structured questionnaires for candidate teachers, 11 for tutors, and 5 semi-structured questions for peer learners. The interview questions we used in the research were formed by compiling the researches made in this subject and taking the expert

opinion. Descriptive statistics were used in the statistical analysis of the research and content analysis was used in the analysis of qualitative data. Result of content analysis were created themes four for candidate teacher ,six for tutors and themes three for peer learners. As a result of the opinions of the candidate teachers, it is observed that they lived the difficulty of making a lesson plan because they applied this model for the first time and were not experienced (warming games, activity periods..vb).

SB226

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN ÖZERK ÖĞRENME DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Nazlıcan Ekim*, [1]Mümine Soytürk**

[1]Manisa Celal Bayar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, MANİSA

Email : *nazlican44486@gmail.com, soyturkmumine@gmail.com*

Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Özerk Öğrenme Düzeylerinin İncelenmesi Nazlıcan EKİM, Mümine SOYTÜRK *Manisa Celal Bayar Üniversitesi Giriş: Özerk öğrenme (ÖÖ), Holec (1981) öğrenen özerkliğini ana hatlarıyla "öğrenenin kendi öğrenme sorumluluğunu alma becerisi" olarak tanımlamaktadır. Günümüz eğitim sisteminde en büyük ihtiyaçlarından birisi özerk öğrenen bireylerdir. Amaç: Bu araştırma spor bilimleri fakültesi (SBF) öğrencilerinin ÖÖ düzeylerini çeşitli değişkenler açısından ortaya koymayı amaçlamaktadır. Yöntem: Tarama modelindeki araştırmanın çalışma grubu kolayda örnekleme tekniği ile belirlenmiştir. Araştırmanın örneklemini Manisa Celal Bayar Üniversitesi SBF'de öğrenim gören 195'i kadın 377'si erkek olmak üzere toplamda 572 öğrenci oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak, araştırmacılar tarafından hazırlanan "Kişisel Bilgi Formu" ile Macaskill & Taylor (2010) tarafından geliştirilen, Türkçe Uyarlanması ve Geçerlilik Çalışması Arslan, Yurdakul (2015) tarafından yapılan "Özerk Öğrenme Ölçeği" kullanılmıştır. ÖÖÖ'nin iç tutarlılık katsayısı .80 iken toplam madde korelasyonu ise .29 ile .59 değerleri arasında hesaplanmıştır. Bulgular: Araştırma bulgularında cinsiyet değişkeni (t(572)=3.76, p=.000) açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık elde edilmiştir. Kadınların (46.83±8,32) erkeklere (44.03±8.51) göre özerk öğrenme düzeyleri daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Yaş ve bölüm değişkenine göre anlamlı bir farklılık elde edilmemiştir. SBF öğrencilerinin bölümleri ile toplam puan arasında sınırda anlamlılık elde edilirken, (p=0.53, p>0.05), mezun olunan lise ile toplam puan arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır(p= 0,128, p > 0.05). Akademik başarı ile toplam puan arasında pozitif yönde anlamlı ilişki elde edilmiştir (r=.244, p=0.01) Sonuç-Öneri: Akademik başarısı yüksek bireyler yetiştirmek için onların ÖÖ kapasitelerinin çeşitli uygulamalar ile artırılması önerilmektedir. Aynı zamanda ÖÖ akademik başarı olarak ele alınmamalıdır. Kendini geliştirebilen, öğrenme hedeflerine karar verebilen ve öğrenme sorumluluğunu alan bireyler kazanmak için de ÖÖ üzerinde durulması önerilmektedir. Anahtar Kelimeler: Özerk Öğrenme, Spor Kaynaklar: Holec, H. (1981). Autonomy in foreign language learning. Oxford: Pergamon.

ANALYZING THE AUTONOMOUS LEARNING LEVELS OF SPORT SCİENCES FACULTY STUDENTS

Analyzing the Autonomous Learning Levels of Sport Sciences Faculty Students Nazlıcan EKİM, Mümine SOYTÜRK *Manisa Celal Bayar University Introduction: Autonomous Learning (AL), defined by Holec (1981), is "taking learning responsibility skill of a learner". Today, autonomous learners are one of the biggest needs in our education system. Aim: The aim of this study is to reveal AL levels of the Sport Sciences Faculty students in terms of different variables. Method: The study group of this research in descriptive survey model was determined via convenience sampling model. The sample of the study consists of 572 students, 195 female and 377 male, who study at MCBU Sport Sciences Faculty. "Demographic Information Form" and "Autonomous Learning Scale" developed by Macaskill & Taylor (2010) and adapted into Turkish by Arslan and Yudakul (2015) were used as data collection tool. Internal consistency coefficient of ALS is .80 and total item correlation is between .29 and .59. Findings: As per gender, a statistically significant difference was obtained (t(572)=3.75, p=.000). It is found women (46.83±8,32) have higher autonomous learning levels than men (44.03±8.51). No significant difference was obtained as per age or department variable. While a significance in the limit was obtained in SSF students' departments and total score (p=0.53, p>0.05), the difference between high-school graduation and total score was not statistically significant (p= 0,128, p > 0.05). a positive significant relation between academic success and total score was obtained (r=.244, p=0.01). Conclusion-Suggestion: To obtain individuals with high academic success, their AL capacities should be increased with various applications. At the same time, AL shouldn't be considered as academic success. To obtain individuals who can develop themselves, decide their learning aims and take learning responsibility, it is suggested that AL should be emphasized. Keywords: Autonomous Learning, Sports Sources: Holec, H. (1981). Autonomy in foreignlanguagelearning. Oxford: Pergamon.

SB233

TÜRKİYE VE İNGİLTERE BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR SİSTEMLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

***[1]Y.İsmail Gülünay*, [1]Atilla Pulur, [1]Emre Çavdar, [1]Didem Gülçin Kemeç**

[1]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

***Email :** ismailgulunay@karabuk.edu.tr, atilla@pulur.com, emrecavdar80@hotmail.com, didemkemec@gmail.com*

Giriş ve Amaç: İhtiyaçlara göre düzenlenen eğitim sistemleri tüm ülkeler için özgün olmakla birlikte çeşitli benzerlikleri veya farklılıkları bünyelerinde barındırmaktadır. Coğrafyasındaki insanlardan maksimum verimi alarak gelişmeyi hedefleyen devletler, bu sebeple, farklı amaçlarla sistemler oluşturmakta ve uygulamaktadırlar. Ancak eğitim sistemleri bireylerin sadece zihnen gelişimlerini içermemekte aynı zamanda bireylere psikomotor, duyuşsal ve zihinsel alanda katkı sağlayan bedenen gelişimi de içermektedir. Bu ise beden eğitimi ve spor dersleri ile mümkün olabilmektedir. Bu bağlamda çalışmanın amacı genel olarak eğitim sistemleri ele alındıktan sonra İngiltere ve Türkiye beden eğitimi ve spor sistemlerinin karşılaştırılmasıdır.

Yöntem: Çalışmada doküman tarama yöntemi kullanılmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Sonuç olarak; ilkokul seviyesinde genel hedeflerin birbirine benzerlik gösterdiğini ancak yüzme konusunda İngiltere lehine hedefler ve uygulamalar olduğu; ortaokul seviyesinde İngiltere'de atletizm, jimnastik, dans gibi branşlara önem verildiği; lise seviyesinde İngiltere'de bireysel ve takım sporlarına genel hedefler arasında gösterilerek önem verildiği; yükseköğretim seviyesinde ise hem lisans hem lisansüstü seviyelerde öğrenim sürelerinin farklılaştığı; okul dışı faaliyet olarak sporun ise benzerlikler gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Beden eğitimi ve spor, eğitim sistemi, karşılaştırma.

A COMPARISON OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS SYSTEM IN TURKEY AND ENGLAND

Introduction and Purpose: Educational systems organized according to needs are unique for all countries, but also contain various similarities or differences in their structures. Countries, which aim to develop by taking maximum outputs from their citizens, for this reason, form systems with different aims and apply them. However, education systems do not only involve the mental development of individuals but also include physical development that contributes psychomotor, emotional and mental aspects to the individual. In this context, the aim of this study is to compare the physical education and sports systems in the UK and Turkey after the educations systems are examined in general.

Methodology: Document scanning method has been used in this study.

Findings and Results: Consequently, general goals at primary school level are similar, but there are goals and practices for swimming on behalf of England; at secondary school level there is given importance to branches such as athletics, gymnastics, dance in England; in high school level in England, individual and team sports are given importance by being shown in general targets; at higher education level, the periods of education at both undergraduate and graduate levels differ; sports as a non-school activity has shown similar results.

Key words: Physical education and sport, Education system, Comparison.

SB258

SPOR LİSELERİNDE ÖĞRENİM GÖREN ÖĞRENCİLERİN KARİYER KAYGILARININ İNCELENMESİ

[2]Mehmet Güllü, [1]Oğuzhan Çalı, [2]Celal Taşkıran, [3]Murat Kangalgil

[1]Milli Eğitim Bakanlığı, SİVAS
[2]İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, MALATYA
[3]Cumhuriyet Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu, SİVAS

Email : *mgullu44@gmail.com, ocalisivas@gmail.com, taskiran.celal@gmail.com, mkangalgil@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Meslek seçmek hayat biçimini seçmektir. Birçok insan, seçtiği mesleğin getireceği hayat biçimini bilmediği veya iyi incelemediği için başarısız ve mutsuz olmaktadır. Meslek seçiminde lise dönemi kritik dönemdir. Çoğu insan bu dönemde mesleğine karar verir ve bu meslek seçimine uygun lisede öğrenim görür. Özellikle beden eğitimi ve spor alanında özel yetenek sınavları ile seçilen ve beden eğitimi ve spor alan eğitimi alan spor lisesi öğrencilerinin seçmek istedikleri meslekler veya kariyer planlamalarının incelenmesi ayrı bir önem arz etmektedir. Bu çalışmada spor lisesi öğrencilerinin kariyer kaygıları, çok yönlü olarak incelenmektir.

Yöntem: Araştırmada önce nicel sonra nitel araştırma yöntemlerin kullanıldığı karma yöntemlerden açıklayıcı desen kullanılmıştır. Araştırmada Sivas, Malatya ve Van illerinde bulunan 3 spor lisesinde, 10. 11. ve 12. sınıflarda öğrenim gören 109 kız, 249 erkek olmak üzere toplam 358 öğrenciye, Gündüz ve Yılmaz (2016) tarafından geliştirilen "Kariyer Kaygısı Ölçeği" uygulanmıştır. Uygulama sonucunda kariyer kaygısı en yüksek ve en düşük çıkan gönüllü 15 öğrenciye "Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu" uygulanmıştır. Elde edilen görüşme verileri Nvivo 9 paket programına yüklenmiş ve içerik analizi ile betimsel analiz yapılmıştır.

Bulgular: Araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyet, sınıf düzeyi ve aile geliri değişkenine göre, kariyer kaygıları karşılaştırıldığında, anlamlı fark bulunamamıştır ($p>0,05$). Kariyer kaygısı düşük olan öğrencilerin genellikle okulu basamak olarak gördüğü, okulunun kendisini geliştirmede yetersiz olduğunu düşündüğü, ailesi tarafından maddi ve manevi olarak desteklendiği ve kendisine güvendiğini görmekteyiz. Kariyer kaygısı yüksek olan öğrenciler genellikle, okullarının kendilerini geliştirmede yetersiz olarak gördüklerini, alanları ile alakalı öğretmenlik bölümünde okumak için TYT sınavında ilk 240.000 öğrenci arasına girme barajını olumsuz olarak gördüklerini ve bunu başaramayacaklarını düşündüklerini söylemişlerdir. Ayrıca kaygı düzeyi yüksek olanların tamamı istihdam sorunu yaşayacaklarını düşünmektedirler.

Sonuç: Değişkenlere göre öğrencilerin kariyer kaygısı düzeylerinde farklılaşma olmadığı, yaşanan kaygı düzeyinin genel bir kaygı olduğu görülmüştür.

EXAMINATION OF CAREER CONCERNS OF STUDENTS IN SPORT HIGH SCHOOLS

Introduction and Purpose: Choosing a profession is choosing the way of life. Many people are unsuccessful and unhappy because they do not know or well examine the way of life that their chosen profession will bring. High school is the critical period in choosing a profession. Most people decide their profession at this time. It is especially important to examine the professions or career plans that sports high school students who are selected with special aptitude exams and who are trained in this field. In this study, career concerns of the students of the sport high school are examined.

Method: In this study, explanatory design was used for mixed methods. In the study, "Career Anxiety Scale" developed by Gündüz and Yılmaz (2016) was applied to 358 students, (109 girls and 249 boys), who were educated in 10th, 11th and 12th grades in 3 sport high schools in Sivas, Malatya and Van. As a result of the application, "semi-structured interview form" was applied to 15 willing students who had the highest and lowest of career concern.

Findings: According to the results, there was no significant difference when career concern is compared according to gender, class level and family income (p>0,05). We see that students with low career concern generally see the school as a step, think their school are inadequate in improving themself, they were supported financially and spiritually by their families. Students with high career anxieties often said that they saw their schools as inadequate to improve themselves and that they had seen the entrance of the first 240,000 students in the TYT examination as negative in order to read in the relevant teaching field.

Result: According to the variables, there was no difference in the level of career concern of the students and it was seen that the level of living concern was a general concern.

SB260

SPOR LİSELERİNDE ÖĞRENİM GÖREN ÖĞRENCİLERİN ÇOKLU ZEKÂ ALANLARININ BAZI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ (İÇ ANADOLU BÖLGESİ ÖRNEĞİ)

***[1]Oğuzhan Çalı*, [2]Murat Kangalgil**

[1]Milli Eğitim Bakanlığı, SİVAS
[2]Cumhuriyet Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu, SİVAS

***Email :** ocalisivas@gmail.com, mkangalgil@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Spor liseleri, eğitimin ve sporun kesiştiği önemli bir noktadadır. Bu okulların amaçlarından biride beden eğitimi ve sporu yaygınlaştırmaktır. Bu amaçla, spor liselerinde öğrenim gören öğrencilerin bazı değişkenler açısından çoklu zekâ alanları arasındaki farkı ortaya koymak önemlidir. Buradan hareketle bu çalışma spor liselerinde öğrenim gören öğrencilerin çoklu zekâ profillerinin belirlenmesi, çoklu zekâ alanlarında kendilerini tanımaları, ilgi ve yeteneklerinin farkında olmaları ve bu okullarda görev yapan öğretmenlerin, öğrencilerini daha iyi tanımalarına ve planlamalarını da buna göre yapmalarına yardımcı olması amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Araştırmanın örneklemini, İç Anadolu Bölgesinde 2016-2017 Eğitim-Öğretim yılının II. döneminde eğitim-öğretim yapan 8 spor lisesinde öğrenim gören 1. 2. 3. ve 4. sınıf öğrencilerinden toplam 762 kişi oluşturmaktadır. Araştırmada, Özden (2008) tarafından geliştirilen "Çoklu Zekâ Envanteri" kullanılmıştır. Çoklu zekâ envanteri 5'li likert tipinde olup, 10 bölümden ve toplam 80 maddeden oluşmaktadır. Güvenirlik katsayısı 0,90'dır. Çalışmada elde edilen verilerin değerlendirilmesinde parametrik test varsayımları sağlanamadığından Kruskal-Wallis Varyans Analizi ve Mann-Whitney U testi kullanılmış, sonuçlar frekans ve yüzdeler ile ifade edilmiştir. Yanılma düzeyi 0,05 olarak alınmıştır.

Bulgular: Araştırmada elde edilen sonuçlara göre, cinsiyet ve sınıf düzeyi değişkenlerine göre zekâ alanları arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır ($p>0,05$). Aile gelir durumuna göre mantıksal, görsel, müziksel, doğacı ve bedensel zekâ puanları arasındaki farklılık önemli bulunurken ($p<0,05$) diğerleri arasındaki fark önemsiz bulunmuştur. Spor yaşı değişkenine göre, zekâ puanları karşılaştırıldığında bedensel zekâ puanları arasındaki farklılık önemli bulunurken ($p<0,05$) diğerleri arasındaki fark önemsiz bulunmuştur.

Sonuç: Sonuç olarak cinsiyet ve sınıf düzeyi değişkenine göre çoklu zekâ alanlarında bir farklılaşma olmadığı, aile aylık gelirinin, çoklu zekâyı etkilediği ve spor yaşı arttıkça bedensel zekâ düzeyinin de arttığı görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Çoklu Zeka Kuramı, Spor Lisesi, Öğrenci

INVESTIGATION OF MULTIPLE INTELLIGENCES OF STUDENTS WHO HAVE EDUCATION IN SPORT HIGH SCHOOLS IN TERMS OF SOME VARIABLES (INTERNAL ANATOLIA REGION EXAMPLE)

Introduction and Purpose: Sports high schools are in an important position where education and sports intersect. One of the aims of these schools is to promote physical education and sports. For this purpose, it is important to show the difference between multiple intelligence fields of the students in sport high schools. From this point of view, this study has been carried out in order to determine the multiple intelligence profiles of the students who are studying in sports high schools.

Method: The sample of the research, 1st, 2nd, 3rd and 4th grade students (total 762 students) who are studying in 8 sports high schools in Central Anatolia Region during the second term of 2016-2017 academic year. In the research, "Multiple Intelligence

Inventory" developed by Özden (2008) was applied. The multiple intelligence inventory is of the likert type of 5, consisting of 10 chapters and a total of 80 items. Kruskal- Wallis variance analysis test, Mann-Whitney U test was used because parametric test assumptions were not fulfilled in evaluating the data obtained in this study. The level of error was taken as 0.05.

Finding: According to the results obtained in the research, there was no significant difference between the intelligence areas according to gender, class level (p>0,05). The difference between logical, visual, musical, naturalistic and physical intelligence scores according to family income status was found significant (p<0,05), while the others were not significant. According to the sport age variable, when the intelligence scores were compared, the difference between the physical intelligence scores was significant (p<0,05), while the others were not significant.

Result: As a result, according to gender and class level variables, there was no differentiation in multiple intelligence areas, family monthly income affected multiple intelligence, and as the age of sport increased, the level of physical intelligence also increased.

Key words: Multiple Intelligence Theory, Sports High School, Student

SB272

DEĞERLER EĞİTİMİNDE SPORTMENLİK TEMASININ İŞLENMESİNİN ÖĞRENCİLERİN SPORTMENLİK DAVRANIŞLARINA ETKİSİ

[1]Yakup Koç, [2]Mesut Artunç

[1]Erzincan Binali Yıldırım Ünviversitesi Eğitim Fakültesi, ERZİNCAN
[2]MEB, BATMAN

Email : *ykoc79@gmail.com, mesutartunc21@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Milli Eğitim Bakanlığı 2015 yılında başlattığı Eğitimde Değerler Eğitimi (EDEP) projesi doğrultusunda okullarda çeşitli etkinliklerle her ay bir değeri (saygı, adalet, çalışkanlık, empati vb.) işlemektedir. Bu proje ile milli ve manevi değerlerimizi gelecek nesillere aktarmak hedeflenmiştir. Bu kapsamda, projede sportmenlik temasına yer vermenin spor ortamında etik değerlere duyarlı bir toplum geliştirmede katkısı olacağı düşünülmektedir. Araştırmanın amacı, okulda değerler eğitiminde sportmenlik temasının işlenmesinin öğrencilerin sportmenlik davranışlarına etkisinin incelenmesidir. Yöntem: Araştırma karma araştırma modeliyle desenlemiştir. Araştırmada kontrol gruplu ön-test son-test modeli ve nitel verilerin analizinde betimsel analiz uygulanmıştır. Araştırma, gerekli izinler alındıktan sonra 2017-2018 eğitim öğretim yılında Batman ili, Merkez İlçesi 50. Yıl Ortaokulu'nda okuyan öğrencilere uygulanmıştır. Araştırmada, "Beden Eğitimi Dersi Sportmenlik Ölçeği (BEDSÖ)", araştırmacı tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu ve öğrencilerin sportmenlik ile ilgili düşüncelerini ifade etmelerine fırsat sunan yarı yapılandırılmış görüşme formu veri toplama araçları olarak kullanılmıştır. Bulgular: Sportmenlik temasını işleyen ve sınıf etkinlikleri ile desteklenen öğrencilerin (deney grubu) son-test toplam sportmenlik puanları ön-test puanlarına göre anlamlı düzeyde artış göstermiştir ($p<0.01$). Öğrencilerin son-test sırasında sportmenlik kavramı ile ilgili görüşlerinin ön-test sırasındaki görüşlerinden daha kapsamlı olduğu görülmüştür. Diğer taraftan sportmenlik temasını kullanan fakat sınıf etkinlikleri ile desteklenmeyen öğrencilerin (kontrol grubu) ön-test ve son-test toplam sportmenlik puanları arasında anlamlı bir fark görülmemiştir ($p>0.05$). Sonuçlar: Bulgular değerlendirildiğinde EDEP projesinde sınıf etkinlikleri ile destekleyerek sportmenlik temasını kullanmanın öğrencilerin sportmenlik davranışlarına pozitif etkisinin olduğu anlaşılmıştır. Sınıf etkinlikleri ile desteklenmeyen okul etkinliklerinin, davranış gelişimine katkısı görülmemiştir

THE EFFECT OF PROCESSING THE THEME OF SPORTSMANSHIP IN THE VALUE EDUCATION ON THE SPORTSMANSHIP BEHAVIOR OF THE STUDENTS

Introduction and Purpose: The aim of the research is to examine the effect of processing the theme of sportsmanship in the value education in the school on the sportsmanship behavior of the students Method: The research is designed with mixed research model. In the study, Pre-test-post-test control group design and descriptive analysis in the analysis of qualitative data were applied. The research was applied to the students studying in Batman province, Central District 50th Year Secondary School in 2017-2018 academic year after obtaining the necessary permissions. In the study, the "Physical Education Course Sportsmanship Behavior Scale (PECSBS)", the personal information form created by the researcher and the semi-structured interview form providing the opportunity for the students to express their thoughts about sportsmanship were used as data collection tools. Results: The post-test total sportsmanship scores of the students who processing the theme of "sportsmanship" and supported by class activities (treatment group) showed a significant increase compared to pre-test scores ($p<0.01$). It was seen that the students' opinions on the concept of sportsmanship during the post-test were more comprehensive than those during the pre-test. On the other hand, no statistically significant difference was found between the pre-test and post-test total sportsmanship scores of students who used the sportsmanship theme but were not supported by class activities (control group) ($p>0.05$). Conclusion: When the findings were evaluated, it was understood that using the sportsmanship theme by supporting the class activities in the EDEP project had a positive effect on the sportsmanship behaviors of the students. School activities not supported by class activities were found to have no contribution to behavior improvement.

SB273

ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN ÖZ-YETERLİKLERİNİN ÖĞRENCİLERİN SPORTMENLİK DAVRANIŞLARINA ETKİSİ

***[1]Yakup Koç*, [2]Hamza Nas**

[1]Erzincan Binali Yıldırım Ünviversitesi Eğitim Fakültesi, ERZİNCAN
[2]MEB, GAZİANTEP

***Email :** ykoc79@gmail.com, hmznas@hotmail.com*

Giriş ve Amaç: Okul yıllarında sportmenlik davranışları kazandırabilmek için sportmenlik kavramıyla ilişkili olabilecek psikolojik unsurların etkisi bilinmelidir. Bu kapsamda öğrencilerin öz- yeterliliklerinin sportmenlik davranışlarına etkisi araştırılmaya muhtaçtır. Bu konuda henüz başka çalışma olmaması araştırmanın önemini arttırmıştır. Bu araştırmanın amacı; ortaokul öğrencilerinin öz-yeterliklerinin öğrencilerin sportmenlik davranışlarına etkisini incelemektir. Yöntem: Araştırma grubu 2016-2017 eğitim-öğretim yılında Gaziantep ili Merkez ilçelerindeki iki devlet ortaokulunda okuyan 270 öğrenciden (125 kız, 145 erkek) oluşmuştur. Araştırmada "Beden Eğitimi Dersi Sportmenlik Ölçeği", "Çocuklar İçin Öz-yeterlik Ölçeği" ve araştırmacı tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Öğrencilerin ölçeklerden aldığı puanlar normallik sınamasına uygun olarak bağımsız değişkenlere göre incelenmiş ve öğrencilerin sportmenlik değerleriyle öz-yeterlik algıları arasındaki ilişkiye (Pearson) bakılmıştır. Ayrıca ölçekler arasında doğrusal ilişki görüldüğünden öz-yeterliliğin sportmenlik davranışını ne ölçüde yordadığına (basit doğrusal regresyon analizi) bakılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde SPSS 22 ve LISREL 8.7 programları kullanılmıştır. Bulgular: Öğrencilerin sportmenlik davranışlarının ve öz-yeterlik algılarının cinsiyetlerine (kızlar lehine), okul takımlarında oynama durumlarına (oynamayanlar lehine) ve okul başarı durumlarına (iyi olanlar lehine) göre bazı faktörlerde anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür ($p<0.05$). Ölçek puanları öğrencilerin ekonomik durumlarına göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı tespit edilmiştir ($p>0.05$). Öğrencilerin toplam sportmenlik puanları ile genel öz-yeterlik algıları arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı ilişki bulunmuş ($r=.49$, $p<0.01$) ve öğrencilerin genel öz-yeterlik algılarının toplam sportmenlik davranışlarının %24'ünü yordadığı anlaşılmıştır. Sonuç:Sonuç olarak öğrencilerin öz-yeterlik algılarının sportmenlik davranışlarını yordadığı anlaşılmıştır. Öğrencilerin öz-yeterlik algılarını geliştirmeye yönelik etkinlikler uygulamanın öğrencilerin sportmenlik davranışlarını geliştirmede yararlı olacağı düşünülmektedir. Sportmenlik davranışları ile öz-yeterlik algısı arasındaki ilişkiyi ortaya koyan çalışmaların azlığı nedeni ile farklı gruplarda ve büyük ölçekli çalışmaların yapılması önerilmektedir.

THE EFFECTS OF SELF-EFFICIENCY OF SECONDARY SCHOOL STUDENTS ON THE SPORTSMANSHIP BEHAVIOR OF THE STUDENTS

Introduction and Purpose: The aim of the research is to examine the effect of self-efficiency of secondary school students on the sportsmanship behavior of the students. Method: The study group consisted of 270 students (125 girls, 145 boys) 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" and personal information form created by the researcher were used. The scores obtained by the students from the scales were examined according to the independent variables according to the normality test and the relationship between sportsmanship values and self-efficacy perceptions of students (Pearson) was examined. It was also examined how self- efficacy predicts sportsmanship behavior (simple linear regression analysis). SPSS 22 and LISREL 8.7 programs were used in the evaluation of the data. Results: It was found that sportsmanship behaviors and self-efficacy perceptions of students differ significantly by gender (in favor of girls), by playing in school teams (in favor of those who play) and by school achievement (in favor of good ones) ($p<0.05$). It was determined that the scale scores did not differ significantly according to the economic status of the students ($p>0.05$). It was found that there was a moderately significant positive correlation between the total sportsmanship scores of the students and the general self-efficacy perceptions ($r = .49$, $p <0.01$), and students' general self-efficacy perceptions predicted 24% of total sportsmanship behaviors. Conclusion: Consequently, it was understood that students' self-efficacy perceptions predict sportsmanship behaviors. It is believed that implementing activities to improve students' self-efficacy perceptions will be beneficial in improving sportsmanship behaviors of students.

SB275

SPORCU ÖĞRENCİLERİN KARİYER ENGELLERİ: BİR İHTİYAÇ ANALİZİ

[1]Giresun Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Giresun

Email :

Giriş ve Amaç

Çift kariyerli öğrenci olarak da anılan sporcu öğrencilerin yaşadığı bir çok zorluk bulunmaktadır. İki kariyeri aynı zamanda yürütmeye çalışmanın getirdiği kimlik karmaşası, her iki kariyerin getirdiği sorumlulukların mecbur bıraktığı iki kariyer yolundan birini tercih etmek zorunda bırakmak, öğrencilerin kariyerlerine devam ettirmeyi zorlaştırmaktadır. Bu çalışmanın amacı, amatör ya da profesyonel olarak aktif sporcu olan spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin yaşadığı problemleri ortaya koymaktır.

Yöntem

Bu araştırmada ihtiyaç analizi yöntemi kullanılmıştır. Çalışmaya çeşitli kademelerde mücadele eden 1 Futbolcu, 1 güreşçi, 2 basketbolcu, 4 voleybolcu ve 1 atlet olmak üzere 9 sporcu öğrenci katılmıştır. Odak grup görüşmesi, araştırmacının yansıma notları ile veri toplanmıştır. Tematik içerik analizi ile sonuçlar elde edilmiştir.

Bulgular

İhtiyaç Analizi sonucunda üç ana tema altında sporcuların yaşadığı zorluklar ortaya konmuştur. Bunlar sırasıyla okul-kulüp çatışması, paydaş beklentileri ve sporcu öğrencilerin maddi kazanç kaygısı olarak görülmüştür. Sporcu Öğrencilerin devamsızlık problemi; özellikle her sene anlaşılan spor kulübünün değişebilmesiyle, kulüp ve üniversite lokasyonlarının farklı coğrafi bölgelerde olması ile tetiklendiği ve bir çok problemin başlangıç noktası olarak görüldüğü söylenebilir.

Sonuç

Sporcu öğrencilerin kendi branşlarına özgü sezon / yarışma takvimleri üniversitelerin akademik takvimleri ile çakışmaktadır. Söz konusu öğrencilerin ihtiyaçlarına özgü öğretim tasarımları sunmak, yaşanan kimlik karmaşası ile baş etmede üniversitelerin ve öğretim üyelerinin sporcu öğrencilere özgü yeni yaklaşımlara yönelmeleri önerilmektedir.

CAREER BARRIERS OF STUDENT-ATHLETES: A NEEDS ASSESSMENT

Introduction and Purpose

Student-Athletes, also called Dual Career Students, are experiencing lots of difficulties. Identity crisis, which is brought by the struggle to maintain two careers at the same time, force student-athletes to decide one way or the other. Responsibilities of each career path made it difficult to pursue their goals. Therefore, the purpose of the study is to reveal the problems and the difficulties experienced by student- athletes in university.

Method

A needs assessment approach was used in this study. A total of nine student-athletes (One Football, one Wrestling, two Basketball, four Volleyball, and one Marathon Athletes) was the participants of this study. Focus group interviews and reflection notes were done for the data collection. Thematic Content Analysis were done for the data analysis.

Findings

According to the needs assessment, three main topics revealed as school-sports club conflicts, stakeholders expectations and financial anxiety of student-athletes. The absenteeism problem of the student-athletes was seen as a starting point due to the location of the club that students transferred may changed every year so the student have difficulties to go to the university regularly.

Conclusion

The season fixtures of the athletes have overlaps with university academic calendars most of the time. Providing instructional designs according to the needs of student-athletes, giving interventions to deal with the identity crisis of them and to make them involved more in school are recommended.

SB287

TOPLUMSAL CİNSİYET EŞİTLİĞİ VE KORFBOLUN BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ORTAMINDA UYGULANMASI

***[1]Berk Uzunhasan*, [1]Safter Elmas, [1]F. Hülya Aşçı**

[1]Marmara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İSTANBUL

Email : *berk.uzunhasan@hotmail.com, safter.elmas@gmail.com, fhulya@marmara.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Bu araştırmanın amacı, beden eğitimi derslerinde korfbol sporunun uygulanmasının beden eğitimi ve spor alanında toplumsal cinsiyet eşitliğini sağlamak konusunda ne gibi katkıları olabileceğini ortaya koymaktır.

Yöntem: Çalışmada bir toplumsal kurum olarak beden eğitimi ve spor alanında ortaya çıkan toplumsal cinsiyet düzenini ve kültürel yeniden üretimi derinlemesine anlayabilmek adına nitel araştırma yöntemi tercih edilmiştir. Çalışma kapsamında korfbol sporuyla uğraşan 6 öğrenci ve 2 eğitmen (bir öğretmen, bir akademisyen) ile derinlemesine bireysel görüşmeler yapılmış; veri toplama tekniği olarak yarı yapılandırılmış bireysel görüşme tekniği kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen veriler açık ve tematik kodlamalar yapılarak içerik analizi yoluyla ile analiz edilmiştir.

Bulgular: İçerik analizi sonunda 2 farklı tema ortaya çıkmıştır: 1) Beden eğitiminde toplumsal cinsiyet düzeni, 2) Toplumsal cinsiyet eşitliğini sağlamada korfbol.

Sonuç: Sonuç olarak, korfbol branşının beden eğitimi ortamında uygulanmasının özellikle kız çocuklarına ve genç kadınlara toplumsal cinsiyet eşitliği konusunda olumlu kazanımlar sağlayabileceği görülmektedir. Bununla birlikte, heterososyal bir alan olan korfbol ortamının eşitlik, dayanışma, takımdaşlık, sosyalleşme, kendini özgürce ifade etme gibi özellikleri bireylere kazandırabileceği söylenebilir.

GENDER EQUALITY AND APPLICATION KORFBALL IN PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS ENVIRONMENT

Purpose: The purpose of this study was to examine the contribution of the application of korfball in physical education classes to gender equality in physical education and sports area.

Method: The qualitative research method was used to deeply understand the gender order and cultural reproduction in the field of physical education and sport as a social institution. The individual depth interview was conducted with 6 students and 2 instructors (1 teacher, 1 academician) who engaged in korfball sports and semi-structured individual interview technique was applied as data collection technique. The data were analyzed by content analysis with open and thematic coding.

Findings: The content analysis revealed two different themes:1) gender order in physical education, 2) the role of korfball in ensuring gender equality.

Results: As a result, it is observed that the implementation of the korfball sport in the physical education environment will provide positive gains especially for girls and young women regarding gender equality. Moreover, it can be said that the korfball environment, which is a heterosocial area, can give to individuals the characteristics of egalitarianism, solidarity, cohesiveness, socialization and self-expression.

SB290

SPOR BİLİMLERİ VE EĞİTİM FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN UTANGAÇLIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

[2]Tülin Atan, [2]Şaban Ünver, [1]Hayati Arslan

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

Email : *takman@omu.edu.tr, saban.unver@omu.edu.tr, hayatiarslan23@gmail.com*

Bu çalışmanın amacı Spor Bilimleri ile Eğitim Fakültesi öğrencilerinin utangaçlık düzeylerini karşılaştırmaktır. Çalışmaya Spor Bilimleri Fakültesi'nden 150 ve Eğitim Fakültesi'nden 150 olmak üzere toplam 300 öğrenci katılmıştır. Çalışmada araştırmacılar tarafından oluşturulan demografik bilgi formu ve öğrencilerin Utangaçlık durumlarını tespit etmek için Güngör (2001) tarafından geliştirilen "Utangaçlık Ölçeği" kullanılmıştır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 100 en düşük puan ise 20'dir. Puanın yüksek olması bireyin kendisini utangaç olarak algıladığı biçiminde değerlendirilmektedir. Eğitim Fakültesi öğrencilerinin puan ortalamalarının spor bilimleri fakültesi öğrencilerine göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$). Kadın öğrencilerin puan ortalamaları erkeklerin puanlarından daha yüksek olduğu tespit edilmiştir ($p<0.01$). Çalışmaya katılan 4. sınıf öğrencilerin utangaçlık puan ortalamalarının 1., 2. ve 3. sınıf öğrencilerinin puanlarından daha düşük olduğu tespit edilmiştir ($p<0.0125$). Öğrencilerin yaşadıkları yere göre (Köy/kasaba, ilçe ve il) utangaçlık düzeyleri arasında anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir ($p>0.0166$). Öğrencilerin utangaçlık düzeyi puan ortalamalarının ebeveynlerinin birlikte yaşıyor olma veya olmama durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir ($p>0.05$). Sonuç olarak, eğitim fakültesi öğrencileri spor bilimleri fakültesi öğrencilerine göre, erkekler kadınlara göre, 1., 2. ve 3. sınıf öğrencileri 4. sınıf öğrencilerine göre daha utangaçtırlar. Yaşanan yer, ebeveynlerin birlikte yaşama durumu ve öğrencilerin öğrenim gördükleri fakültelerinden memnun olma durumları utangaçlık düzeyini etkilememektedir.

ANALYSIS OF SHYNESS LEVELS OF SPORT SCIENCES AND EDUCATION FACULTY STUDENTS

The purpose of this study is to compare the shyness levels of students attending the Faculty of Sport Sciences and the Faculty of Education. A total of 300 students, 150 attending the Faculty of Sport Sciences and 150 attending the Faculty of Education, participated in the study. A demographic information form and "Shyness Scale" developed by Güngör (2001) to find out students' states of shyness were used in the study. The highest score one can get from the scale is 100, while the lowest score is 20. A higher score means that the individual perceives himself/herself as shy. The average scores of the students in the Faculty of Education were found to be higher than the scores of the students in the Faculty of Sport Sciences ($p<0.05$). The average scores of female students were found to be higher than the scores of male students ($p<0.01$). The average scores of fourth year students were found to be lower than the scores of first, second and third year students ($p<0.0125$). No statistically significant difference was found between students' shyness levels in terms of where they lived (village/town, district, province) ($p>0.0166$). No statistically significant difference was found between students' average shyness level scores in terms of the state of living with the parents ($p>0.05$). As a conclusion, students of the faculty of education were found to be shyer than students of the faculty of sport sciences; students in their first, second, third year were found to be shyer than students in their fourth year and students. It was found that where students lived and the states of living with the parents and being satisfied with the faculty did not have an influence on shyness levels.

SB291

LİSE ÖĞRENCİLERİNİN BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR DERSLERİNDEKİ BEDEN ALGILARINI TOPLUMSAL CİNSİYET ÇERÇEVESİNDE İNCELEMEK

***[1]Hakan Güçlü*, [1]Safter Elmas, [1]F. Hülya Aşçı**

[1]Marmara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İSTANBUL

Email : *guclhakan@gmail.com, safter.elmas@gmail.com, fhulya@marmara.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Bu araştırmanın amacı, lise öğrencilerinin beden eğitimi ve spor derslerinde bedenlerini değerlendirmesini toplumsal cinsiyet çerçevesinde ele almaktır.

Yöntem: Veri toplama aracı olarak derinlemesine bireysel görüşme tekniği kullanılmıştır. Muhafazakar ve seküler okullardan 18 lise öğrencisi ile yarı-yapılandırılmış bireysel görüşme yapılmıştır. Öğrencilerin bir kısmı sınıflarında karma eğitim görürken, diğer yarısı tek cinsiyetli sınıflarda eğitim görmektedirler. Araştırmada elde edilen veriler açık ve tematik kodlamalar yapılarak içerik analizi yoluyla analiz edilmiştir.

Bulgular: Analiz sonucunda, beş farklı tema ortaya çıkmıştır: erkek ideal beden; seküler okullarda erkekler; muhafazakar okullarda erkekler; kadın ideal beden; seküler ve muhafazakar okullarda kadınlar.

Sonuç: Sonuç olarak, hem muhafazakar hem seküler okullarda beden eğitimi ve spor ortamında erkeklerin bedenlerine dair değerlendirmelerinde “güçlülük”, “kaslılık”, “üstünlük” gibi değerler ortaya çıkmaktadır. Öte yandan, muhafazakar okullardaki kadınların erkeklerle bir arada olmayı dini gereklilikler sebebiyle tercih etmediği, bir arada oldukları takdirde bedenlerini “sakınma”, “örtme”, “gizleme” gibi eğilimlerde bulundukları anlaşılmaktadır.

AN EXAMINATION OF ADOLESCENTS’ PERCEPTION OF BODY IN PHYSICAL EDUCATION AND SPORT CLASSES WITH RESPECT TO GENDER ROLES

Purpose: The aim of this study was to examine body perceptions of high school students in physical education and sport classes with respect to gender perspective.

Method: The depth interview technique was used as a data collection tool and semi-structured interview was conducted with 18 high school students (10 men, 8 women) from conservative and secular schools. While certain parts of the students’ classes were mixed-sex, others’ classes were single-sex. Data were analysed by content analysis with open and thematic coding.

Findings: Five different themes were obtained based on the content analysis. These are, male ideal body; men in secular schools; men in conservative schools; female ideal body; women in secular and conservative schools.

Results: Findings indicated that male high school students in both secular and conservative schools evaluated their bodies in terms of “strength”, “muscularity”, “superiority”. On the other hand, female high school students in conservative school have tendencies to cover, conceal and avoid to presenting their bodies.

SB295

DİJİTAL YERLİLER İLE DİJİTAL GÖÇMENLERİN GELENEKSEL VE DİJİTAL OYUNLARA YÖNELİK ALGILARININ İNCELENMESİ (NİTEL BİR ARAŞTIRMA)

***[1]Zekihan Hazar*, [2]Zekihan Hazar, [2]Elif Kaya**

[1]NİĞDE ÖMERHALİSDEMİR ÜNİVERSİTESİ BEDEN EĞİTİMİ Ve SPOR YÜKSEK OKULU, NİĞDE
[2]NİĞDE ÖMER HALİSDEMİR ÜNİVERSİTESİ BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEK OKULU, NİĞDE

***Email :** , zekihanhazar84@gmail.com, elifkaya3846@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu araştırmanın amacı; dijital yerli ve dijital göçmenlerin dijital ve geleneksel oyun algılarının incelenmesidir. Yöntem: Nitel araştırma modeline göre tasarlanan bu araştırmada, olgu bilim (fenomenoloji) deseni benimsenmiştir. Araştırmanın çalışma grubunu, düzenli olarak dijital oyun oynayan farklı yaş ve cinsiyetlerde 20 dijital yerli ve 20 dijital göçmen olmak üzere toplam 40 kişi oluşturmaktadır. Çalışmada, araştırmacılar tarafından geliştirilen 12 sorudan oluşan yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılarak katılımcılarla görüşmeler yapılmıştır. Yapılan görüşmeler ses kayıt cihazı ile kayıt altına alınmış ve daha sonda bilgisayar ortamında yazılı metinlere dönüştürülerek analizler yapılmıştır. Verilerin analizinde " Betimsel ve İçerik analizi" yöntemlerinden yararlanılmıştır. Bu süreçte önceden belirlenen temalarla birlikte, verilerin analizinde "kodlama" yoluna gidilerek, kodlardan anlamlı alt temalara ve buradan ana temalara ulaşılmıştır. Araştırmanın güvenirliğine kanıt oluşturması amacıyla, katılımcıların araştırma sorularına vermiş oldukları cevaplara ilişkin doğrudan alıntılara yer verilmiştir. Araştırmanın güvenirliğine ilişkin bir diğer uygulama ise uzmanlar arasındaki görüş birliği ve görüş ayrılığına ilişkin hesaplamalardır. Karşılaştırmalarda görüş birliği ve görüş ayrılığı sayıları belirlenerek araştırmanın güvenirliği Miles ve Huberman'ın (1994) önerdiği güvenirlik formülü ile (Güvenirlik = Görüş Birliği/ (Görüş Birliği + Görüş Ayrılığı) × 100) hesaplanmıştır. Bulgular: Yapılan analizler sonucunda bulgular toplamda, 12 ana tema ile 44 alt tema ve bu temalara ilişkin kodların yer aldığı tablolara dönüştürülmüştür. Ayrıca aynı soruya ilişkin "benzer algılar ve farklılaşan algılar" olmak üzere ayrıca bir tablolaştırmaya gidilmiştir. Sonuç: Araştırmanın sonuçlarına ilişkin en önemli bulgu ise, gerek dijital göçmenlerin gerekse dijital yerlilerin geleneksel oyunlara yönelik algılarının daha olumlu yönde olması ve geleneksel oyunların yararlarına ilişkin görüşlerin ağırlıkta olması iken, bunun aksine dijital oyunlara yönelik algılarının daha çok olumsuz yönde olduğu ve özellikle sağlık ve sosyal yaşam imgelerine vurgu yapılarak bu oyunlardaki olası tehlikelere ilişkin bir farkındalığa sahip oldukları görülmektedir. Anahtar kelimeler: Dijital yerli, Dijital göçmen, Geleneksel oyun, Dijital oyun, Algı

THE EXAMINATION OF THE PERCEPTIONS OF DIGITAL NATIVES AND DIGITAL IMMIGRANTS PERCEPTION REGARDING TRADITIONAL AND DIGITAL GAMES (A QUALITATIVE STUDY)

Aim: The aim of this study is to examine the perceptions of digital natives and digital immigrants regarding digital and traditional games. Method: In this research designed according to the qualitative research model, case study (phenomenology) is adopted. The working group consists of a total of 40 people, 20 digital natives and 20 digital immigrants who regularly play digital games. Participants were interviewed using semi-structured interview form consisting of 12 questions developed by researchers. The interviews were recorded with a voice recorder and then analysed and converted into texts written on a computer. In the analysis of the data, "Descriptive and content analysis" methods were used. During the analysis, "coding" was performed to reach meaningful sub-themes and main themes from the codes. The reliability of the survey was determined by comparing the number of opinions and opinions divided by the reliability formula proposed by Miles and Huberman (1994) (reliability = opinion association / (opinion association + opinion separation) × 100). Findings: As a result of the analysis made, a total of the findings were transformed into 12 main themes and 44 sub-themes and tablatures containing codes for these themes. In addition, a separate tabulation method has been adopted for the same question "similar perceptions and differentiating perceptions". Results: The most important finding related to the results of the research is that the perceptions of both digital natives and digital immigrants' towards traditional games are more positive and their views on the benefits of traditional games are heavier. On the contrary, perceptions of digital games are more negative, it is seen that they have an awareness about possible threats in these games by emphasizing health and social life images. Key words: Digital native, Digital immigrant, Traditional game, Digital game, Perception

SB302

TÜRKİYE VE JAPONYA BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR SİSTEMLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

***[1]Didem Gülçin Kemeç*, [2]Atilla Pulur, [3]Yaşar İsmail Gülünay, [4]Emre Çavdar**

[1]Afyon Kocatepe Üniversitesi, AFYONKARAHİSAR
[2]Gazi Üniversitesi, ANKARA
[3]Karabük Üniversitesi, KARABÜK
[4]Cumhuriyet Anadolu Lisesi, NİĞDE

***Email :** didemkemec@gmail.com, atilla@pulur.com, ismailgulunay@karabuk.edu.tr, emrecavdar80@hotmail.com*

Giriş ve Amaç:Eğitim sistemi, dünyanın neresinde olursa olsun insanlığın gelişimini sağlayan, yasal haklara dayalı en temel unsurdur. Her ülkede ve kültürde farklılıklar göstermesine karşın; bireylerin karakteristik özellikleri kazanmasını dolayısıyla bilgi toplumunun ve gelişmişlik düzeyinin ilerlemesini sağlaması bakımından benzerlikler göstermektedir. Her ülke, kendi değerlerini gözeterek toplumsal, ekonomik, teknolojik, sağlık, spor vb. açılardan vatanına faydalı bireyler yetiştirmek üzere eğitim sistemi içerisinde genel ve özel hedefleri belirlemektedir. Genel hedefler; bireylerin temel gereksinimlerini karşılamasına yönelik iken özel hedefler uzmanlaşma, iş imkanı ve statüye yöneliktir. Hazırlanan eğitim programı içinde yer alan bazı dersler ise hem genel hem de özel hedefleri içermektedir. Bu derslerden biri de beden eğitim ve spordur. Bu doğrultuda Japonya eğitim sisteminin beden eğitimi ve spora gösterdiği ilgi önem arz etmektedir. Dolayısıyla çalışmanın amacı, Türkiye ve Japonya eğitim sistemleri içerisinde yer alan beden eğitimi ve spor derslerinin karşılaştırılmasıdır.

Yöntem:Çalışmada nitel araştırma yöntemlerinden belgesel tarama kullanılmıştır.

Bulgular ve Sonuç:Çalışmanın sonucunda Türkiye ve Japonya ilkokul beden eğitimi ve spor dersinin genel amaçlarının, ilkokul ve lise yıllık ders saatlerinin, beden eğitimi ve spor öğretmeninin görevlerinin, spor eğitim anlayışının ve spor alanındaki üniversite eğitiminin farklılaştığı; ortaokul ve lise beden eğitimi ve spor dersinin genel amaçlarının, ortaokul yıllık ders saatinin, sporla ilgili kurum ve kuruluşların ise benzerlik gösterdiği saptanmıştr. Ayrıca yüzme ve cimnastik derslerinin alanı, materyali ve uygulama alanı bakımından Japonya lehine, ilkokul beden eğitimi ve spor yıllık ders saatleri açısından da Türkiye lehine olumlu sonuçlar tespit edilmiştir.

COMPARISON OF TURKEY AND JAPAN PHYSICAL EDUCATION AND SPORT SYSTEM

Introduction and Purpose:The education system is the most basic element based on legal rights, enabling the development of humanity wherever it is in the world. Although there are differences in every country and culture; it shows similarities in terms of the progress of the information society, the development level and individuals' acquisition of characteristic features. Every country, by taking care of their own values, identifies general and specific goals for the education system to raise individuals who are good at social, economic, technological, health and sports issues. While the general objectives are aimed at meeting the basic needs of the individual, the special objectives are oriented towards specialization, job opportunities and status. Some of the courses included in the education program include both general and specific goals. One of these courses is physical education and sport. In this regard, interest in physical education and sports education of the Japanese education system is of great importance. Therefore, the aim of this study is to compare physical education and sports lessons located in Japanese and Turkish education systems.

Method:In the study, documentary scanning method has been used.

Findings and Result:Consequently, they are found that general aims of physical education and sport lesson are different in Turkey and Japan at primary school level, primary and high school lesson hours, duties of physical education and sport teacher, sport education consciousness and university education for sport are different; general goals of physical education and sport lesson at secondary

school and high school levels, annual lesson hours at secondary school level, institutions and organizations about sports are similar. In addition, positive results are identified in terms of the area, material and application area of swimming and gymnastics lessons on behalf of Japan, and in terms of annual lesson hours at primary school level on behalf of Turkey.

SB304

FUTBOL VE FUTSAL OYNAYAN SPORCULARIN SAKATLANMA SIKLIKLARI VE NEDENLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

[1]Seydi Ahmet Ağaoğlu, [1]Abdurrahim Kaplan, [1]Yasin Özkan, [1]Halil İbrahim Kasap

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

Email : *ahmetsa@omu.edu.tr, selcukbesyo85@gmail.com, ozkanyasin95@gmail.com, halil.brhmksp9961@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Futbol birbirinden değişik farklı hareketlerin yer aldığı ve bu hareketlerin peş peşe çabuk değişebildiği bir oyun yapısıdır. Futsal, futbolun farklı bir versiyonu olsa da, futboldaki ilkeler futsal içinde geçerlidir. Bu kadar popüler olan futbol ve futsalda spor sakatlanmalarının görülme sıklığı bir hayli fazladır. Spor sakatlanması tanımında en genel ölçüt tıbbı tedavi ve takip gerektiren her türlü doku zedelenmesinden dolayı müsabaka veya antrenmana katılamama olarak tanımlanır. Bu çalışmanın amacı Samsun ilinde farklı liglerde futbol ve futsal oynayan sporcuların sakatlanma sıklıklarını ve nedenlerinin incelenmesi amacıyla planlanmıştır.

Yöntem: Araştırmaya 2017-2018 sezonunda Samsun ilinde farklı liglerde oynamış 100 Futbolcu ve 100 Futsalcı toplam 200 sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmaya katılan futbolculara ve futsalcılara, sezon boyunca antrenman ve müsabakalar esnasında geçirmiş oldukları spor sakatlıkları, türlerini, vücut bölgelerini ve bu sakatlıkların oluşum nedenlerini belirlemek amacıyla bir anket uygulanmıştır. Araştırmaya katılanların kişisel bilgilerinin ve ankete verdikleri cevapların değerlendirilmesinde frekans (f) ve yüzde (%) hesaplanmıştır.

Bulgular: Futbol ve futsal branşlarında sporcuların oynadığı mevki, oynadığı yıllara, müsabaka öncesi ısınma sıklığı, sakatlanmanın meydana geldiği aktiviteye, ve sakatlanmanın görüldüğü vücut bölgelerine göre oluşturulan grupların istatistik değerlendirilmesinde, $p>0,05$ seviyesine göre anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Katılımcıların branşlara göre sakatlanma sıklığı, yaş, eğitim durumu, sakatlanmaya neden olan saha zemini ve sakatlanma şekilleri değerlendirmesinde $p<0,05$ seviyesine göre anlamlı bir farklılık görülmüştür.

Sonuç: Çalışmada ortaya çıkan bulgulara göre futbol ve futsalda sakatlanma sıklığı en fazla 21-24 yaş arası sporcularda görülürken, 25 yaş ve üzeri sporcularda bu oran giderek azalmıştır. Çalışmada futbolun futsalcılara göre sakatlanma sıklığıda daha fazla görülmüştür. Sakatlanmanın olduğu aktivitelerde her iki grubunda daha çok müsabaka esnasında ve suni zeminde sakatlık yaşadıklarına ulaşılmıştır. Sporcularda görülen sakatlanma şekli olarak ta en fazla burkulma ve kramp olurken, vücut bölgesi dağılımında en çok baş ve üst bacak/kalça kısımlarında yaşanmıştır.

Anahtar kelimeler: Futbol, Futsal, Sporcu sakatlığı,

COMPARISON OF FREQUENCY AND CAUSES OF INJURIES OF SOCCER AND FUTSAL PLAYERS

Introduction and Purpose: Football is game structure where different movements are involved and these movements can change quickly. Futsal is a different version of football, but futsal principles are futsal. The most common criterion in the definition of sport injuries is defined as the absence of competition or training due any kind of tissue injury that requires medical treatment and follow-up. Method: During the 2017-2018 season, total of 200 athletes and 100 Futsalists participated in the league voluntarily different leagues in Samsun province. A survey was conducted to determine the sports injuries, types, body regions and causes of the injuries that the soccer players and futsalcılar participated in the research during the training and during the season during season. Frequency (f) and percentage (%) were calculated in evaluating the personal information of the survey participants and the answers given to the survey.

Results: No statistically significant difference was observed in the statistical evaluation of the groups formed according to the position the athletes playing in the football and futsal branches, the years they were playing, the pre-match warm-up frequency, the activity which the injury occurred, and the body regions where the injury was observed. Significant differences were observed in the participants' incidence of disability, age, educational status, disability site area and disability patterns compared to $p < 0.05$.

Conclusion: According to the findings in the study, the frequency of football and futsal injuries was mostly seen in sportsmen between 21-24 years, but this rate decreased gradually in sportsmen over 25 years of age. In activities where they were injured, both groups were found to experience disability during the competition and artificial ground. Most injuries to the sportsmen were buckling and cramping the shape of the head, mostly the head and upper leg / hip regions the body region distribution.

Key words: Football, Futsal, Sportsman's disability.

SB305

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİNDE ÖĞRENİM GÖREN 1. SINIF VE 4. SINIF ÖĞRENCİLERİNİN YALNIZLIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

[1]Tülin Atan, [1]Abdurrahim Kaplan, [1]Şaban Ünver

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

Email : *takman@omu.edu.tr, selcukbesyo85@gmail.com, saban.unver@omu.edu.tr*

GİRİŞ VE AMAÇ: Farklı sosyal, kültürel ve fiziki ortamlardan ayrılarak üniversiteye gelen öğrencilerin büyük çoğunluğu yaşamlarında bir geçiş dönemine girmekte, değişik bir ortamda bulunmanın verdiği farklı duygular nedeniyle de kısmen de olsa geçici bir yalnızlık duygusu ya¬şayabilmektedirler. Bu çalışma Spor Bilimleri Fakültesi birinci ve dördüncü sı¬nıfta öğrenimine devam eden öğrencilerin yalnızlık düzeylerinin belirlenmesi ve yalnızlık düzeylerinde cinsiyetin, yaşın, ailenin yaşadığı yerin (köy, ilçe ve il) ve kaldıkları yerin (ev ve yurt) etkili olup olmadığının incelenmesi amacıyla yapılmıştır. METOT: Çalışmaya 1.sınıfa devam eden 73 ve 4.sınıfa devam eden 70 kişi olmak üzere toplamda 143 öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmada, veri toplama aracı olarak UCLA Yalnızlık Ölçeği kullanılmıştır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 20, en yüksek puan 80'dir ve ölçekten alınan puanların yüksek oluşu, yalnızlık düzeyinin de yüksek olduğunu göstermektedir. 20-31 puan arası "hiç yalnızlık çekmiyor", 32-41 puan arası "çok hafif düzeyde yalnızlık çekiyor", 42-53 puan arası "hafif düzeyde yalnızlık çekiyor", 54-67 puan arası "yalnızlık çekiyor" ve 68-80 puan arası "tamamen yalnızlık çekiyor" olarak değerlendirilmektedir. Çalışmanın istatistiksel analizinde Kruskal Vallis ve Mann-Whitney U testi kullanılmıştır.

BULGULAR: 1. sınıfta (40.52±8.72 puan) ve 4. sınıfta (38.32±6.85 puan) öğrenim gören öğrencilerin yalnızlık düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p>0.05$). Ayrıca öğrencilerin cinsiyet, ailenin yaşadığı yer ve öğrencinin kaldığı yer değişkenlerine göre yapılan yalnızlık düzeyi puanları karşılaştırılmasında, anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ($p>0.05$). 21 yaş ve altında olan öğrencilerin yalnızlık ölçeğinden aldıkları puanların 22 yaş ve üzerinde olan öğrencilere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$). Bu durum 21 yaş ve altında olan öğrencilerin 22 yaş ve üstünde olanlara göre kendilerini daha yalnız hissettiklerini göstermektedir.

SONUÇ: Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören öğrenciler çok hafif düzeyde yalnızlık hissetmektedir. Öğrenim görülen sınıf yalnızlık düzeyini etkilememektedir.

Anahtar Kelimeler: Yalnızlık, Spor Bilimleri Fakültesi, öğrenci.

EXAMINATION OF LONELINESS LEVELS OF 1ST AND 4TH GRADE STUDENTS AT SCHOOL OF SPORTS SCIENCES.

Introduction and Purpose: The majority of students who come to university from different social, cultural and physical environments enter a transitional period in their lives and experience a temporary sense of loneliness due to the different feelings of being different environment. This study was carried out to determine the loneliness levels of the students who are going the first and fourth year students of the Faculty of Sport Sciences and to determine whether the loneliness levels are influenced by gender, age, area where the family lives (village, district and province) and where they live (home and dormitory).

Method: A total of 143 students voluntarily participated in the study, 73 in the 1st semester and 70 in the fourth semester. In the study, the UCLA Loneliness Scale was used as a data collection tool. The lowest score on the scale 20, the highest score 80, and the high scores on the scale indicate that the level of loneliness is high. Kruskal Vallis and Mann-Whitney U test were used in the statistical analysis of the study.

Results: There was no statistically significant difference between the loneliness levels of students in the first class (40.52 ± 8.72) and the fourth class (38.32 ± 6.85) ($p > 0.05$). In addition, there was no significant difference in the level loneliness according to gender, place of living and place stay of students ($p > 0.05$). It was determined that students who were 21 years younger had higher scores on loneliness than 22 years old students ($p < 0.05$). This shows that students who are 21 years younger feel more alone than those who are 22 years older.

Conclusion: Students at the School of Sports Sciences feel lonely at very mild level. The class education does not affect the level of loneliness.

Key words: Loneliness, Faculty of Sport Sciences, Student.

SB310

BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİNİN MESLEKİ HAZ DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

[1]İstanbul Aydın Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

Email :

Giriş ve Amaç: Araştırmanın amacı beden eğitimi öğretmenlerinin mesleki haz düzeylerinin bazı demografik değişkenler açısından incelenmesidir. Yöntem: Araştırma tarama modelinin kullanıldığı betimsel bir çalışmadır. Araştırmanın örneklemini, tabakalı örnekleme yöntemiyle seçilen Ankara ili merkez ilçelerinde Milli Eğitim Bakanlığı bünyesinde görev yapan 135 kadın ve 197 erkek olmak üzere 332 beden eğitimi öğretmeni oluşturmaktadır. Beden eğitimi öğretmenlerinin meslekten duydukları hazzı ölçmek amacıyla Erdoğan (2013) tarafından geliştirilen "Mesleki Haz Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin analizi SPSS 21 programında yapılmıştır. Beden eğitimi öğretmenlerinin yaş, kıdem ve spor yapma sıklığı değişkenleri ile mesleki haz düzeyleri arasındaki ilişkilerin belirlenmesi amacıyla Pearson momentler çarpım korelasyon katsayısı, mesleki haz düzeylerinin cinsiyet, çalışılan kurumun kademesi ve mezun olunan okul değişkenine göre karşılaştırılmasında t-testi kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyi $p < .05$ olarak alınmıştır. Bulgular ve Sonuç: Araştırma sonuçlarına göre beden eğitimi öğretmenlerinin çalışılan kurumun kademesine göre mesleki haz düzeylerinin lisede çalışan öğretmenler lehine anlamlı farklılık gösterdiği görülmektedir. Beden eğitimi öğretmenlerinin mezun oldukları okul değişkenine göre mesleki haz düzeylerinin lisans mezunu öğretmenler lehine anlamlı farklılık gösterdiği görülmektedir Beden eğitimi öğretmenlerinin mesleki haz düzeyleri ile mesleki kıdemleri ve spor yapma sıklığı arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki olduğu görülmüştür. Beden eğitimi öğretmenlerinin mesleki haz düzeyleri ile yaş ve cinsiyet değişkenleri arasında anlamlı fark bulunamamıştır.

EXAMINING PHYSICAL EDUCATION TEACHERS' LEVELS OF ZEST FOR WORK

Introduction and Purpose: The aim of the study was to examine physical education teachers' levels of zest for work in terms of some demographic variables. Method: The present study was conducted using a descriptive screening design. The sample of the study consists of 332 physical education teachers (135 female and 197 male) employed within the Ministry of National Education in the central districts of Ankara and they were selected by stratified sampling method. "The Zest for Work Scale" developed by Erdoğan (2013) was used to measure physical education teachers' levels of zest for work. Analysis of the data was conducted with SPSS 21 package program. The Pearson-Product Moment Correlation Coefficient was used to determine the relationships between physical education teachers' levels of zest for work and the variables of age, seniority, and the frequency of doing sports. The t-test was used to compare the levels of zest for work to the variables of gender, level of the institution, and alma mater (the school from which one was graduated). The significance level was taken as $p<.05$. Findings and Conclusion: According to the results, it was observed that physical education teachers' levels of zest for work in terms of the level of institution showed a significant difference in favor of the teachers employed in high schools. Moreover, it was found that their levels of zest for work in terms of alma mater showed a significant difference in favor of teachers with a bachelor's degree. Besides, it was determined that there was a positive significant relationship between physical education teachers' levels of zest for work and the variables of seniority and the frequency of doing sports. Finally, it was determined that there was no significant difference between their levels of zest for work and the variables of age and gender.

SB312

FUTBOL HAKEMLERİNİN KARAR VERME BECERİLERİ İLE ZİHİNSEL DAYANIKLILIKLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

[1]Ulaş Aksoy*, [2]Nurgül Özdemir, [1]Ulaş Aksoy

[1]Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Eğitimi Anabilimdalı, AYDIN
[2]İzmir Demokrasi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Spor Bilimleri Bölümü, İZMİR

Email : *ulasaksoy@gmail.com, ,*

Futbol Hakemlerinin Karar Verme Becerileri ile Zihinsel Dayanıklılıkları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Özdemir Nurgül[1], Aksoy Ulaş[2]

Karar verme, bireyin düşünsel bir sürecin sonunda yargıya ulaşması ve seçim yapmasını ifade eder. Birey sahip olduğu olanaklara göre kendisini hedeflerine ulaştıracak en doğru seçimi yaparak davranışta bulunur. Günlük yaşamda birçok karar veririz. Bunların bazıları günlük rutin işlerle ilgili iken, bazıları da profesyonelce verilen kararlardır. Örneğin, mesleki kararlar bireyin verdiği kararlar içinde diğerlerinden farklı öneme sahiptir. Karar verme bireyler için olduğu kadar, her meslek grubu için farklı öneme, etkiye ve yoğunluğa sahiptir. Söz konusu bu profesyonel mesleki kararların sağlıklı bir biçimde verilmesinde, hakemlerin zihinsel dayanıklılıklarının yüksek olmasının belirleyici rol oynayacağı ön kabulüne dayanılarak, bu araştırmada futbol hakemlerin karar verme becerileri ile zihinsel dayanıklılıkları arasındaki ilişki incelenmeye çalışılmıştır. Araştırma futbol hakemlerinin karar verme becerileri ile zihinsel dayanıklılıkları arasındaki ilişkiyi tanımlaması bakımından ilişkisel tarama modelinde bir çalışmadır.

Araştırmada futbol hakemlerinin karar verme stillerini belirlemek için Mann ve ark. Tarafından geliştirilen, Deniz tarafından Türkçeye uyarlaması yapılan Melbourne Karar Verme Ölçeği I-II kullanılmıştır. Futbol hakemlerinin zihinsel dayanıklılıklarını belirlemek için ise Mardigal ve diğerleri tarafından geliştirilen, Erdoğan tarafından Türkçeye uyarlanan Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği kullanılmıştır.

Araştırma verileri, Aydın ilinde faal olarak görev yapan 120 futbol hakeminden toplanmıştır. Verilerin analizinde SPSS 21.00 istatistik paket programı kullanılmıştır. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler, bağımsız gruplar t-testi, tek yönlü varyans analizi, basit korelasyon istatistiki teknikleri kullanılmıştır.

Araştırma sonucunda futbol hakemlerinin zihinsel dayanıklılıkları ile kaçıngan ve panik karar verme becerileri arasında orta düzeyde negatif yönlü ilişki olduğu, erteleyici karar verme boyutu ile ise düşük düzeyde negatif yönde ilişki olduğu bulunmuştur. Araştırmada ayrıca, futbol hakemlerinin erteleyici ve kaçıngan karar verme becerilerinin çalışma durumuna göre değiştiği görülmüştür.

[1]İzmir Demokrasi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Spor Bilimleri Bölümü, Dr.Öğ.Üye. [2]Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Anabilimdalı Yükseklisans Öğrencisi

AN EXAMINATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCCER REFEREES' DECISION MAKING SKILLS AND MENTAL DURABILITY

An Examination of the Relationship between Soccer Referees' Decision Making Skills and Mental Durability

Ozdemir Nurgül[1], Aksoy Ulaş[2]

Decision means that the individual will reach the judiciary at the end of an intellectual process and make a choice. Some are related to daily routine work, others are professionally determined. Decision-making has different prescriptions, influence and intensity for each profession group as much as for the individual. In this study, it was tried to investigate the relation between decision-making ability and mental endurance of soccer referees, based on the assumption that the high mental endurance of referees will play a decisive role in giving these professional professional decisions in a healthy way.

To determine the decision-making style of soccer referees in the study, Mann et al. The Melbourne Decision Making Scale I-II, developed by Deniz and adapted to Turkish, was used. In order to determine the mental endurance of soccer referees, a mental durability scale developed by Mardigal and others and adapted to Turkish by Erdoğan was used.

The research data were collected from 120 football referees working in Aydın. SPSS 21.00 statistical package program was used in the analysis of the results. Descriptive statistics, independent groups t-test, one way variance analysis, simple correlation statistic techniques were used in the analysis of the results.

As a result of the research, it was found that the football referees had a moderately negative relationship between their mental endurance and avoidant and panic decision-making abilities, and that there was a low negative correlation with the postponing decision-making dimension. The survey also showed that football referees changed their pausing and avoiding decision making skills according to their working status.

[1]Izmir Democracy University, Faculty of Health Sciences, Department of Sports Sciences, Dr.Öğ.Uye. [2]Adnan Menderes University, Institute of Health Sciences, MSc in Physical Education and Sport Education

SB313

SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİ İLE SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN AKADEMİK ERTELEME DÜZEYLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

[1]Neslihan Arıkan **, [2]Bijen Filiz**

[1]Gazi Üniversitesi Spor Bilimler Fakültesi, ANKARA
[2]Kocatepe Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, AFYON

Email : *neslihanarikangazi@gmail.com, bijenfiliz@gmail.com*

Giriş ve Amaç

Bu çalışmada Sağlık Bilimleri Fakültesi öğrencileri ile Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerininaktif spor yapma,cinsiyet, yaş, bölüm, baba eğitim düzeyi, anne eğitim düzeyi, baba meslek ve anne meslek değişkenleri açısındanakademik erteleme düzeyleri incelenmiştir.Araştırmagrubunu 2017-2018 eğitim-öğretim yılında, Hacettepe Üniversitesive Gazi ÜniversitesiSağlık Bilimleri Fakültesi ve Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören toplam 281 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır.

Yöntem

Bu çalışmada, aktif spor yapma, cinsiyet, yaş, bölüm, baba eğitim düzeyi, anne eğitim düzeyi, baba meslek ve anne meslek değişkenlerininakademik erteleme puanları arasındaki farklılığa ilişkin bulgulara ulaşmak amacıyla ilişkisel tarama yöntemi kullanılmıştır. Çalışmada kullanılan Akademik Erteleme Ölçeği, Çakıcı (2003) tarafından geliştirilmiştir.Bu ölçek öğrencilerin, sınavlara hazırlanma,ders çalışma, proje hazırlama gibi öğrenim yaşantılarında yapmakla sorumlu oldukları görevleri içeren 12' si olumsuz, 7' si olumlu olmak üzere toplam 19 ifadeden oluşmaktadır.

Bulgular ve Sonuç

Bu çalışmada değişkenlere göre akademik erteleme puanları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığı incelenmiştir. Analizler sonucundayaş vecinsiyet değişkenlerinde anlamlı bir farklılık olduğu saptanmıştır.Araştırmadan elde edilen bulgular, Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin akademik erteleme davranışlarını daha fazla gösterdiklerini ortaya koymuştur. Bu durum, Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören öğrencilerin daha özgüvenli oldukları, başarılı olma, ders geçmeve mezun olduktan sonra iş bulma kaygılarının daha az olduğunu göstermektedir.

COMPARISON OF ACADEMICSUSPENSIONLEVELS OF FACULTY OF HEALTH SCİENCES STUDENTS AND FACULTY OF SPORTS SCIENCES STUDENTS

Introduction and Purpose

In this study, the academic suspension levels of the students of the Faculty of Health Sciencesstudents and the Faculty of Sports Sciencesstudents in terms ofactive sports making, gender,age, department, father education level, mother education level, father profession and motheroccupation variables have been examined. A total of 281 university students studyingin the Faculty of Health Sciencesand the Faculty of Sports Sciencesin HacettepeUniversity, Gazi University and Ankara University were formed the Research group in the academic years 2017-2018.

Method

In this study, relational search method was used in order to reach the findings about the difference between academic suspension scores of active sports making, gender,age, department, father education level, mother education level, father profession and motheroccupation variables. The Academic Suspension Scale used in the study was developed by Çakıcı (2003). This scale is composed of 19 expressions in total including 12 negative expressions, 7 positive expressionsincluding the tasks they are responsible for in their learning such as, preparing for exams, studying lesson, preparing the project.

Findings and Conclusion

In this study,it was investigated whether there a significant difference between the academic postponement scores in accordance.As a result of the analyzes, it was determined that there is a significant difference in age and gender variables. Findings obtained from this research reveal that the students of Faculty of Sports Sciences showed more academic suspension behaviors. This can be shownas the fact that the students of the Faculty of Sports Sciencesare a bit more confident, being successful,passing lesson and having less job search concerns after graduation.

SB324

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOKULU ÖĞRENCİLERİNİN HEDEF BAĞLILIĞI İLE YAŞAM DOYUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

***[1]N.Bahadır Kayışoğlu*, [2]Öznur Kara**

[1]Karabük Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Karabük
[2]Gazi Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı, Ankara

***Email :** bahadirkayisoglu@karabuk.edu.tr, kara.oznur92@gmail.com*

Bu çalışmanın amacı beden eğitimi ve spor yüksekokulu (BESYO) öğrencilerinin hedef bağlılığı ile yaşam doyumları arasındaki ilişkiyi ve hedef bağlılığı ile yaşam doyumu düzeyleri arasında cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi, okudukları bölüm, aylık gelir düzeyi, branş türü, spor yapma yılı ve spor yapma amacı değişkenlerine göre anlamlı bir fark olup olmadığını incelemektir. Tarama modeli kullanılarak yapılan çalışmaya 688 BESYO öğrencisi gönüllü olarak katılmıştır. Veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu, Klein, Wesson, Hollenbeck ve Wright (2001) tarafından geliştirilen ve Türkçe uyarlaması Şenel ve Yıldız (2016) tarafından yapılmış olan Hedef Bağlılığı Ölçeği ile Diener, Emmons, Larsen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilen ve Dağlı ve Baysal (2016) tarafından Türkçe uyarlaması yapılmış olan Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılmıştır. Veriler SPSS 20 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Frekans, yüzde, ortalama hesaplamaları yapılmış, verilerin normal dağılım göstermediği gerekçesiyle Mann-Whitney U testi, Kruskal-Wallis testi ve Spearman Korelasyon analizi kullanılmıştır. Çalışmanın sonucunda öğrencilerin hedef bağlılığı düzeylerinin cinsiyet ve sınıf değişkenine göre farklılaştığı, yaşam doyumu düzeylerinin cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi, okudukları bölüm, gelir düzeyleri, branş türü ve spor yapma yılı değişkenlerine göre farklılık gösterdiği bulunmuştur. Hedef bağlılığı ile yaşam doyumu arasında ise anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır. Sonuç olarak, BESYO öğrencilerinin bir hedefe bağlı kalabilme düzeylerinin yaşam doyumları üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığı söylenebilir.

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN GOAL COMMITMENT AND LIFE SATISFACTION OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORT STUDENTS

The aim of this study is to investigate the relationship between goal commitment and life satisfaction in university students in terms of gender, age, class level, department, income, type of branch, sport year and aim of doing sport. 688 university students participated in this study as valuntary. Personal Information Form, Goal Commitment Scale which has been developted by Klein, Wesson, Hollenbeck ve Wright (2001) and adopted in Turkish by Şenel ve Yıldız (2016) and The Satisfaction with Life Scale which has been developted by Diener, Emmons, Larsen ve Griffin (1985) and adopted in Turkish by Dağlı and Baysal (2016) was used as data collection tools. Collected data has been analyzed by SPSS 20 software tool. Frequence, percent, mean was calculated. Mann-Whitney U test, Kruskal-Wallis test and Spearman Corellation Analyze was used for statistical analyzes. Goal commitment differed according to gender and class level. Life satisfaction differed according to gender, age, class level, department, income, type of branch and sports year. In conclusion of this study, there is no meaning relationship between goal commitment and life satisfaction of university students.

SB334

OKÇULUK DERSİ FİNAL SINAVI ÖNCESİ KAYGI VE ÖZGÜVEN ÖNGÖRÜCÜSÜ OLARAK NARSİSTİK VE BEŞ BÜYÜK KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ

[1]Manisa Celal Bayar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, MANİSA

Email :

Giriş ve Amaç: Beden eğitimi ve spor alanında beden eğitimi öğretmeni adayları fiziksel ve zihinsel açıdan çaba gerektiren sınavlara girmektedirler. Söz konusu sınavlar öğretmen adaylarının akademik başarısı ve yaşam kalitelerine etki edebileceğinden, uygulamalı sınavlara verilen duygusal tepkilerde farklılaşmaya yol açabilecek faktörlerin incelenmesi büyük önem taşımaktadır. Bu çalışmanın amacı beden eğitimi öğretmeni adaylarında okçuluk final sınavı öncesi durumluk kaygı ve özgüvenin öngörücüsü olarak narsistik ve beş büyük kişilik özelliklerini incelemektir. Yöntem: Araştırmaya yaşları 20 ile 24 arasında değişen 50 beden eğitimi öğretmeni adayı katılmıştır. Katılımcılar ilk olarak Beş Faktör Kişilik Envanteri ve Narsistik Kişilik Envanteri maddelerini yanıtlamışlardır. Sınav öncesi durumluk kaygı ve öz güven ise 100mm'lik görsel analog skala ile ölçülmüştür. Elde edilen verilerin analizinde Spearman korelasyon ve lineer regresyon analizi (stepwise yöntemiyle) kullanılmıştır. Bulgular: Sonuçlar, Beş Büyük Kişilik özelliğinden gelişime açıklık (r=.39, p=.010) ve yumuşak başlılık (r=.34, p=.026) sınav öncesi durumluk kaygı ile pozitif yönde ilişkili bulunmuştur. Öte yandan, Narsistik kişilik özelliği sınav öncesi durumluk kaygı ile negatif yönde (r=.41, p=.006), özgüven ile pozitif yönde ilişkili bulunmuştur (r=.31, p=.044). Narsistik ve Beş Büyük Kişilik özelliklerinden oluşan regresyon modelinin sınav öncesi durumluk kaygı ve özgüven için öngörü gücünü test eden iki adet regresyon analizi stepwise yöntemiyle yapılmıştır. Bulgular, narsistik kişilik özelliğinden oluşan regresyon modelinin sınav öncesi durumluk kaygı [F (1,42)= 9,40, p=.004, B=-.31, , R2adj=.17] ve özgüvendeki [F (1,42)= 4,91, B=-.201, R2adj=.09] değişimi anlamlı olarak açıklayabildiğini göstermiştir. Sonuç: Gözlemlenen sonuçlar çerçevesinde Narsistik Kişilik Envanterinden yüksek skor elde eden beden eğitimi öğretmen adaylarının önemli bir uygulama dersi sınavı öncesinde daha düşük kaygı ve daha yüksek özgüven düzeyine sahip olduğu sonucuna varılmıştır. Narsistik kişiliğin düşük kaygı ve yüksek özgüven ile ilişkisinin altında yatan sebep benlik yükseltme stratejilerinin kullanımı olabileceği düşünülmektedir. Anahtar kelimeler: Beş Büyük Kişilik Özelliği, Narsizim, Kaygı, Özgüven, Okçuluk.

THE BIG FİVE PERSONALITY TRAITS AND NARCISSISM AS THE PREDICTORS OF ANXIETY AND CONFIDENCE BEFORE ARCHERY CLASS FINAL EXAM

Introduction and purpose: In the field of physical education and sports, teacher candidates face physically and mentally demanding practical course exams. As these practical exams may influence teacher candidates' academic success and quality of life, it is of importance to explore factors that can lead to variation in emotional responses to practical academic examination. In the present study I investigated whether the big five personality traits together with narcissism may have ability to predict the anxiety and self-confidence in physical education teacher candidates immediately before archery course final exam. Method: The sample consisted of 52 college student athletes ranging in age from 20 to 24. Participants first completed the measures of the Big Five personality traits and narcissism measures. Then, their anxiety and self-confidence levels were measured via 100 mm visual analogue (VAS) scale immediately before the archery practical final exam. Results: Results indicated that the Big Five personality traits agreeableness (r=.34, p=.026) and openness to experience (r=.39, p=.010) was positively correlated to anxiety. Contrary, narcissism was negatively correlated to anxiety (r=.41, p=.006) and positively correlated to self-confidence (r=.31, p=.044). In two regression analyses in a stepwise fashion, I tested whether the model consisting of the Big Five personality traits and narcissistic personality can predict pre-exam anxiety and self-confidence. Results demonstrated that final model containing solely narcissism may explain significant amount of variation in both anxiety [F (1,42)= 9.40, p=.004, B=-.31, R2adj=.17] and self-confidence [F (1,42)= 4.91, B=-.201, R2adj=.09]. Conclusion: Observed results indicated that individuals high on narcissism may have lower level of anxiety and higher level of self-confidence before a practical academic examination. Therefore, I concluded that the association of narcissistic personality with low anxiety and high confidence may stem from narcissistic individuals' use of self enhancement strategies. Keywords: Big Five personality, narcissism, anxiety, self-confidence, archery

SB336

FUTBOL HAKEMLERİNİN STRES KAYNAKLARI VE BAŞ ETME DAVRANIŞLARININ İNCELENMESİ

[2]Nurgül Özdemir, [1]Ulaş Aksoy

[1]Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Eğitimi Anabilimdalı, AYDIN
[2]İzmir Demokrasi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Spor Bilimleri Bölümü, İZMİR

Email : *nozdemir@adu.edu.tr, ulasaksoy@gmail.com*

Yaşamın her geçen gün daha karmaşık hale geldiği günümüz toplumunda, birey kendini bu karmaşık ve hızlı döngünün yarattığı baskı altında hissedebilir. Stres bu baskıya verilen tepki, karşılık olarak tanımlanabilir. Birey günlük yaşam içerisine çeşitli nedenlerle strese maruz kalabilir. Bu nedenlerin bazıları günlük rutin işlerle olabilirken, bazıları da profesyonellik gerektiren bireyin işi ile ilgilidir. Yapılan işe özgü koşullar nedeni ile diğer işlere oranla daha çok strese maruz kalınan işlerden biri de hakemliktir.

Futbol hakemleri yönettikleri müsabakada yaşadıkları stresi fark edip ne kadar yönetebilirlerse, o kadar başarılı sonuç ortaya koyarlar. Bu nedenle bu çalışmada futbol hakemlerinin stres kaynakları ve hakemlerin stres altında en sık gösterdikleri davranışların neler olduğu incelenmeye çalışılmıştır.

Araştırma nitel araştırma modelinde yürütülmüştür. Araştırma verilerinin toplanmasında yarı yapılandırılmış görüşme tekniği kullanılmıştır. Verilerin çözümlenmesinde betimsel analiz tekniği kullanılmıştır. Araştırma verileri Aydın ilinde görev yapan 120 futbol hakeminden toplanmıştır.

Araştırma sonucunda futbol hakemlerinin en yoğun hissettikleri stres kaynağının hatalı karar verme, iş yükünün fazlalığı, fiziksel veya psikolojik olarak müsabakaya hazır hissetmeme olduğu bulunmuştur. Futbol hakemlerinin stres altında en fazla sergiledikleri davranışın ise, müsabakaya konsantrasyonunu sağlamaya odaklanma, en adil ve doğru kararı vermeye çalışma ve sözlü uyarıda bulunma olduğu tespit edilmiştir.

ANALYSIS OF STRESS SOURCES AND COPING BEHAVIORS OF FOOTBALL REFEREES

In today's society where life is becoming more and more complex, the individual may feel himself under the pressure created by this complex and fast turnaround. Stress can be defined as the response to this edition, the response. Individuals may be exposed to daily life for various reasons. Some of these reasons may be with daily routines, while others are related to the work of an individual who requires professionalism. One of the jobs that are exposed more to the stress than the other jobs is the referee.

Soccer referees are able to realize the stress they are experiencing in the competition and manage how much they can achieve it. For this reason, in this study, it was tried to investigate the sources of stress of football referees and what is the most common behavior of referees under stress.

The research was conducted in a qualitative research model. Semi-structured interview technique was used to collect research data. Descriptive analysis technique was used in analyzing the data. The research data were collected from 120 football referees working in Aydın.

As a result of the research, it was found that the stress source that football referees feel most intense is wrong decision making, excessive workload, not feeling ready to compete physically or psychologically. The most common behavior of football referees under stress was determined to focus on the concentration of the competition, to try to make the most fair and correct decision, and to give oral warning.

SB336

FUTBOL HAKEMLERİNİN STRES KAYNAKLARI VE BAŞ ETME DAVRANIŞLARININ İNCELENMESİ

[2]Nurgül Özdemir, [1]Ulaş Aksoy

[1]Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Eğitimi Anabilimdalı, AYDIN
[2]İzmir Demokrasi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Spor Bilimleri Bölümü, İZMİR

Email : *nozdemir@adu.edu.tr, ulasaksoy@gmail.com*

Yaşamın her geçen gün daha karmaşık hale geldiği günümüz toplumunda, birey kendini bu karmaşık ve hızlı döngünün yarattığı baskı altında hissedebilir. Stres bu baskıya verilen tepki, karşılık olarak tanımlanabilir. Birey günlük yaşam içerisine çeşitli nedenlerle strese maruz kalabilir. Bu nedenlerin bazıları günlük rutin işlerle olabilirken, bazıları da profesyonellik gerektiren bireyin işi ile ilgilidir. Yapılan işe özgü koşullar nedeni ile diğer işlere oranla daha çok strese maruz kalınan işlerden biri de hakemliktir.

Futbol hakemleri yönettikleri müsabakada yaşadıkları stresi fark edip ne kadar yönetebilirlerse, o kadar başarılı sonuç ortaya koyarlar. Bu nedenle bu çalışmada futbol hakemlerinin stres kaynakları ve hakemlerin stres altında en sık gösterdikleri davranışların neler olduğu incelenmeye çalışılmıştır.

Araştırma nitel araştırma modelinde yürütülmüştür. Araştırma verilerinin toplanmasında yarı yapılandırılmış görüşme tekniği kullanılmıştır. Verilerin çözümlenmesinde betimsel analiz tekniği kullanılmıştır. Araştırma verileri Aydın ilinde görev yapan 120 futbol hakeminden toplanmıştır.

Araştırma sonucunda futbol hakemlerinin en yoğun hissettikleri stres kaynağının hatalı karar verme, iş yükünün fazlalığı, fiziksel veya psikolojik olarak müsabakaya hazır hissetmeme olduğu bulunmuştur. Futbol hakemlerinin stres altında en fazla sergiledikleri davranışın ise, müsabakaya konsantrasyonunu sağlamaya odaklanma, en adil ve doğru kararı vermeye çalışma ve sözlü uyarıda bulunma olduğu tespit edilmiştir.

ANALYSIS OF STRESS SOURCES AND COPING BEHAIVORS OF FOOTBALL REFEREES

In today's society where life is becoming more and more complex, the individual may feel himself under the pressure created by this complex and fast turnaround. Stress can be defined as the response to this edition, the response. Individuals may be exposed to daily life for various reasons. Some of these reasons may be with daily routines, while others are related to the work of an individual who requires professionalism. One of the jobs that are exposed more to the stress than the other jobs is the referee.

Soccer referees are able to realize the stress they are experiencing in the competition and manage how much they can achieve it. For this reason, in this study, it was tried to investigate the sources of stress of football referees and what is the most common behavior of referees under stress.

The research was conducted in a qualitative research model. Semi-structured interview technique was used to collect research data. Descriptive analysis technique was used in analyzing the data. The research data were collected from 120 football referees working in Aydın.

As a result of the research, it was found that the stress source that football referees feel most intense is wrong decision making, excessive workload, not feeling ready to compete physically or psychologically. The most common behavior of football referees under stress was determined to focus on the concentration of the competition, to try to make the most fair and correct decision, and to give oral warning.

SB384

BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİNİN YÜKSEK NOT VERME NEDENLERİNİN İNCELENMESİ

[2]Sinan Uğraş, [1]Ahmet Enes Sağın

[1]İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü/Malatya
[2]Milli Eğitim Bakanlığı Sümer Ortaokulu/Malatya

Email : *sinanugras@gmail.com, ahmet_enes355@hotmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmada beden eğitimi öğretmenlerinin beden eğitimi ve spor derslerinde yüksek not verme nedenlerinin ortaya konulması ve bu duruma neden olan faktörlerin tespit edilmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Bu çalışmada nitel araştırma yöntemlerinde fenomoloji çalışması kullanılmıştır. Çalışmanın örneklem grubunu Malatya Milli Eğitim Müdürlüğüne bağlı okullarda çalışan 10 beden eğitimi öğretmeni oluşturmuştur. Ölçüt örneklem yöntemine göre beden eğitimi dersinde öğrencilere verdikleri not ortalaması en yüksek olan öğretmenler katılımcı olarak seçilmiştir. Veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından hazırlanan yarı yapılandırılmış mülakat formu kullanılmıştır. Beden eğitimi öğretmenleri ile 50-70 dk. arası görüşmeler yapılmış olup veri kaybının yaşanmaması için ses kaydı alınmıştır. Katılımcılar B.E.Ö.1, B.E.Ö.2, vb. şeklinde kodlanmıştır. Yazılı ortama aktarılan veriler ışığında betimsel ve içerik analizleri yapılmıştır. Araştırmanın iç geçerliliği için görüşme sonucunda Word belgesine aktarılan belgeler öğretmenlere gönderilmiş ve katılımcı teyidi alınmıştır. Araştırmanın güvenilirliği için Miles ve Huberman'ın (1994) formülü (=görüş birliği / (görüş birliği +görüş ayrılığı) kullanılmıştır.

Bulgular: İçerik analizleri sonucunda beden eğitimi öğretmenlerinin yüksek not verme nedenleri 4 tema altında incelenmiştir. "Velilerin bakışı", "okul yönetiminin yaklaşımı", "Not vermeye karşı olma" ve "özel okullarda yüksek not verilmesi" temaları tespit edilmiştir.

Sonuç: Bazı beden eğitimi öğretmenleri velilerle ve okul yönetimi ile not konusunda kendilerini baskıda hissettikleri ve sorun yaşamamak için yüksek not verdiklerini ifade etmişlerdir. Bunlarında yanında bazı beden eğitimi öğretmenleri, özel okullarda yüksek not verilmesi nedeniyle adaleti sağlamak için yüksek not verdikleri içerik analizi sonucunda ortaya çıkmıştır.

EXAMINATION OF WHY PHYSICAL EDUCATION TEACHERS GIVE HIGHER GRADES

Introduction and Purpose: In this study, it was aimed to determine why physical education teachers give high marks in physical education and sports lessons and to determine the factors causing this situation.

Method: In this study, phenomology study was used in qualitative research methods. The sample group of the study consisted of 10 physical education teachers working in schools affiliated to Malatya National Education Directorate. According to the criteria sampling method, the teachers with the highest average grade in the physical education class were selected as the participants. A semi-structured interview form prepared by researchers was used as data collection tool. The interviews with the physical education teachers were made between 50-70 minutes and a voice recording was taken to prevent data loss. Partipiciants was coded as B.E.Ö.1, B.E.Ö.2. Descriptive and content analyzes were performed on the data that were transferred to the written format. As a result of the interview for the internal validity of the research, documents submitted to the Word document were sent to the teachers and the participant confirmation was received. For the credibility of the study Miles and Huberman's (1994) formula (= consensus / (opinion consensus + opinion disposition) was used.

Findings: As a result of the content analysis, reasons for giving high grades by physical education teachers were examined under 4 themes. It was determined that "the views of the parents", "the approach of the school administration", "opposition to grading" and "high grading in private schools" were identified.

Results: Some physical education teachers said they felt under pressure about grading because of the parents and the school administration, and stated that they gave high marks to prevent possible conflicts with the parents. In addition, some physical education teachers have emerged as the result of content analysis of high schools in order to ensure justice among students because

SB387

FORMASYON ÖĞRENCİLERİNİN SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGI DÜZEYLERİNİN SPOR VE FARKLI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ

[2]Gökhan Bayraktar, [3]Erdogan Tozoglu, [4]Esra Bayram, [3]Mücahit Dursun, [1]Hasan Ceyhun Can

[1]GAZİ ÜNİVERSİTESİ,SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ANKARA.
[2]AĞRI IBRAHİM ÇEÇEN ÜNİVERSİTESİ, BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOLKULU, AĞR
[3]ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ, KAZIM KARABEKİR EĞİTİM FAKÜLTESİ, ERZURUM.
[4]ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ, KIŞ SPORLARI ENSTİTÜSÜ, ERZURUM.

Email : *gokbayraktar@gmail.com, etozoglu@hotmail.com, esrabayraam@hotmail.com, mucahitdursun1903@gmail.com, cyhncn@gmail.com*

Bu çalışmanın amacı, Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi pedegojik formasyon programında öğrenim gören öğrencilerin sosyal görünüş kaygı düzeylerinin spor ve farklı değişkenler açısından incelenmesidir. Çalışmanın örneklemini, 2017-2018 eğitim-öğretim yılında formasyon programında öğrenim gören 159 kadın ve 121'i erkek olmak üzere toplam 280 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Çalışmada, Doğan (2010) tarafından geliştirilen "Sosyal Görünüş Kaygısı" ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 16 paket programı kullanılmıştır. Demografik özelliklerin belirlenmesinde frekans dağılımı, iki bağımsız değişken ile sosyal görünüş kaygısı arasındaki ilişkiyi incelemek için T testi, ikiden fazla değişken ile sosyal görünüş kaygı düzeyi arasındaki ilişkiyi incelemek için ise Anova testleri kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki fark p:0,05 anlamlılık düzeyi esas alınarak yorumlanmıştır. Elde edilen bulgulara göre bireylerin sosyal görünüş kaygıları ile cinsiyet, yaş, aile yapısı, medeni durum, yapılan spor türü, haftalık spor yapma süresi ve spor yapma amaçları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilirken, spor yapma durumu ve aylık gelir düzeyi arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Spor yapmanın öğrencilerde sosyal görünüş kaygısı üzerinde olumlu etkisi sonucundan yola çıkarak, eğitimin farklı kademelerinde öğrenim gören öğrencileri spor yapmaya teşvik etmek ve sosyal görünüş üzerinde etkisi olabileceği düşünülen farklı değişkenlerinde belirlenmesi önerilmektedir.

EXAMINATION OF SOCIAL APPEARANCE ANXIETY LEVELS OF FORMATION STUDENTS IN TERMS OF SPORT AND DIFFERENT VARIABLES

The aim of this study is to examine the social appearance anxiety levels of students who were educated in the pedagogic formation program at the Kazım Karabekir Faculty of Education of Ataturk University in terms of sports and different variables. The sampling of the study consists of 280 university students, 159 females and 121 males, who were educated in the formation program in the 2017-208 academic year. In this study, "Social Appearance Anxiety" scale developed by Doğan (2010) was employed. In the analysis of the data, SPSS 16 package program was used. Frequency distribution was used in determining demographic characteristics, T-test was used to examine the relationship between two independent variables and social appearance anxiety and ANOVA tests were used to examine the relationship between more than two variables and the level of social appearance anxiety. The difference between the variables was interpreted based on the significance level p:0.05. According to the obtained results, while there was no significant difference observed between the social appearance anxiety of individuals and the gender, age, family structure, marital status, sports type, weekly sports duration and sports goals, there was a significant difference observed between the state of doing sports and monthly income level. When the positive effect of sports on social appearance anxiety in students is taken into account; it is recommended that students studying at different levels of education should be encouraged to do sports and different variables that are thought to have an impact on social appearance should be determined.

SB388

ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ SAĞLIK HİZMETLERİ MESLEK YÜKSEKOKULU ÖĞRENCİLERİNİN MERHAMET TUTUM DÜZEYLERİNİN FARKLI DEĞİŞKENLER ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

***[1]Abdulvahit Dogar*, [2]Erdogan Tozoglu, [3]Gökhan Bayraktar, [2]Öner Gülbahçe, [3]Metin Bayram**

[1]ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ, SAĞLIK MESLEK YÜKSEKOKULU, ERZURUM.
[2]ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ, KAZIM KARABEKİR EĞİTİM FAKÜLTESİ, ERZURUM.
[3]AĞRI IBRAHİM ÇEÇEN ÜNİVERSİTESİ, BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOLKULU, AĞR

***Email :** avahitdogar@gmail.com, etozoglu@hotmail.com, gokbayraktar@gmail.com, onergulbahce@atauni.edu.tr, metinbayram04@hotmail.com*

Bu araştırma, 2017-2018 eğitim-öğretim yılında Atatürk Üniversitesi Sağlık Meslek Yüksekokulunun farklı bölümlerinde öğrenim gören öğrencilerin merhamet düzeylerinin, spor ve farklı değişkenler açısından incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Çalışmaya, 121'i kadın, 83'ü erkek olmak üzere toplam 204 öğrenci katılmıştır. Araştırmada, Kişisel Bilgi Formu (KBF) ve Pommier (2011) tarafından geliştirilen, Akdeniz ve Deniz (2016) tarafından Türkçe'ye uyarlanan 24 ifadeden oluşan "Merhamet Yorgunluğu Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin analizinde, demografik özelliklerin belirlenmesinde frekans dağılımı, iki farklı bağımsız değişken ile merhamet düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemek için T testi ve ikiden farklı değişken ile merhamet düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemek için ise Anova Waryans analizi testleri kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki fark P; 0,05 anlamlılık düzeyi esas alınarak yorumlanmıştır. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre; Öğrencilerin merhamet düzeyi ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları ile cinsiyetleri, sınıf düzeyleri, spor yapma durumları ve ikametgâh ettikleri yer değişkenleri arasında anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Öğrencilerin yaş ve aile yapısı değişkenleri ile merhamet düzeyleri arasında ise anlamlı ilişki olmadığı görülmüştür. Sağlık kurumlarında tedavi amacıyla gelen hastaların tedavi sürecinde bulunan sağlık teknikerlerinin merhametli olması hem hastaları hem de hasta yakınlarını olumlu etkileyebileceği düşünülmektedir. Sağlık kurumlarında hizmet veren diğer personellerinde merhamet düzeylerinin belirlenmesi üzerinde olumlu etkiye sahip olacak değişkenlerin araştırılması önerilmektedir.

EXAMINATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN COMPASSION ATTITUDES LEVELS AND DIFFERENT VARIABLES OF ATATURK UNIVERSITY HEALTH SERVICES VOCATIONAL SCHOOL STUDENTS

This study was conducted in order to examine the levels of compassion of students who were educated in different departments of Atatürk University School of Health Vocational School in the 2017-28 academic year in terms of sports and different variables. A total of 204 students, 121 females and 83 males, participated in the study. In this study, Personal Data Form (KBF) and the "Compassion Fatigue Scale", which consists of 24 expressions developed by Pommier (2011) and adapted to Turkish by Akdeniz and Deniz (2016), were employed. In the analysis of data, frequency distribution was used in determining demographic characteristics, T-test was used to determine the relationship between two independent variables and levels of compassion and ANOVA Variance analysis tests were used to determine the relationship between two different variables and levels of compassion. The difference between the variables was interpreted based on the significance level p:0.05. According to the findings obtained from the study, a significant correlation was found between the mean scores of the students on compassion level scale and their gender, class levels, state of doing sports and their place of residence. It was observed that there was no significant relationship between students' age and family structure variables and the levels o

f compassion. It is thought that the health technicians who are in the process of treatment of patients in healthcare institutions can positively affect both patients and their relatives if they are compassionate. It is recommended to examine the variables that will have a positive impact on the determination of compassion levels of other personnel in healthcare institutions.

SB389

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMEN ADAYLARININ MERHAMET DÜZEYLERİNİN SPOR VE FARKLI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ

[2]Öner Gülbahçe, [2]Erdogan Tozoglu, [2]Mücahit Dursun, [1]Abdulvahit Dogar, [2]Kenan Şebin

[1]ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ, SAĞLIK MESLEK YÜKSEKOKULU, ERZURUM.
[2]ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ, KAZIM KARABEKİR EĞİTİM FAKÜLTESİ, ERZURUM.

Email : *onergulbahce@atauni.edu.tr, etozoglu@hotmail.com, mucahitdursun1903@gmail.com, avahitdogar@gmail.com, kenan.sebin@atauni.edu.tr*

Bu araştırma, 2017-2018 eğitim-öğretim yılında Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor bölümü ile Okul Öncesi bölümünde öğrenim gören öğretmen adaylarının merhamet düzeylerinin, spor ve farklı değişkenler açısından incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Çalışmaya, 156'sı kadın, 136'sı erkek olmak üzere toplam 292 öğrenci katılmıştır. Araştırmada, Kişisel Bilgi Formu (KBF) ve Pommier (2011) tarafından geliştirilen, Akdeniz ve Deniz (2016) tarafından Türkçe'ye uyarlanan 24 ifadeden oluşan "Merhamet Yorgunluğu Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin analizinde, demografik özelliklerin belirlenmesinde frekans dağılımı, iki farklı bağımsız değişken ile merhamet düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemek için T testi ve ikiden farklı değişken ile merhamet düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemek için ise Anova Waryans analizi testleri kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki fark P; 0,05 anlamlılık düzeyi esas alınarak yorumlanmıştır. Araştırma sonuçlarına göre; Öğrencilerin, merhamet düzeyi ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları ile cinsiyetleri, yaşları, öğrenim gördükleri bölüm, aile yapısı ve spor yapma durumları değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Çocukların gelişiminde önemli bir etkiye sahip olan öğretmenlerin, öğrencilerle olan ilişkilerinde merhametli olmaları çocukların gelişimi açısından önemli olabileceği düşüncesinden yola çıkılarak, öğretmenlerin merhamet düzeyleri üzerinde olumlu etkiye sahip olacak değişkenlerin belirlenmesi önem arz etmektedir.

EXAMINATION OF THE LEVEL OF COMPASSION OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS TEACHER CANDIDATES IN TERMS OF SPORTS AND DIFFERENT VARIABLES

This study was carried out in order to examine the level of compassion of teacher candidates who were educated in the Department of Physical Education and Sports, and Department of Preschool of Atatürk University in the 2017-28 academic year in terms of sports and different variables. A total of 292 students, 156 females and 136 males, participated in the study. In this study, Personal Data Form (KBF) and the "Compassion Fatigue Scale", which consists of 24 expressions developed by Pommier (2011), adapted to Turkish by Akdeniz and Deniz (2016), were employed. In the analysis of data, frequency distribution was used in determining demographic characteristics, T-test was used to determine the relationship between two independent variables and levels of compassion and ANOVA Variance analysis tests were used to determine the relationship between two different variables and levels of compassion. According to the results of the research, a significant correlation was found between the scores of the students on the scale of compassion and their gender, age, department of education, family structure and state of doing sports. It is important to determine the variables that will have a positive effect on the teachers' compassion levels by considering that teachers who have an important influence on the development of children are compassionate in their relations with students.

SB401

BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMEN ADAYLARININ WEB ORTAMINDA BİLGİ ARAMA VE YORUMLAMA STRATEJİLERİNİN BELİRLENMESİ: NEVŞEHİR ÖRNEĞİ

[2]Yunus Arslan, [1]Dürdane Lale

[1]Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü, Nevşehir,
[2]Pamukkale University, Faculty Of Sports Sciences, Denizli,

Email : *yunusarslan2003@gmail.com, lale8672@gmail.com*

Özet Giriş: Web ortamında sayısız bilgi kaynağı bulunmakta; bu da bir internet kullanıcısının bilgiye ulaşmak için çeşitli stratejilere sahip olmasını zorunlu kılmaktadır (Geçer ve İra, 2015). Üniversite öğrencileri de ihtiyaç duydukları her an bilgiyi arama ve bilgiye ulaşma konusunda iyi eğitimli ve donanımlı olmak zorundadır. Bu çalışmada, beden eğitimi öğretmen adaylarının (BEÖA) web ortamında bilgi arama ve yorumlama stratejilerinin bazı demografik değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Yöntem: Bu çalışmada nicel, deneysel olmayan ve kesitsel araştırma deseni kullanılmıştır. Çalışmaya Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesinde öğrenim gören 159 BEÖA (75 erkek, 84 Kadın, Yaş ortalaması= 20.75±1.77) gönüllü olarak katılmıştır. Veri toplama aracı olarak, orijinali Wu ve Tsai (2005) tarafından geliştirilen, Türkçe uyarlaması Geçer ve İra (2015) tarafından yapılan 'internette bilgi arama ve yorumlama stratejileri ölçeği' kullanılmıştır. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler, bağımsız gruplarda t testi ve tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır. Bulgular: Bulgulara göre, BEÖA'lar tarafından en çok kabul gören ifade 'eğer bilgi resmi kurumların (hükümet veya resmi eğitim kurumları) web sitesinde yayınlanmışsa doğruluğuna ve güvenirliğine inanırım (Ortalama= 3.99±1.11)' ifadesidir. 'Resmi ve uzman sitelerden sorgulama' alt boyutunda cinsiyet faktörü kadınlar lehine, sınıf düzeyi faktörü ise ikinci ve dördüncü sınıf BEÖA'lar lehine anlamlı farklılıklar ortaya çıkarmıştır ($p< 0.05$). Ayrıca, 'farklı kaynaklardan sorgulama' alt boyutunda günlük internet kullanım sıklığı ve bilgisayar kullanma yeterlik düzeyi değişkenleri açısından anlamlı farklılıklar bulunmuştur ($p< 0.05$). Sonuç: Bu çalışma sonuçları, kadın BEÖA'lar ile ikinci ve dördüncü sınıf BEÖA'ların, diğer BEÖA'lara göre resmi ve uzman sitelerden daha fazla sorgulama yaptıklarına ilişkin bazı kanıtlar sunmuştur. Dahası, günde bir saatten fazla internet kullanan ve ileri düzey bilgisayar kullanma yeterliğine sahip BEÖA'ların, diğerlerine oranla daha fazla farklı kaynaklardan sorgulama yaptıkları söylenebilir. Anahtar Kelimeler: Bilgi arama stratejileri, web ortamı, beden eğitimi, öğretmen adayı

DETERMİNATION OF WEB ENVIRONMENT SEARCHING AND COMMITMENT STRATEGIES OF PRESERVICE PHYSICAL EDUCATION TEACHERS: A NEVŞEHIR SAMPLE

Abstract Introduction: The internet user has to have several strategies for information searching as there are numerous sources of information in web environment (Geçer and Ira, 2015). Therefore, university students also have to be well equipped and educated about searching and finding information whenever they need. The purpose of this study was to examine web environment searching and commitment strategies of preservice physical education teachers (PPETs) according to some demographic variables. Method: A quantitative, non-experimental and cross-sectional research design was used. 159 PPETs (75 male, 84 Female, Mage= 20.75, SDage=1.77) from Nevşehir Hacı Bektaş Veli University participated in this study voluntarily. The data were collected by the questionnaire of information searching and commitment strategies on the internet, developed by Wu and Tsai (2005), and adapted to Turkish by Geçer and Ira (2015). Descriptive statistics, an independent samples t test, and one way analysis of variance were used to analyze the data. Results: The results showed that the most rated item was "I believe in the accuracy and reliability of the information if it is broadcast in official web sites (such as the government or education institutes) (M= 3.99, SD=1.11)" by PPETS. There are significant differences in the subscale of "searching in official and professional sites" regarding gender in favor of female PPETs and grade levels in favor of second and fourth grades ($p< 0.05$). There are also significant differences in "searching different sources" regarding frequency of internet usage and self-reported competency level of computer usage ($p< 0.05$). Conclusion: Overall, this research offers some evidence that female, and second or fourth grade PPETs search official and professional sites more than other

PPETs. Moreover, PPETs whose daily internet usage are more than one hour, and competency level of computer usage are advanced, search different sources more than others.

Key Words: Information searching strategies, web

SB431

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTELERİNİN FARKLI BÖLÜMLERİNDEN EĞİTİM ALAN ÖĞRENCİLERİN AKADEMİK MOTİVASYON VE BİLİNÇLİ FARKINDALIK DÜZEYLERİNDEKİ DEĞİŞİMLERİN KARŞILAŞTIRILMASI

[2]Recep Cengiz, [1]Utku Işık

[1]RECEP TAYYİP ERDOĞAN ÜNİVERSİTESİ, BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEK OKULU,RİZE
[2]MANİSA CELAL BAYAR ÜNİVERSİTESİ, SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ,MANİSA

Email : *rcengiz1965@gmail.com, utku.isik@erdogan.edu.tr*

GİRİŞ VE AMAÇ

Bu çalışmanın amacı; aynı fakültede farklı bölümlerde eğitim almakta alan öğrencilerin 1 eğitim-öğretim yılı içerisindeki akademik motivasyon ve bilinçli farkındalık düzeylerindeki değişimleri karşılaştırmaktır.

METOD

Çalışmaya Manisa Celal Bayar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinin 4 farklı bölümünde öğrenim gören toplam 306 1. Sınıf öğrencisi katılmıştır. Araştırmada "Akademik Motivasyon Ölçeği" (Vallerand ve ark.,1992; Karagüven, 2012) ve "Bilinçli Farkındalık Ölçeği" (Brown ve Ryan.,2003; Özyeşil ve ark.,2011) kullanılmıştır. Ölçekler öğrencilere 2017-2018 eğitim ve öğretim yılının başında ve sonunda doldurtulmuştur. Verilerin değerlendirilmesinde, tanımlayıcı istatistikiler, bağımlı örneklemler için t-testi, ANOVA ve ANCOVA testi kullanılmıştır.

BULGULAR

Grupların ön testlerinin birbirlerinden farklı olup olmadığına yönelik yapılan ANOVA testi sonucunda, gruplar arasında sadece "belirlenmiş dışsal motivasyon" alt boyutunda anlamlı farklılıklar ortaya çıkmıştır ($p<0,05$). Grupların düzeltilmiş son akademik motivasyon ortalamaları arasında gözlenen farkın anlamlı olup olmadığına ilişkin yapılan ANCOVA testi sonuçlarına göre; farklı bölümlerde 1 eğitim-öğretim yılı boyunca eğitim almış olan öğrencilerin, akademik motivasyon ölçeğine yönelik düzeltilmiş son puan ortalamalarında anlamlı farklılıklar ortaya çıkmıştır. ($p<0,05$) Buna göre Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliğinde okuyan öğrenciler diğer tüm bölümlerdeki öğrencilere göre motivasyonsuzluk alt boyutu hariç diğer tüm alt boyutlarda daha düşük ortalamalar elde etmişlerdir. Spor Yöneticiliği bölümündeki öğrenciler ise motivasyonsuzluk alt boyutu hariç diğer tüm alt boyutlarda diğer bölümlerdeki öğrencilere oranla anlamlı şekilde daha yüksek ortalamalar elde etmiştir ($p<0,05$). Grupların düzeltilmiş son bilinçli farkındalık ortalamaları arasında gözlenen farkın anlamlı olup olmadığına ilişkin yapılan ANCOVA testi sonuçlarına göre ise, bilinçli farkındalığa yönelik düzeltilmiş son puan ortalamalarında anlamlı farklılıklar ortaya çıkmıştır ($F(3,301)=4,722$; $p<0,05$).

SONUÇ

Sonuç olarak Spor Bilimleri Fakültesinin farklı bölümlerinde okuyan öğrenciler arasında 1 eğitim-öğretim yılı sonunda akademik motivasyon ve bilinçli farkındalık düzeyleri açısından anlamlı farklılıklar ortaya çıkmıştır. Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümünde okuyan öğrencilerin ön test puanlarına göre düzeltilmiş son puanları diğer bölüm öğrencilere göre daha düşükken; Spor Yöneticiliği öğrencilerinin ortalamaları daha yüksek bulunmuştur.

COMPARISON OF CHANGE OF ACADEMIC MOTIVATION AND MINDFULNESS LEVELS AMONG STUDENTS WHO TAKE EDUCATED FROM DIFFERENT DEPARTMENTS OF SPORT SCIENCES FACULTY

INTRODUCTION AND PURPOSE

The purpose of this study is; to compare of changes in the level of academic motivation and mindfulness within one academic year of the students who are studying in different departments in the same faculty.

METHOD

A total of 306 first year students, Manisa Celal Bayar University Faculty of Sports Sciences in 4 different departments in attented. In the study, "Academic Motivation Scale" and " Mindful Attention Awareness Scale" were used. The scales were filled to the students at the beginning and end of the academic year of 2017-2018. In the evaluation of the data, descriptive statistics, t-test for dependent samples, ANOVA and ANCOVA test were used.

RESULTS

As a result of the ANOVA test on whether the pre-tests of the groups were different from each other, significant differences were found only in the "designated external motivation" sub-dimension among the groups ($p < 0,05$). According to the results of the ANCOVA test on whether the difference between the groups' corrected post-test academic motivation averages is meaningful, there were significant differences in the average scores of the post-test scores adjusted for the academic motivation scale of the students who were studied during the one academic year in different departments. ($p < 0.05$). According to the results of the ANCOVA test regarding whether the difference between the groups' adjusted post-test mindfulness avareges is meaningful, significant differences were found in the adjusted post-test average scores for mindfulness ($p < 0,05$).

CONCLUSION

As a result, significant differences in academic motivation and mindfulness levels emerged at the end of one academic year among the students studying in different departments of Faculty of Sports Sciences. The post-test scores adjusted for pre-test scores of the students studying in the Department of Physical Education and Sports Teaching are lower than the other departments; The averages of the Sports Management students were found higher.

SB454

İMAM HATİP ORTAOKULU ÖĞRENCİLERİNİN BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR DERSİNE KATILIMINA YÖNELİK ANA BABA TUTUMLARININ FARKLI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ

***[1]Mehmet Ertuğrul Öztürk*, [2]Ahmet Yaşar, [1]Mehmet Ertuğrul Öztürk**

[1]Atatürk Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü, Erzurum, Türkiye
[2]İMKB Anadolu Lisesi, Erzurum, Türkiye

***Email :** meozturk@atauni.edu.tr, , meozturk@atauni.edu.tr*

Bu araştırmanın amacı Erzurum ili merkez ilçelerinde bulunan, imam hatip ortaokulu öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine katılımlarına yönelik ebeveyn tutumlarını incelemektir. Araştırmaya 2015-2016 eğitim-öğretim yılıda Erzurum ili merkez ilçelerinde bulunan 6 imam hatip ortaokulundan 394 öğrenci velisi (anne ya da baba) katılmıştır. Verilerin toplanmasında araştırmacı ve danışmanı tarafından geliştirilen kişisel bilgi formu ve Öncü (2007) tarafından geliştirilen, beden eğitimi dersine yönelik ana-baba tutum ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 22.00 paket programı kullanılarak demografik özellikleri belirlemek için yüzde ve frekans analizleri yapılmıştır. Bağımsız değişkenler ile beden eğitimi ve spor dersine yönelik ebeveyn tutumları arasındaki ilişkiyi belirlemek için 0,05 anlamlılık düzeyinde, Independent Sample T Testi ve One way ANOVA testleri kullanılmıştır. Araştırma bulgularına göre katılımcıların cinsiyeti, spor yapma durumları, sporla ilgili yayınları takip etme durumları, spor yarışma ve müsabakalarını izleme durumları, çocuklarının cinsiyeti, sınıf seviyesi, okul başarılarını nasıl değerlendirdiği, okul takımında oynama durumu, bir spor kulübünde spor yapma durumu ve beden eğitimi öğretmeninin cinsiyeti değişkenleri ile beden eğitimi ve spor dersine yönelik ebeveyn tutumları arasında anlamlı bir farklılığın olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların eğitim durumu, aylık gelir seviyesi, spor yapanların yaptıkları spor türü ve spor yapanların haftalık spor saati değişkenleri ile beden eğitimi dersine yönelik ebeveyn tutumları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. Sonuç olarak spor yapan ve sporla ilgili olan ebeveynlerinin beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutumlarının daha olumlu olduğu görülmüştür. Anahtar Sözcükler: Ebeveyn, Tutum, Beden Eğitimi ve Spor Dersi

THE STUDY ON PARENT ATTITUDES TOWARDS IMAM-HATIP SECONDARY SCHOOL STUDENTS PARTICIPATION OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS CLASS IN TERMS OF DIFFERENT VARIABLES

The aim of this study is to examine the parent attitudes towards the participation of Imam-Hatip Secondary School students in central districts of Erzurum in physical education and sports class in terms of different variables. 394 students' parents from 6 different Imam-Hatip secondary schools in the central districts of Erzurum in 2015-2016 academic year participated in this research. Data of the study were collected through the personal information form developed by the researcher and consultant and the scale of parent attitude towards physical education and sports class developed by Öncü (2007). Percentage and frequency analysis were done to determine the demographic characteristics by using SPSS 22.00 software package in the analysis of data. Independent Sample T-Test and One-way ANOVA tests, with 0.05 level of significance, were used to determine the relationship between independent variables and parental attitudes towards physical education and sports class. As claimed by the findings, it was determined that there is a significant differentiation between the variables of the participants' genders, their state of doing sports, their state of following the publications on sports, watching sport competitions, their children's gender, grade level, how they evaluate school success, playing in the school team status, taking part in a sports club and the gender of the physical education teacher and parental attitudes towards physical education and sports class. It was determined that there isn't any significant differentiation between the variables of the participants' education level, monthly income level, type of sports and sports doing hour per week and parental attitudes towards physical education and sports class. As a conclusion, the attitudes of the parents, who are doing sports or related to sports, towards physical education and sports class are found to be more positive. Key Words: Parents, Attitude, Physical Education and Sport Class

SB464

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENİ ADAYLARININ ÖĞRETMENLİĞE HAZIR OLMA DURUMLARININ İNCELENMESİ

***[1]Metin Yılmaz*, [2]Yunus Emre Karakaya, [2]Yüksel Savucu**

[1]Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Doktora Öğrencisi, ELAZIĞ
[2]Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ELAZIĞ

***Email :** metinylmz1@hotmail.com, emrekarakaya@firat.edu.tr, ysavucu@firat.edu.tr*

ÖZET

Amaç: Bu araştırma, Türkiye'de spor eğitimi kurumlarında eğitim almakta olan beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının öğretmenlik mesleğine hazır olma durumlarını belirlemek amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Veri toplamak amacıyla 552 Beden eğitimi ve spor öğretmeni adayına Yıldırım & Kalman (2016) tarafından geliştirilen ve geçerlik/güvenirlik çalışmaları yapılmış olan "Öğretmenliğe Hazır Olma Ölçeği" uygulanmıştır. Ölçek 20 maddeden ve 4 alt boyuttan oluşmaktadır (Etkili Öğrenme Ortamı Oluşturma (EÖOO), Öğretim Sürecini Tasarlama (ÖST), Teknopedagojik Yeterlik (TY) ve Öğreneni Anlama (ÖA) alt boyutu). Elde edilen verilere SPSS 22.0 paket programı kullanılarak normallik analizi yapılmıştır. Bu doğrultuda parametrik testlerin uygulanmasına karar verilmiştir. Ayrıca bağımlı değişkenler arasında ne düzeyde bir ilişki olduğunu belirlemek için "Pearson korelasyon analizi" yapılmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının öğretmenliğe hazır olma durumlarına bakıldığında; cinsiyet değişkeninde ÖST ve ÖA alt boyutlarında, hangi eğitim sektöründe çalışmak istediği değişkeninde ÖST ve TY alt boyutlarında, öğrenim gördüğü bölüm ve sınıf düzeyinde ise tüm alt boyutlarda anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Yapılan korelasyon analizi sonucunda ise en güçlü ilişkinin EÖOO alt boyutu ile ÖST alt boyutu arasında pozitif yönde ve çok yüksek düzeyde olduğu görülmüştür ($r= 0.807$; $p<0.000$).

Anahtar Kelimeler: Yükseköğretim, Spor Eğitimi, Öğretmen Adayları.

INVESTIGATION OF THE PREPAREDNESS TO TEACH STATUS OF PROSPECTIVE PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS TEACHERS

ABSTRACT

Aim: This study was conducted in order to determine the preparedness to teach status of prospective physical education and sports teachers, who study in sports education institutions in Turkey.

Method: In order to collect the data, the Preparedness to Teach Scale, which was adopted into Turkish by Yıldırım & Kalman (2016) along with its validity and reliability studies, was conducted with 552 prospective physical education and sports teachers. The scale consists of 20 matters and 4 subscales (Forming an effective learning atmosphere (FELA), Designing the instructional process (DIP), Techno-pedagogical competency (TC) and Understanding the learner (UL)). The collected data were analyzed for normality by using SPSS 22.0 package software. Accordingly, it was decided to conduct parametric tests. Additionally, the "Pearson correlation analysis" was conducted in order to determine the level of relationship between the dependent variables.

Findings and Conclusion: In the investigation of the prepared to teach status of prospective physical education and sports teachers, it was determined that significant differences were observed in the DIP and TC subscales for the variable of gender, in DIP and TC subscales for the variable of the desired sector of education to work and in every subscale for the variable of department and grade of study. As a result of the correlation analysis conducted, the strongest relationship was determined between FELA and DIP subscales, which was positive and at a very high level ($r= 0.807$; $p<0.000$).

Keywords: Higher Education, Sports Education, Prospective Teachers

SB476

ORTAOKUL VE LİSE ÖĞRENCİLERİNİN BEDEN EĞiTİMİ VE SPOR DERSİNE İLİŞKİN TUTUMLARIN KARŞILAŞTIRILMASI

[1]Seçkin İşgüzar, [2]Adem Poyraz, [3]Şeniz Karagöz

[1]Afyon Kocatepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü , AFYONKARAHİSAR
[2]Afyon Kocatepe Üniversitesi BESYO
[3]Afyon Kocatepe Üniversitesi BESYO

Email : *seckin031992@gmail.com, ,*

ORTAOKUL VE LİSE ÖĞRENCİLERİNİN BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR DERSİNE İLİŞKİN TUTUMLARIN KARŞILAŞTIRILMASI

ÖZET Giriş ve Amaç: Toplumumuzda spor yapma alışkanlığının yeterli seviyede olmadığı görülmektedir. Bu nedenle bireylerin beden eğitimi ve spora karşı görüşleri merak edilmektedir. Bu araştırmada ortaokul ve lise öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine ilişkin tutumlarının incelenmesi amaçlanmıştır. Yöntem ve Metot: Araştırmanın evreni Afyonkarahisar il merkezindeki lise ve ortaokul kurumlarındaki öğrenciler oluşturmaktadır. Anket olarak Güllü ve Güçlü (2009)tarafından geliştirilen ortaöğretim öğrencileri için Beden Eğitimi ve Spor dersi ile ilgili tutum ölçeğinde 5'li likert tipi anket uygulanmış, güvenirlilik katsayısı 0,80 olarak ve tutarlılık katsayısı (Cronbach Alfa) 0,94 olarak bulunmuştur. Ankete 150 ortaokul, 137 lise öğrencisi olmak üzere toplam 287 öğrenci katılmıştır. Verilerin değerlendirilmesi, tanımlayıcı istatistikler frekans (f), yüzde (%) ve ortalamaları, İndepentet-Samples T testi, Tek Yönlü One-WayAnovaVaryans Analizi uygulanarak, anlamlılık düzeyi; $p<0.05$ olarak kabul edilmiştir. Bulgular Beden eğitimi ve spor dersine karşı tutumlarıyla ilgili bazı maddelerinde her ne kadar anlamlı bir fark olsa da, genelde tutum ortalamaların Ortaokul düzeyindeki öğrencilerin (3,4987) iyi, lise düzeyindeki öğrencilerin ise (3,3939) orta düzeyde olduğu görülürken, anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır ($P<0,05$). Ortaokul ve lise düzeyindeki öğrencilerin genel olarak beden eğitimi ve spor dersine karşı tutumlarının (3,4463) iyi düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Sonuç Araştırmaya katılan ortaokul ve lise öğrencilerinin Beden Eğitimi ve Spor dersine yönelik tutum görüşlerinin birbirine çok yakın ve iyi yönde sergilediklerini söyleyebiliriz. Anahtar Kelimeler : Beden Eğitimi, Spor, Tutum, Ortaokul, Lise

COMPARISON OF HIGH SCHOOL AND SECONDARY SCHOOL STUDENTS' ATTITUDES TOWARDS PHSYICAL EDUCATION AND SPORT CLASSES

COMPARISON OF HIGH SCHOOL AND SECONDARY SCHOOL STUDENTS' ATTITUDES TOWARDS PHSYICAL EDUCATION AND SPORT CLASSES

ABSTRACT Introduction and Aim: In spite of the fact that sporting habits of our society are not enough, opinions of students about physical education and sport classes are wondered. The purpose of this research is analyzing high school and secondary school students' attitudes towards physical education and sport classes.

Method: The scope of the research includes high school and secondary school students in the central district of Afyonkarahisar. As results of the applied survey, which has been improved by Gullu and Guclu(2009) for the purpose of surveying secondary school students by using Likert-type Scale, the coefficient for trustworthiness as 0,80 and coefficient for consistency (Cronbach Alfa) as 0.94 have been found. 287 students (150 secondary school students and 137 high school students) has participated the survey. Degree of relevance accepted as $p < 0.05$ by applying assessment of data, definitive statistics frequency (f), percentages (%) and their averages, Independent Samples Test (t) and One Way Anova Variation Analysis.

Findings: Even though there is a meaningful difference in some articles about attitudes towards physical education and sport classes, average of attitudes in secondary school students (3,49870) is good, the high school students are medium(3,3939) and there is no significant association found($p<0.05$). It has been identified that, in general, attitudes of high school and secondary students towards physical education and sport classes are (3,4463) good.

Result As a conclusion the attitudes of high school students and secondary school students towards physical education and sport classes can be defined as good and at the close levels each other.

Key Words:Physical Education, Sport, Attitude, High School, Secondary School

SB477

TAKTİKSEL OYUN YAKLAŞIMININ ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN YARATICILIK DÜZEYLERE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

[2]Mehmet Şükrü Savaş, [1]Emin Süel

[1]Aksaray Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Aksaray
[2]Aksray Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aksaray

Email : *mehmetsukrusavas@gmail.com, eminsuel51@gmail.com*

Bu Çalışmanın Amacı; taktiksel oyun yaklaşım modelinin ortaokul öğrencilerinin yaratıcılık düzeylere etkisinin incelenmesidir. Araştırma grubunu; 51'i kız ve 97'si erkek (yaş=11,3919+ 1,10432) olmak üzere 148 öğrenciden oluşturmaktadır. Araştırmanın amacına ulaşmak için Torrance(1966) yılında geliştirilen Aslan(2001) tarafında Türkçeye uyarlanan yaratıcılık ölçeği ve Oslin, Mİtchell ve Griffin, (1998) tarafında geliştirilen taktiksel oyun yaklaşımı modeli (TOYA) ölçeği kullanılmıştır. 12 hafta boyunca beden eğitimi ve spor derslerinde taktiksel oyun yaklaşımı uygulamaları yaptırılmıştır ve Araştırmada ön test, son test kontrol gruplu deneysel desen kullanılmıştır. Verilerin çözüm ve yorumlanmasında, frekans testi, tanımlayıcı istatistiksel testler, shapiror wilk testi, paried samples t-Testi, Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi kullanılarak anlamlılık p<0,05 alınmıştır. Bu çalışmada; taktiksel yaklaşım ve yaratıcılık düzeylerine göre; deney ve kontrol grubu sonuçları arasında anlamlı bir farklılığın olduğu ayrıca deney ve kontrol grupları ön test ve son test sonuçları arasında anlamlı bir farklılığın olduğu bulunmuştur. Branş değişkenine kontrol grubu sonuçları arasında ön test ve son test sonuçları arasında anlamlı bir farklılığın olduğu bulunmuştur. Bu çalışmanın sonucunda; ortaokul öğrencilerine uygulanan taktiksel oyun yaklaşımı uygulamalarının öğrencilerin yaratıcılık düzeylerini olumlu yönde etkilediği sonucunu ortaya çıkarmaktadır. Anahtar Kelimeler: Ortaokul, Öğrenci, Taktiksel Oyun Yaklaşımı, Yaratıcılık

INVESTIGATION OF THE EFFECT OF TACTICAL GAMING APPROACH ON SECONDARY SCHOOL STUDENTS' CREATIVITY LEVEL

The purpose of this study is to invtigation of the effect of tactical gaming approach model on secondary school students' creativity level. The research group was made of 5th,6th,7th,8th 97 boy, 51 girls,148 (age=11,3919+ 1,10432) in total studying secondary school located in the Aksaray province . To achieve the purpose of the research, Creativity Scale developed by Torrance (1966) adapted to Turkish by Aslan (2001) and Tactical Gaming Approach Model Scale By Oslin, Mİtchell ve Griffin, (1998) were based on and applied to the students that participated in the research. 12 weeks of instruction in physical education and sports courses including of it was made applications based on tactical game approach and in the study, an experimental research design with pre-test/post-test and control group was used.In the analysis and assessment of the data, frequencies test, descriptive statistics, wilcoxon signed rank test for paried samples, Paried Samples T-Test, and was used and significance was taken as P<0.05 . Within this study; there was a significant difference between the results of the experimental and control groups; and there was significant difference between post-test results of the experimental and control groups, tactical approach and creativity. There was a significant difference was found between tactical game approach and creativity levels according to branch variable. There is a relationship between creativity sub-dimension according to team sport, formal fluency, enrichment, explanatory of formal titles and enrichment levels of creativity sub-dimension according to individual sport. As a result of this study; reveals that the tactical game approach applied to secondary school students positively influences the level of students' creativity Key Words: Secondary School, Students, Tactical Gaming Approach, Creativity

SB502

YÖRESEL ÇOCUK OYUNLARININ SPOR BRANŞLARINA UYARLANARAK TEMEL TEKNİK ÖĞRETİMİNDE KULLANILMASI

[1]R.Nazım Saraçoğlu, [1]Ahmet Şirinkan

[1]Atatürk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, ERZURUM

Email : *asirinkan@hotmail.com, asirinkan@hotmail.com*

Amaç: Bu araştırmanın amacı, yöresel çocuk oyunlarının spor branşlarına uyarlanarak temel tekniklerin öğretiminde kullanılmasını sağlamaktır. Materyal ve Metot: Araştırmaya Türkiye'nin yedi bölgesinden çocuk oyunları alınmıştır. Oyunlar eşli ve grup oyunları şeklinde 2 grupta toplanmıştır. Her oyunun hangi spor branşlarında uygulanabileceği belirtilerek bireysel ve takım sporlarına göre gruplandırmalar yapılmıştır. Seçilen çocuk oyunları yaz okulu döneminde özel öğretim dersinde işlenen derslerde (futbol, basketbol, hentbol, voleybol, tenis, atletizm, jimnastik ve halk oyunları) nda uygulanarak gözlem (8 soruluk gözlem formu) ve görüşmeler (8 soruluk görüşme formu) yapılmıştır. Analiz: Araştırma sonunda, uygulamaya katılan 88 öğrenciyle (32 kadın öğrenci+56 erkek öğrenci) görüşmeler yapılarak düşünceleri alınmış ve değerlendirilmiştir. Sonuç ve Değerlendirme: Araştırma sonunda yöresel çocuk oyunlarının sportif tekniklerin öğretiminde uyarlanması; Öğrencilerin daha fazla derslere katıldıkları, derslerin daha eğlenceli geçtiği, Yöresel oyunlar hakkında bilgi edindikleri, dersin konusunun daha iyi kavrandığını, arkadaşlarıyla daha fazla fiziksel ve bilişsel iletişime geçtiklerini, ders dışında da yöresel oyunlarla ilgili iletişimin devam ettiğini ifade etmişlerdir. Sonuç olarak, yapılan araştırmada yöresel çocuk oyunlarının beden eğitimi ve spor eğitim-öğretim sürecinde daha iyi bir öğrenme ortamı, daha fazla kazanım edinme ve sosyalleşmeye katkı sağladığı söylenebilir. Anahtar Kelimeler: Yöresel oyunlar, çocuk, spor, teknik

Children's Games Used In Basic Technical Education By Adjusting Sports Brands of Local

Objective: The aim of this research is to adapt local children's games to sports branches and use them in the teaching of basic techniques. Materials and Methods: The study was taken from Turkey's seven regions kids games. The games were grouped in two groups, as a group and as a group. Each game has been grouped according to individual and team sports by specifying in which sports branches they can be applied. The selected children's games were applied in the lessons (football, basketball, handball, volleyball, tennis, athletics, gymnastics and folk dances) during summer school and observation (8 question observation form) and interviews (8 question interview form). Analysis: At the end of the research, 88 students (32 female students + 56 male students) participated in the interviews and their opinions were taken and evaluated. Conclusion and Evaluation: At the end of the research, adaptation of local children's games to the teaching of sporting techniques; They stated that the students attended more lectures, the courses were more fun, they learned about local games, learned more about their subjects, they had more physical and cognitive communication with their friends, and they continued communication about local games. As a result, it can be said that regional children's games contribute to a better learning environment, more gains and socialization in physical education and sports education. Keywords: Local games, children, sports, technical

SB507

DALGA SÖRFÜ SPORCULARININ DENGE DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

[1]Tolga Altuğ, [2]Cüneyt Şensoy, [2]Yunus Emre Çingöz

[1]Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi Ve Spor Anabilimdalı, Muğla
[2]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı, Ankara

Email : *altugsancaktaroglu@gmail.com, cuneytsensoy@yahoo.com, yunuscingoz25@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Sörf denilince genel olarak insanların aklına gelen tür olan dalga sörfü, sörfçünün tahta üzerinde kıyıdan uzaklaşması ve sonrasında kıyıya yaklaşan dalgaya sörf tahtasıyla girip estetik ve akrobatik hareketlerini yapıp dalganın gücüyle tahtanın üzerinde sahile kadar ya da hedeflediği yere ulaşmasıyla son bulur. Sörf tahtasını ve üzerindeki sporcuyu taşıyacak güç ve yükseklikteki dalgaların oluşmasıyla yapılan dalga sörfü için coğrafi koşullar önemli bir yer tutmakla birlikte, okyanusa kıyısı olan yerlerde yüksek dalgalarla ve kuvvetli rüzgârlarla oluşan uygun dalgalara sahip denizlerde dalga sörfü yapılabilir. Kıyıdan açılarak dalganın yüksekliği ve kalitesine göre uygun bir mesafede yakalanan dalganın üzerinde yapılan radikal ve akıcı hareketler yapılan sörfün kalitesini belirler. Çalışmamızın amacı dalga sörfü şampiyonasına katılan kadın ve erkek sporcuların denge düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Yöntem: Kocaeli İli Kandıra İlçesi'ne bağlı Babalı Köyü'nde 25-29 Temmuz tarihinde ilk defa düzenlenen Türkiye Dalga Sörfü Şampiyonası'na katılan 15 erkek 9 kadın toplam 24 sporcunun chiboard marka denge antrenman seti ile bir dakika boyunca yatay ve dikey şekilde dengede kalmaları istenen kadın ve erkek sporcuların denge düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Sonuç: Erkek sporcuların maksimal paralel denge hata ortalama puanları 10, dikey denge hata ortalama ortalama puanları 9, kadın sporcuların paralel hata ortalama puanları 6 dikey denge ortalama hata puanları 3'ü göstermektedir. Sonuç olarak kadın sporcuların paralel ve dikey hata puan ortalamalarının daha düşük olduğu görülmüş olup denge üzerinde kadın sporcularının daha başarılı olduğu söylenebilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Dalga Sörfü, Spor, Denge

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN THE BALANCE LEVELS OF WAVE SURFING ATHLETES

Objective: Surfing generally means that the wave surf, which is the type of people that comes to mind, ends with the surfer's departure from the coast on the board and then the surfboard into the wave approaching to the shore, making aesthetic and acrobatic movements and arriving at the destination. The geographical conditions for the wave surfing, which is made up of the surfboard and the waves at the height and power to carry the sportsman above it, can be surfed in seas with appropriate ripples of high waves and strong winds in the coastal areas. Radical and smooth movements made on the seabed which is opened at a suitable distance according to the height and quality of the waveguide are determined by the quality of the surf. The aim of this study is to investigate the relationship between equilibrium levels of male and female athletes participating in the ultimate wave surf championship.

Methods: Kocaeli Province attended the Kandıra at Babalu village of the district organized for the first time on July 25 to 29 Turkey Wave Surfing Championship 15 men, 9 women a total of 24 athletes chiboard brand desirable women remain in balance horizontally and vertically for one minute with balance training set and balance levels of male athletes.

Conclusion: The male athletes' maximal parallel equilibrium error mean scores are 10, vertical equilibrium error mean averages 9, female athletes parallel mean error scores 6 vertical equilibrium mean error scores 3. As a result, female athletes have lower parallel and vertical error scores and female athletes are more successful on the balance.

Keywords: Wave Surf, Sport, Balance

SB537

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLİĞİ PROGRAMI İLE FORMASYON EĞİTİMİ MEZUNU BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİNİN YETERLİK ALGILARININ İNCELENMESİ

[1]Aylin Özge Pekel, [1]Tuğçe Karaşahinoğlu, [1]Latif Aydos

[1]GAZİ ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ, ANKARA

Email : *aylinozgesarac@gmail.com, tugce.karasahinoglu@gmail.com, latifaydos@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu araştırmanın amacı, üniversitelerin ilgili yüksekokul/fakültelerinin beden eğitimi ve spor öğretmenliği programı ile formasyon eğitimi mezunu beden eğitimi öğretmenlerinin yeterlik algılarını bazı değişkenlere göre incelemek ve aralarındaki ilişkiyi belirlemektir.

Yöntem: Araştırma grubunu, Ankara il merkezinin farklı özel ve devlet ortaokullarında görev yapmakta olan ve araştırmaya katıldığı sürede aktif olarak görev yapmayan, 67'si kadın 75'i erkek olmak üzere toplamda 142 beden eğitimi öğretmeni oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak, kişisel bilgi formu ve Ünlü ve arkadaşları (2008) tarafından geliştirilen 78 madde ve 6 boyuttan oluşan "Beden Eğitimi Öğretmenleri Yeterlik Ölçeği" kullanılmıştır. Veriler tek faktörlü varyans analizi (One-Way ANOVA), t-testi ve betimsel istatistik yöntemleri kullanılarak analiz edilmiştir.

Bulgular: Araştırma bulgularına göre; beden eğitimi öğretmenlerinin Program ve İçerik Bilgisi ($\bar{x}$=4,33), Öğrenme ve Öğretme Süreci ($\bar{x}$=4,32), Öğrenmeyi, Gelişimi İzleme ve Değerlendirme ($\bar{x}$=4,36), Öğrenciyi Tanıma ($\bar{x}$=4,44), Okul, Aile ve Toplum İlişkileri ($\bar{x}$=4,50) ve Kişisel ve Mesleki Gelişim ($\bar{x}$=4,49) alt boyutlarının tümünde kendilerini yeterli olarak algıladıkları görülmüştür. Öğretmenlerin yeterlik algısı puanlarının, cinsiyet ve mezun oldukları programlara göre anlamı bir fark göstermediği ($p>.01$) gözlenirken; analiz sonuçları öğretmenlerin yeterlik algısı puanları arasında görev yapılan kurum bakımından anlamlı bir fark olduğunu göstermiştir ($F_{2, 139}=11.00$, $p<.01$. Buna göre aktif olarak görev yapmayan öğretmenlerin ($\bar{x}$=4,21), özel okullar ($\bar{x}$=4,61) ve devlet okullarında ($\bar{x}$=4,43) görev yapan öğretmenlere göre kendilerini daha yetersiz algıladıkları belirlenmiştir.

Sonuç: Sonuç olarak; beden eğitimi öğretmenlerinin kendilerini yeterli olarak algıladıkları fakat; aktif olarak görev yapan öğretmenlerin yapmayanlara göre kendilerini daha yeterli olarak algıladıkları görülmüştür. Görev yapmakta olan öğretmenlerin öğrenme- öğretme ortamında bulunmaları sebebiyle öğretim becerileri kazanma bakımından mesleki ve kişisel olarak kendilerini geliştirdikleri düşünülmektedir. Dolayısıyla, bu tecrübeyi hali hazırda deneyimlemeyen öğretmenlerin yeterlik algılarının daha düşük olduğu sonucuna varılabilir.

PROFICIENCY PERCEPTIONS OF TEACHERS' GRADUATED FROM PHYSICAL EDUCATION AND SPORT TEACHER PROGRAM AND PEDAGOGICAL FORMATION

Introduction and Aim: The aim of this study is to examine the proficiency perceptions of teachers' graduated from physical education and sport teacher program and pedagogical formation according to some variables.

Method: The research group consists of 142 (75 females and 67 males) unemployed teachers and employed teachers at different middle school in Ankara. A 78-item (6 domains) "Physical Education Teachers Proficiency Questionnaire" developed by Ünlü et al. (2008) and a personal information form were used in the research. The data were analyzed using descriptive statistical methods, t-test and one-way ANOVA.

Results: The physical education teachers perceived themselves in a satisfactory level in Program and Content Information ($\bar{x}$=4,33), Learning and Teaching Process ($\bar{x}$=4,32), Observation and Evaluation of Learning and Development ($\bar{x}$=4,36), Student Recognition ($\bar{x}$=4,44), School, Family and Community Relations ($\bar{x}$=4,50) and Personal and Professional Development ($\bar{x}$=4,49) fields. There was not any significant difference between genders and graduated programs ($p > .01$) and a significant difference between institution ($F, 2, 139)=11.00$, $p<.01$. In other words, unemployed teachers ($\bar{x}$=4,21) did not perceive themselves in satisfactory level as much as employed teachers at public schools ($\bar{x}$=4,43) and private schools ($\bar{x}$=4,61).

Conclusion: As a result, the physical education teachers perceive themselves as sufficient but unemployed teachers perceive themselves less adequate than employed. It is considered that working teachers have developed themselves professionally and personally in terms of gaining the teaching ability due to being in the learning-teaching environment. Therefore, it can be concluded that teachers who do not have this experience have lower perceptions of competence.

SB539

Bireysel ve Takım Sporcularının Sporcu Kimlik Düzeylerinin Tespiti

[1]Sevinç Namlı, [2]Gönül Tekkurşun Demir

[1]Erzurum Teknik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum
[2]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : *sevinc.namli@erzurum.edu.tr, gonultekkursun@hotmail.com*

Giriş: Sporcuların karar verme gibi psikolojik davranışlarında etkili olan sporcu kimliği, bilişsel yapı içerisinde sporcuyu yönlendiren bir güce sahip olduğu düşünülmektedir (Horton ve Mack, 2000). Güçlü bir sporcu kimliğine sahip olan bireylerin olumlu ve olumsuz sonuçlarının olabileceği ve sporcuların davranışsal, psikolojik ve sosyal olguları yorumlamadaki önemi araştırmacılar tarafından belirtilmektedir (Öztürk ve Koca, 2013). Dolayısıyla bireyin hangi sporcu kimliğine sahip olduğu araştırılması gereken bir konu olarak karşımıza çıkmaktadır.

Amaç: Bireysel ve takım sporuyla uğraşan üniversite öğrencilerinin sporcu kimlik düzeylerinin yaş, cinsiyet, bölüm, branş ve derslerindeki başarı değişkenlerine göre incelemektir. Yöntem: Araştırmada nicel araştırma modellerinden tarama deseni kullanılmıştır. Araştırmaya, Sakarya üniversitesi spor bilimleri fakültesinden 117 kadın, 283 erkek olmak üzere toplam 400 öğrenci katılmıştır.Katılımcıların 194'ü bireysel, 206'sı ise takım sporlarıyla uğraşmaktadır. Araştırmada veri toplamak için, Kişisel Bilgi Formu ile Öztürk ve Koca (2013), tarafından türkçeye uyarlanan Sporcu Kimliği Ölçeği (Athletic Identity Measurement Scale; Brewer ve Cornelius, 2001) kullanılmıştır. Verilerin analizinde, frekans, aritmetik ortalama, standart sapma, t-testi, Pearson Correlation testi, tek yönlü varyans analizi, Post-Hoc test istatistikleri testlerinden yararlanılmıştır. Sonuç: Araştırmada katılımcıların cinsiyet değişkeni ile sosyal kimlik düzeyi arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Buna göre sosyal kimlik düzeyi, erkek öğrencilerin kadınlara kıyasla yüksek düzeydedir. Yaş değişkeni ile sosyal kimlik alt boyutu arasında pozitif yönde anlamlı farklılık tespit edilmştir. Yaş arttıkça sosyal kimlik düzeyinde de artış olduğu görülmüştür. Öğrencilerin öğrenim gördükleri bölüme göre sosyal kimlik düzeyi arasında anlamlı farklılık saptanmıştır. Buna göre öğretmenlik bölümü öğrencilerinin rekreasyon ve yöneticilik bölümü öğrencilerine göre sosyal kimlik düzeylerinin anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir. Sınıf ve Spor branşı değişkenleri ile ahlaki kimlik alt boyutları arasında anlamlı düzeyde farklılık tespit edilmemiştir.

Anahtar Kelimeler: Sporcu kimliği, spor, takım sporları, bireysel spor

DETERMINATION ON THE SPORTER IDENTITY LEVELS OF INDIVIDUAL AND TEAM SPORTERS

Introduction: It is thought that sporter identity having influence on sporters' physiological behaviors like making decisions, has the power leading the sporter in cognitive structure (Horton and Maci, 2000). It is stated by the researchers that the individuals with a strong sporter identity may have positive or negative results and their importance in commenting on behavioral, psychological and social facts (Öztürk and Koca, 2013). Accordingly, it is concluded that researching which sporter identity the individual has is a topic that should be researched. Purpose: is to analyze the sporter identity levels of university students dealing with individual or team sports variances of age, gender, department, branch and their success in lectures. Method: In the research, raster pattern, one of the models of quantitative research, is used. 400 students in total, 117 women and 283 men, from Sakarya University Sports Sciences Faculty are attended the research. The 194 of the attendants are dealing with individual sports and the 206 of them are team sporters. In order to collect data in the research, Personal Information Form and Sporter Identity Scale (Athletic Identity Measurement Scale; Brewer and Cornelius, 2001) which is adapted to Turkish by Öztürk and Koca (2013). On analyzing data, frequency, arithmetic avarage, standard deviation, t-test, Pearson Correlation Test, one-way analysis of variance and the statistics of Post-Hoc test are practiced on. Conclusion: In the research, a significant difference is found between the gender variance and social identity levels of the attendants. Accordingly, social identity level of male students is higher than the females. A positively significant difference is found between age variance and social identity sub-dimension. It is seen that the higher age is the higher social identity level is as well. A significant difference between the social identity levels of the students according to their departments. Hereunder, it is clearly said

SB542

SPOR LİSESİ ÖĞRENCİLERİNİN BOYUN EĞİCİ DAVRANIŞLARININ BAZI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ

***[1]Tuğba Mutlu Bozkurt*, [1]Gönül Tekkurşun Demir, [1]Halil İbrahim Cicioğlu**

[1]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

Email : *tmutlubozkurt@gmail.com, gonultekkursun@hotmail.com, ciciogluibrahim@hotmail.com*

SPOR LİSESİ ÖĞRENCİLERİNİN BOYUN EĞİCİ DAVRANIŞLARININ BAZI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ Tuğba MUTLU BOZKURT, Gönül TEKKURŞUN DEMİR, Halil İbrahim CİCİOĞLU Özet Giriş: Boyun eğici davranışlar, kişinin içinde olduğu durumda pes etmeyi tercih ettiği, genel olarak yüksek uyarılmışlığın ve yükselmiş tansiyonun da söz konusu olduğu zorlanma durumlarında tercih edilen bir davranıştır. Amaç: Spor lisesi öğrencilerinin boyun eğici davranışlarını çeşitli demografik özellikler açısından incelemektir. Yöntem: Araştırmada nicel araştırma modellerinden tarama deseni kullanılmıştır. Bu bağlamda araştırmanın çalışma grubunu 2017-2018 eğitim öğretim güz yarıyılında Ankara ilinde TVF Spor Lisesi ve Şehit Ali Alıtkan Spor Lisesi'nde öğrenimine devam eden 15-18 yaş grubu lise öğrencileri oluşturmaktadır. Öğrencilerin demografik özelliklerini belirlemek amacıyla araştırmacılar tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu ile Şahin ve Şahin (1992)'in "Boyun Eğici Davranışlar Ölçeği" ismiyle Türkçe'ye uyarlamış olduğu ölçek kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen verilerin normal dağılım testleri tespit edildikten sonra veri setine parametrik testler uygulanmıştır. Bu bağlamda, araştırmada elde edilen veriler SPSS (Statistical Package for Social Sciences) for Windows 23.0 paket programında analiz edilmiştir. Verileri değerlendirilirken t testi, ortalama, standart sapma, Pearson Moment Korelasyon testi ve ANOVA testleri kullanılmıştır. Sonuç: Araştırma bulgularına göre, spor lisesi öğrencilerinin boyun eğici davranış düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre erkeklerin lehine anlamlı farklılık gösterdiği saptanmıştır. Öğrencilerin yaş değişkeni ile boyun eğici davranış düzeyleri arasında negatif yönde düşük düzeyde anlamlı farklık görülmüştür. Katılımcıların sınıf değişkenine göre boyun eğici davranışlar ölçeğinden aldıkları puanlar arasında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Anahtar Kelimeler: spor lisesi, spor lisesi öğrencileri, öğrenci, boyun eğici davranış

EXAMINATION OF THE PASSIVE BEHAVIORS OF SPORTS HIGH SCHOOL STUDENTS IN TERMS OF SOME VARIABLES

EXAMINATION OF THE PASSIVE BEHAVIORS OF SPORTS HIGH SCHOOL STUDENTS IN TERMS OF SOME VARIABLES Abstract Introduction: Passive behavior is a behavior preferred in the situations of the feeling of uneasiness, in which there are in general high alertness and increased tension, and the person prefers to give up in the situation s/he is in. Aim: It is aimed to examine the passive behaviors of the students of the sports high school in terms of various demographic characteristics. Method: In the research, survey model from quantitative research models was used. In this context, the sample of study consists of 15-18 year old high school students studying in TVF Sports High School and Şehit Ali Altıkan Sports High School in Ankara in fall semester of 2017-2018 academic year. The personal information form prepared by the researchers to determine the demographic characteristics of the students and the scale that Sahin and Sahin (1992) adapted to Turkish with the name of "Passive Behaviors Scale" were used. Parametric tests were applied to the data set after normal distribution tests of the data obtained in the research were determined. In this context, the data obtained in the research were analyzed in SPSS (Statistical Package for Social Sciences) for Windows 23.0 package program. When the data were evaluated, t test, mean, standard deviation, Pearson Moment Correlation test and ANOVA tests were used. Conclusion: According to research findings, it was determined that the passive behavior levels of the sports high school students showed a significant difference in favor of male students according to the gender variable. There was a negatively significant difference between the age variable and the passive behavior levels of the students at a low level. No significant difference was found between the scores of participants obtained from the passive behaviors scale according to class variable.

SB547

FARKLI ÖZEL YETENEK SINAVLARI İLE SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİNİ KAZANAN ÖĞRENCİLERİN MENTAL YETENEKLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

[1]Şaban Ünver, [1]İzzet İslamoğlu, [1]Arıf Satıcı, [1]Seydi Ahmet Ağaoğlu

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

Email : *saban.unver@omu.edu.tr, izzetislamoglu@gmail.com, arifsatici@gmail.com, s.ahmet.agaoglu@gmail.com*

Bu çalışmanın amacı, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi'ni farklı özel yetenek sınavlarıyla kazanan öğrencilerin mental yetenek puanlarını karşılaştırmaktır. Bu çalışmaya 2017-2018 eğitim öğretim döneminde Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi'ni farklı özel yetenek sınavlarıyla (1. Sınıflar özgeçmiş+illinois+180YGS (127 kişi); 2. Sınıflar koordinasyon+230-250YGS (120); 3. Sınıflar koordinasyon+180YGS (140) ve 4. Sınıflar Zikzak koşusu+180YGS (113)) kazanan ve yaş ortalaması 21,28±1,93 olan toplam 500 öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından geliştirilen "Demografik Bilgi Formu" ve öğrencilerin mental yeteneklerini tespit etmek için Durand-Bush, Salmela ve Green-Demers (2001) tarafından geliştirilen ''Ottawa Mental Yetenek Değerlendirme Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin istatistiksel analizinde SPSS 21 paket programı kullanıldı. Spor Bilimleri Fakültesi'ni farklı özel yetenek sınavlarıyla kazanan öğrencilerin mental yetenek toplam puanları özel yetenek sınav türüne göre karşılaştırılmıştır. Özel yetenek sınav türüne göre yapılan istatistiksel karşılaştırmada öğrencilerin mental yetenek toplam puanları bakımından anlamlı farklılık tespit edilmemiştir (p>0,05). Yine SBF'de okuyan öğrencilerin mental yetenek toplam puanları cinsiyete, genel akademik not ortalamasına (GANO), yükseköğretime geçiş sınavı (YGS) puanına, SBF'de okudukları bölümlerine ve branşlarına (takım sporları ve bireysel sporlar) göre istatistiksel olarak karşılaştırılmıştır. Yapılan istatistiksel karşılaştırmada tüm değişkenlere göre öğrencilerin mental yetenek toplam puanlarında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir (p>0,05). Sonuç olarak spor bilimleri fakültesine 2017-2018 (özgeçmiş+illinois+180YGS), 2016-2017 (koordinasyon+230-250YGS), 2015-2016 (koordinasyon+180YGS) ve 2014-2015 (Zikzak koşusu+180YGS) eğitim öğretim döneminde dört farklı özel yetenek sınavıyla yerleşen öğrencilerin mental yetenekleri benzer olduğu söylenebilir. Bu çalışmada farkın çıkmaması yukarıda belirtilen yıllarda yapılan yetenek sınavının içeriğinin birbirinden ayrı olması gösterilebilir. Anahtar Kelimeler: Özel yetenek sınavı, YGS, Spor, Mental yetenek değerlendirme

COMPARİSON OF MENTAL SKİLLS OF STUDENTS WHO GOT İNTO THE FACULTY OF SPORT SCİENCES WİTH DİFFERENT SPECİAL TALENT EXAMS

The aim of this study is to compare the mental skills scores of students who got into Ondokuz Mayıs University Yaşar Doğu Faculty of Sport Sciences with different special talent exams. A total of 500 students with an average age of 21,28±1,93 who studied in OndokuzMayısUniversity Yaşar Doğu Faculty of Sport Sciences and who got into the Faculty through different special talent exams (1st year students: background+ilionis+180YGS (127); 2nd year students: coordination+230-250YGS (120); 3rd year students: coordination+180YGS (140) and 4th year students: Zigzag run+180YGS (113)) participated in the study voluntarily. In the study, "Demographic Information Form" and 'Ottawa Mental Skills Assessment Tool" developed by Durand-Bush, Salmela and Green-Demers (2001) were used as data collection tools to find out the mental skills of students. SPSS 21 program was used for the statistical analysis of data. Mental skill total scores of students who got into the Faculty of Sport Sciences with different special talent exams were compared in terms of the type of exam. In the statistical assessment conducted in terms of the type of special talent exam, no statistically significant difference was found in terms of students' mental skills total scores (p>0,05). Mental skills total scores of the students in the faculty were also analyzed statistically in terms of general academic average score (GAAS), transition to higher education examination (YGS) score, students' and their branches (p>0,05). As a conclusion, it can be said that mental skills of students who got into the Faculty through different special talent exams during the 2017- 2018 Academic Year (background+illinois+180YGS), 2016-2017 Academic Year (coordination+230-250YGS), 2015-2016 Academic Year (coordination+180YGS) and 2014-2015 Academic Year (Zigzag run+180YGS) were similar. The reason why there were no differences in the present study may be the different content of the talent exams conducted in the aforementioned years. Key Words: Special talent exam, YGS, Sport,

SB548

UEFA ŞAMPİYONLAR LİGİNDE ATILAN GOLLERİN ANALİZİ

[1]İzzet İslamoğlu, [1]Seydi Ahmet Ağaoğlu, [1]Mehmet Çebi

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

Email : *izzetislamoglu@gmail.com, s.ahmet.agaoglu@gmail.com, mcebi73@hotmail.com*

Bu çalışmanın amacı, 2017/2018 sezonu UEFA Şampiyonlar Ligi maçlarında gol ile sonuçlanan hücum organizasyonlarının yapısı ile ilgili verilerin belirlenmesi ve gol oluşumunu etkileyen faktörlerin araştırılmasıdır. Veriler video kayıt sistemiyle ve maç izleme kriter cetveli yöntemiyle analiz edilmiştir. Maç izleme kriter cetveli el notasyon sistemidir. Elde edilen veriler, SPSS 21.0 programında kaydedilmiş, frekans ve yüzde değerleri hesaplanarak yorumlanmıştır. 2017-2018 UEFA Şampiyonlar Liginde 32 takımın katılımıyla toplamda 125 maç yapılmış ve 401 gol atılmıştır. Bu maçların 118'si (%94,4) gollü 7 maç ise (%5,6) golsüz bitmiştir. Gol öncesi 1 pas %27,7, 2 pas %37,0, 3 pas ve üstü %35,4 oranında yapılmıştır. Gol vuruş yerine bakıldığında ceza sahası içinden %87,0 ve ceza sahası dışından ise %13,0 oranında gol olmuştur. Gol öncesi harekette; adam eksilterek gol yapma oranı %12,2, iken direkt vuruşlarla elde edilen oran %87,8 olarak bulunmuştur. Gollerin atıldığı zaman aralığına bakıldığında atılan gol sayısının en fazla 1-15 dakikaları arasında olduğu görülmektedir. 1. devrede atılan gol sayılarının oranı %46,5 ve 2. devrede %53.5 olarak tespit edilmiştir. Sonuç olarak, Futbolcuların yerden pas vermeleri, ceza sahası içinden ve tek vuruşla şut atmaları gol oranını olumlu etkilediği belirlenmiştir. Dolayısıyla yapılacak teknik ve taktik çalışmalarda bu verilerin dikkate alınmasının başarıyı olumlu yönde etkileyeceği düşünülmektedir.

Anahtar kelimeler: şampiyonlar ligi, gol, analiz

ANALYSIS OF GOALS SCORED IN UEFA CHAMPIONS LEAGUE

The purpose of this study is to find out the data about the organizational structure of offenses that resulted in goal in 2017/2018 season UEFA Champions League games and to research the factors that influenced goal formation. The data were analysed with video recording system and game watching criteria table method. Game watching criteria table is hand notation system. The data obtained were recorded in SPSS 21.0 program and frequency and percentage values were calculated and interpreted. In 2017-2018 UEFA Champions League, a total of 125 games were played with the participation of 32 teams and 401 goals were scored. 118 (94,4%) of these games ended with goals, while 7 games (5,6%) ended without goals. 1 pass before goal occurred with a rate of 27,7%, while 2 passes occurred with a rate of 37,0% and 3 and more passes before goal occurred with a rate of 35,4%. When the positions from where goals were scored were examined, it was found that 87,0% were scored from the penalty area, while 13,0% were scored from outside the penalty area. In terms of moves before goal, 12,2% of the goals were scored by going past players, while 87,8% were scored by direct hits. When the time intervals of goals were examined, it was found that the highest numbers of goals were scored between minutes 1 and 15. 46,5% of the goals were scored in the first half, while 53.5%were scored in the second half. As a conclusion, it was found that flat passes, scoring from the penalty area and scoring with only one shoot influenced the rate of goals positively. Thus, it is thought that taking these data into consideration in technical and tactical practices will positively influence success.

Key Words: Champions league, goal, analysis

SB552

BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİNİN ALANA ÖZGÜ ÖZ YETERLİK ALGILARI

***[1]Mehmet Yanık*, [2]Mehmet Ata Öztürk, [3]Yüksel Savucu, [4]Deniz Hünük, [2]Mustafa Levent İnce**

[1]Balıkesir Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu,BALIKESİR
[2]Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü, ANKARA
[3]Fırat Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi,ELAZIĞ
[4]Pamukkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, DENİZLİ

***Email :** mehmetyanik10@hotmail.com,*

Amaç: Beden eğitimi öğretmenlerinin mesleki yeterlilik unsurları toplumun ihtiyaçları, teknolojik gelişmeler, eğitim alanındaki araştırma bulguları ve bunlara bağlı güncellenen öğretim programlarına göre sürekli bir değişim göstermektedir. Bu çalışmanın amacı güncel öğretim programları doğrultusunda ortaokul beden eğitimi öğretmenlerinin alana özgü öz yeterlik algılarını incelemektir. Yöntem: Çalışmada araştırma deseni olarak iki aşamalı karma yöntem kullanılmıştır. Veriler Ankara, Balıkesir ve Elazığ illerindeki 1529 ortaokul öğretmeninin 390'ından (% 25.5) anketle ve 6-8 öğretmenin katıldığı üç ayrı odak grup görüşmesi (her ilde bir adet) ile toplanmıştır. Ölçme aracı olarak Yıldırım (2015) tarafından Türkçe 'ye uyarlanan ve dokuz alt boyuttan oluşan "beden eğitimi öğretmenleri öz yeterlik ölçeği" kullanılmıştır. Odak grup görüşme içeriği araştırmacılar tarafından hazırlanmış ve uygulanmıştır. Araştırmada nicel verilerin değerlendirmesinde betimsel istatistik, nitel veriler için ise içerik analizi yöntemi kullanılmıştır. Bulgular: Elde edilen çalışma bulgularına göre öğretmenlerin % 40'ının teknoloji kullanımı, % 15-25'inin ise kaynak ve destek bulma, ölçme ve değerlendirme ve özel eğitim konularında kendisini yetersiz algıladığı anlaşılmaktadır. İletişim, performans geliştirme, alan bilgisi ve planlama boyutlarında yeterlilik algısı düşük olanların oranı %11'in altındadır. Her üç ildeki bulgular benzerdir. Odak grup görüşme bulguları anket bulgularını desteklemiştir. Sonuç ve Çıkarımlar: Öğretmenlerin kendilerini en az yeterli hissettikleri konular beden eğitimi ile ilgili teknoloji kullanımı, özel eğitim, kaynak ve destek bulma ve ölçme ve değerlendirme konularıdır. Öğretmenlere sunulan mesleki gelişim programlarında bu konulara öncelik verilmelidir. Bu çalışma, Türkiye Bilimsel ve Teknolojik Araştırma Kurumu (Tübitak,Proje No: 215K460) tarafından desteklenmektedir.

FİELD SPECİFİC SELF-SUFFİCİENCY PERCEPTİONS OF PHYSİCAL EDUCATİON TEACHERS

Purpose: Physical education teachers' professional competence elements constantly change in accordance with the society's needs, technological developments, findings of researches on education and the accordingly updated education programs. The purpose of this study is to examine the field-specific self-sufficiency perceptions of middle school physical education teachers in line with the current education programs. Method: In this study, a two-stage hybrid method is used as the research pattern. The data are collected from 390 out of 1529 (25.5%) middle school teachers in cities of Ankara, Balıkesir and Elazığ by survey and three (one in each city) different focus groups in each of which 6-8 teachers were present. "Physical teachers' self-sufficiency scale", which was adapted to Turkish by Yıldırım (2015) and is compromised of six dimensions, is used as the measuring device . The focus group interview content is prepared and applied by the researchers. In the research, descriptive statistics method is used for the evaluation of quantitative data and content analysis method for the qualitative data. Findings: According to the study findings, 40% of the teachers perceive themselves to be insufficient in technology use, 15- 25% of the teachers in finding funding and support, assessment and evaluation, and special education. The ratio of the teachers who have a low perception of self-sufficiency in communication, performance enhancement, field information, and planning is below 11%. Findings from the three cities are similar. Focus group interview findings support the survey findings. Conclusion and Implications: The subjects in which teachers feel the least sufficient are technology use in physical education-related subjects, special education, finding funding and support, and assessment and evaluation. These subjects must be prioritized in the development programs provided to teachers. This study is supported by The Scientific and Technological Research Council of Turkey (Tübitak, Project No: 215K460)

SB573

VOLEYBOL HAKEMLERİNİN EGO VE GÖREV YÖNELİMLERİ BAKIMINDAN ÖZ YETERLİKLERİNİN İNCELENMESİ

[2]Nazlı Ekmekçi, [1]Aylin Zekioğlu, [1]Nihal Dal

[1]Manisa Celal Bayar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, MANİSA
[2]Şehit Halit Taş Ortaokulu, İZMİR

Email : *nazlikebencu@hotmail.com, aylinzekioglu@yahoo.com, nihal_arc@yahoo.com*

Amaç: Voleybol hakemlerinin ego ve görev yönelimleri ile öz yeterlikleri arasındaki ilişki incelenerek demografik özelliklerine göre bu ilişkinin değişip değişmediğinin araştırılmasıdır. Gereç ve Yöntem: Araştırmanın çalışma grubu 2017-2018 sezonunda İzmir, Kayseri, Denizli, Aydın, Ankara, İstanbul ve Isparta illerinde faal olarak görev yapan 279 voleybol hakeminden oluşmaktadır. Veri toplama aracı olarak Sporda ego ve görev yönelimi ölçeği ve Hakem öz yeterlik ölçeği ile sosyo-demografik veri formu kullanılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde Tek Yönlü Varyans Analizi (One Way Analysis of Variances) ve bağlantısız gruplar için t-testi (independent t-test) ile karşılaştırma sonuçlarına yer verilmiştir. Varyans analizlerinde gruplar arası farklılık için Tukey-B çoklu karşılaştırma (Post Hoc Multiple Comparison) testi uygulanmıştır. Bulgular: Fiziksel yeterlik, oyun bilgisi, karar verme, baskı, iletişim, HÖYÖ toplam puanı ve görev yönelimi alt boyutlarının her birinin birbirleri ile, ego yönelimi alt boyutununsa sadece görev yönelimi alt boyutu ile anlamlı bir ilişki içinde olduğu görülmüştür. Cinsiyet gruplarına göre fiziksel yeterlik alt boyutu ve karar verme alt boyutu, Yaş ($F(4,261)=3,660$; $p<0,05$) ve Deneyim ($F(5,258)=3,295$; $p<0,05$) gruplarının karar verme alt boyutu, Klasman gruplarının karar verme alt boyutu ($F(3,266)=3,912$; $p<0,05$) ve ego yönelimi alt boyutu ($F(3,267)=3,079$; $p<0,05$) Şehir gruplarının ego yönelimi alt boyutu ($F(6,267)=6,190$; $p<0,05$) toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunurken meslek gruplarının alt boyut toplam puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Sonuçlar: Araştırmanın sonucunda voleybol hakemlerinin ego ve görev yönelimleri ile öz yeterlikleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmüş ve cinsiyet, yaş, deneyim, şehir ve klasman değişkenleri arasında farklılıklar bulunmuştur.

EXAMINATION OF SELF-EFFICACY OF VOLLEYBALL REFEREES IN TERMS OF EGO AND TASK ORIENTATIONS

Objective: The aim of this research is to investigate whether the relationship between ego and task orientation and self-efficacy of volleyball referees has changed according to their demographic characteristics. Materials and Methods: The study group consisted of 279 volleyball referees who were active in İzmir, Kayseri, Denizli, Aydın, Ankara, İstanbul and Isparta during 2017-2018 season. The Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire (TEOSQ) and the referee self-efficacy scale (REFS) and the socio-demographic data form were used as data collection tools. One-way analysis of variance (ANOVA) and t-test (t-test) for unconnected groups were included in the evaluation of the data. In the analysis of variance, the Tukey-B multiple comparison test was applied for differences between the groups. Findings: It has been found that physical competence, gaming knowledge, decision making, printing, communication, (REFS) total score and task orientation subscales each have a significant relationship with each other, and with ego orientation subscale and only task orientation subscale. The sub-dimension of physical competence and decision making sub-dimension according to gender groups, decision making sub- dimension of age ($F (4,261) = 3,660$, $p <0,05$) and Experience ($F (5,258) = 3,295$, $p <0,05$) The ego orientation subdimension of city groups ($F (6,267) = 3,912$, $p <0,05$) and ego orientation subdimension ($F (3,267) = 6,190$; $p <0,05$), there was no statistically significant difference between the mean scores of the subscales of the occupational groups. Conclusion: As a result of the research, it has been found that volleyball referees have a meaningful relationship between ego and task orientation and self-efficacy, and there are differences between gender, age, experience, city and classroom variables.

SB582

FEN LİSESİ ÖĞRENCİLERİNİN BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR DERSİNE YÖNELİK GÖRÜŞLERİ

[1]Trabzon Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, TRABZON

Email :

Eğitimin vazgeçilmez bir unsuru olarak nitelendirilen beden eğitimi, bireye sadece fiziksel açıdan katkı sağlamakla kalmayıp, aynı zamanda bireyin bilişsel, duygusal ve sosyal gelişimi de desteklemektedir. Bireyin tek yönlü gelişimden ziyade çok yönlü gelişime geçişini sağlamaktadır. Ayrıca akademik başarının gelişiminde önemli katkısı vardır. Yüksek akademik başarıya sahip fen lisesi öğrencilerinin beden eğitimi dersine yönelik sahip oldukları görüşleri belirlemek çalışmada amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda karma araştırma yaklaşımlarından açıklayıcı sıralı desen kullanılmıştır. Araştırmaya Kırıkkale ilindeki Osman Gazi Fen Lisesinde öğrenim gören farklı sınıf seviyesindeki öğrenciler katılmıştır. Karma araştırma yaklaşımına göre tasarlanan bu araştırma, üç farklı çalışma grubu [1.grup: 245, 2.grup: 25, 3.grup: 8]üzerinde gerçekleştirilmiştir. Veri toplama aracı olarak araştırmanın nicel bölümünde "Kişisel Bilgi Formu", Güllü ve Güçlü (2009)'nün geliştirdiği "Ortaöğretim Öğrencileri İçin Beden Eğitimi Dersi Tutum Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmanın nitel bölümünde çizme-yazma formu ve yarı yapılandırılmış görüşme formundan faydalanılmıştır. Nicel bölümde bağımsız değişkenler ile ölçeğin genel ve alt boyutlarına ait puan ortalamaları arasındaki ilişki bağımsız gruplar t-testi ve tek yönlü varyans analizi ile analiz edilmiştir. Çizme-yazma formları ve görüşmeler içerik analizine tabi tutulmuştur. Araştırma bulguları öğrencilerin beden eğitimi dersine yönelik tutumlarının yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Nitel bulgular da öğrencilerin beden eğitimi dersini sevdikleri, sporla ilgili oldukları belirlenmiştir. Ancak beden eğitimi dersinin içerik olarak istedikleri gibi olmadığını, beklentilerini karşılamadığını öğrenciler belirtmiştir. Derslerde öğrencilerin yeteneklerini ortaya çıkartabilecek etkinliklerin yapılmadığını, dersin büyük bölümünün boş geçtiğini belirttikleri görülmüştür. Aileleri ve toplum tarafından da bu nedenle beden eğitimi dersinin boş bir ders olarak algılandığını ileri sürmüşlerdir.

Anahtar Kelimeler: Anahtar Kelimeler: Beden eğitimi ve spor dersi, Fen lisesi öğrencileri, Karma araştırma

OPINIONS OF SCIENCE HIGH SCHOOL STUDENTS TOWARDS PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS COURSE

Physical education, which is considered as an indispensable element of education, not only contributes physically to the individual, but also supports the individual's cognitive, emotional and social development. It provides a highly multi-faceted developmental shift from one-sided development. There is also a significant contribution to the development of academic achievement of physical education. It was aimed to determine the views of science high school students with high academic achievement towards physical education course at study. For this purpose, descriptive sequential pattern, which is one of the mixed research approaches, is used. Students from different grade levels participated in the research in Osman Gazi Science College in Kırıkkale. Designed according to the mixed research approach, this study was conducted on three different study groups [1.group: 245, 2.group: 35, 3.group: 8]. "Personal Information Form" in the quantitative part of the research as data collection tool, "Physical Education Class Attitude Scale for High School Students" developed by Güllü and Güçlü (2009) were used. In the qualitative part of the study, a drawing-writing form and a semi-structured interview form were used. The relationship between the independent variables in the quantitative part and the point averages of the general and subscales of the scale was analyzed by independent groups t-test and one-way ANOVA. Drawing-writing forms and interviews were subjected to content analysis. The findings of the research revealed that the attitudes of the students towards the physical education course are high. In qualitative findings, it was determined that the students liked physical education courses and they were related to sports. However, the students stated that the physical education course was not what they wanted as content, and that they could not meet expectations. In the courses, there are no activities that can reveal the talents of the students.

Keyword: Physical education and sport course, Science-high-school-students, Mix-method

SB586

BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİNİN OKULLARDAKİ REHBERLİK HİZMETLERİNDEKİ ROLÜ

[2]Sinan Uğraş, [1]Mehmet Akif Yücekaya

[1]İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü/Malatya
[2]Sümer Ortaokulu / Malatya

Email : *sinanugras@gmail.com, yucekayaakif@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmada rehber öğretmen görüşleri doğrultusunda beden eğitimi öğretmenlerinin okullardaki rehberlik hizmetlerindeki rolü ve önemini belirlemek amaçlanmıştır. Bunun yanında rehber öğretmenlerin rehberlik hizmetlerinde beden eğitimi öğretmenlerinden nasıl yararlandıklarını tespit etmek amaçlanmıştır

Yöntem: Bu çalışmada nitel araştırma yöntemlerinde durum çalışması kullanılmıştır. Çalışmanın örneklem grubunu Adıyaman Milli Eğitim Müdürlüğüne bağlı okullarda çalışan 14 rehber öğretmen oluşturmuştur. Araştırmanın örneklem grubu, amaçlı örneklem yöntemlerinden maksimum çeşitlilik örnekleme yöntemine göre farklı okul türünde ve farklı hizmet yıllarına sahip rehber öğretmenlerden oluşmuştur. Rehber öğretmenlerle yüz yüz görüşme tekniği uygulanarak veriler toplanılmıştır. Veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından hazırlanan yarı yapılandırılmış mülakat formu kullanılmıştır. Veri kaybının yaşanmaması için görüşmeler mobil telefona kaydedilmiştir. Veriler yazılı ortama aktarıldıktan sonra betimsel ve içerik analizleri yapılmıştır. Araştırmanın iç geçerliliği için görüşme sonucunda Word belgesine aktarılan belgeler öğretmenlere gönderilmiş ve katılımcı teyidi alınmıştır. Araştırmanın güvenilirliği için Miles ve Huberman'ın (1994) formülü (=görüş birliği / (görüş birliği +görüş ayrılığı) kullanılmıştır.

Bulgular: İçerik analizleri sonucunda beden eğitimi öğretmenlerinin rehberlik hizmetlerindeki rolünü 3 tema altında incelenmiştir. "Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Diğer Branş Öğretmenlerden Farkı", "Problemli Olarak Görülen Öğrencilerin Kazandırılması" ve "Değerler Eğitiminin Etkili Verilmesi" temaları tespit edilmiştir.

Sonuç: Araştırma sonucunda beden eğitimi öğretmenlerinin okullarda rehberlik hizmetlerinde önemli ve işlevsel bir rolü olduğu ortaya çıkmıştır. Rehber öğretmenleri, en çok yaralandıkları öğretmenlerin olarak beden eğitimi öğretmenleri olduğunu ifade etmişlerdir. Değerler eğitiminin en etkin verilebilecek dersin beden eğitimi dersi olması nedeniyle beden eğitimi öğretmenlerinin büyük önem arz ettiği sonucu ortaya çıkmıştır.

THE ROLE OF PHYSİCAL EDUCATİON TEACHERS İN SCHOOL GUİDANCE SERVİCES

Introduction and purpose: In this study, it was aimed to determine the role and importance of physical education teachers in guidance services in the direction of guidance teacher opinions. Besides, it was aimed to determine how guidance teachers benefits from physical education teachers in guidance services

Method: In this study, case studies were used in qualitative research methods. The sample group of the study consisted of 14 guidance teachers working in the schools affiliated to the Adıyaman National Education Directorate. The sample group of the study consisted of guide teachers with different school types and different service years according to the maximum diversity sampling method from the purposeful sampling methods. Data were collected by face-to-face interview technique with the guidance teachers. Semi-structured interview form prepared by researchers was used as data collection tool. Negotiations were recorded on the mobile phone to prevent data loss. Descriptive and content analyzes were carried out after the data were transferred to written records. As a result of the interview for the internal validity of the research, documents submitted to the Word document were sent to the teachers and the participant confirmation was taken. For the reliability of the study,Miles and Huberman's (1994) formula (= consensus / (opinion consensus + opinion disposition) was used.

Findings: As a result of content analysis, the role of physical education teachers in guidance services was examined under 3 themes. “The Difference Between Physical Education Teachers and Other Branch Teachers”, "Recruitment of Problematic Students" and "Giving Effective Education of Values" These themes were examined.

Result: As a result of research, it has been revealed that physical education teachers have an important and functional role in guidance services in schools.Guidance teachers have stated that it is physical education teachers whom they benefit from most.The most effective teaching of values is the physical education lesson,

SB589

BEDEN EĞİTİMİ DERS ORTAMI İÇİN ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN DURUMSAL GÜDÜLENME DÜZEYİNİN İNCELENMESİ

***[1]Gönül Tekkurşun Demir*, [2]Didem Gülçin Kemeç, [1]Yunus Emre Yarayan**

[1]Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi,Ankara
[2]Afyon Kocatepe Üniversitesi, Afyon

***Email :** gonultekkursun@hotmail.com, didemkemec@gmail.com, yunus.emre.yarayan@gmail.com*

Çocukluk döneminde beden eğitimi dersinde yaşanılan tecrübelerin ileriki yaşlarda bu derse ve spora yönelik güdülenmeyi arttırabileceği düşünülürse, ortaokul düzeyi öğrencilerin beden eğitimi dersine yönelik durumsal güdü düzeylerinin belirlenmesi önemlidir. Ortaokul öğrencilerinin cinsiyet, sınıf, okul takımında oynama durumu, anne-baba eğitim düzeyi, sportif etkinliklere katılım sıklığı, algılanan akademik başarı düzeyi açısından beden eğitimi dersine yönelik durumsal güdülenme durumlarını tespit etmek amaçlanmıştır. Araştırma modelinde nicel araştırma yöntemlerinden tarama deseni kullanılmıştır. Araştırmaya, 2017-2018 eğitim-öğretim yılında Kars ilinin Sarıkamış ilçesinde eğitim öğretimine Sarıkamış Şehit Fikret Gündüz Ortaokulu, Gazipaşa Ortaokulu ve Mustafa Kemal Paşa Ortaokulu 'una devam eden 5. sınıftan 72, 6. sınıftan 52, 7. sınıftan 67 ve 8. sınıftan 56 olmak üzere toplam 247 öğrenci katılmıştır. Araştırmada veri toplamak amacıyla, "kişisel bilgi formu" ile Ada, Aşçı, Çetinkalp ve Altıparmak (2012)'ın beden eğitimi ders ortamı için geliştirdiği Durumsal Güdülenme Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmada her bağımsız değişkenin Skewness ve Kurtosis değerlerinin ±1 arasında dağılım gösterdiği belirlenmiştir. Buna göre verilerin analizinde frekans, aritmetik ortalama, standart sapma, t-testi, Pearson Correlation testi, Anova, Post-Hoc test istatistikleri testlerinden yararlanılmıştır. Ortaokul öğrencilerinin içsel güdülenme ve özdeşimle güdülenme alt boyutunda cinsiyet ve sınıf değişkenine göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Durumsal güdülenme ölçeğinin alt boyutları ile okul takımında oynama durumu arasında içsel, özdeşimle güdülenme ve güdülenmeme boyutlarında anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi dersine yönelik durumsal güdülenmeleri ile anne-baba eğitim düzeyi, sportif etkinliklere katılım sıklığı ve algılanan akademik başarı düzeyi arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık tespit edilmemiştir.

EXAMINATION OF THE LEVEL OF SITUATIONAL MOTIVATION OF SECONDARY SCHOOL STUDENTS FOR PHYSICAL EDUCATION LESSON

Considering that experiences gained in physical education lessons during childhood may increase motivation towards this lesson and sports at later ages, it is important to determine the level of situational motivation of the secondary school students for the physical education lesson. It is aimed to determine the situational motivations of the secondary school students towards the physical education lesson in terms of gender, class, status of playing in school team, parental education level, participation frequency for sports activities and perceived academic achievement level. In the research model, survey model from quantitative research methods was used. A total of 247 students, 72 from the 5thgrade, 52 from the 6thgrade, 67 from the 7thgrade and 56 from the 8thgrade, studying in Sarıkamış Sehit Fikret Gunduz Secondary School, Gazipasa Secondary School and MustafaKemal Pasa Secondary School in Sarıkamış province of Kars participated in the research in the academic year of 2017-2018. The Situational Motivation Scale developed by Ada,Aşçı,Çetinkalp and Altıparmak(2012) for the physical education lesson was used to collect data in the research. It was determined that each independent variable has a distribution of Skewness and Kurtosis values between ±1. Accordingly, frequencies, arithmetic mean, standard deviation, t-test, Pearson Correlation test, Anova and Post-Hoc test statistics tests were applied to analyze the data. It was figured out that secondary school students indicated significant differences in instinct motivation and identity-based motivation sub-dimensions according to gender and class variables. It is seen that there is a significant difference in the dimensions of instinct motivation, identity-based motivation and amotivation between the sub-dimensions of situational motivation scale and status of playing in school team. No statistically significant difference was found between the situational motivations of the secondary school students for the physical education lessons and the parental education level, participation frequency for sports activities and perceived academic achievement level.

SB590

KAYAK SPORCULARININ CESARET DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

[1]Gönül Tekkurşun Demir **, [2]Sevinç Namlı**

[1]Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi,Ankara
[2]Erzurum Teknik Üniversitesi, Erzurum

Email : *gonultekkursun@hotmail.com, sevincyilmaz@hotmail.com*

Giriş: Cesaret, bir tehdit karşısında, bireyin amaçları doğrultusunda gönüllü olarak, korkuyla ya da korkusuzca, harekete geçme durumudur (Woodart ve Pury, 2007). Bu bağlamda, kayak sporu yapanların karşılaştıkları engellerin üstesinden gelebilmesi ve hedefine varabilmesi için cesaretin önemli bir etken olduğu söylenebilir. Amaç: Profesyonel kayakçıların cesaret düzeylerinin yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim durumu ve spor yaşı değişkenlerine göre incelemektir. Yöntem: Araştırmada nicel araştırma modellerinden tarama deseni kullanılmıştır. Araştırmaya, tesadüfi örnekleme yöntemiyle seçilen 87 kadın, 140 erkek olmak üzere toplam 227 profesyonel kayakçı katılmıştır. Araştırmada veri toplamak için, Kişisel Bilgi Formu, Konter ve Johan (2012), tarafından geliştirilen "Spor Cesaret Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin analizinde, frekans, aritmetik ortalama, standart sapma, t- testi, Pearson Correlation testi, tek yönlü varyans analizi, Post-Hoc test istatistikleri testlerinden yararlanılmıştır. Sonuç: Araştırmada Spor Cesaret Ölçeği ile katılımcıların cinsiyet ve ekonomik durumları arasında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Yaş değişkeni ile Kendine Güven, Korkuyla Baş Etme, Kararlılık ve Kendini Feda Etme puanları arasında istatistiksel açıdan negatif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki; spor yaşı değişkeni ile Kendine Güven ve Korkuyla Baş Etme puanları arasında istatistiksel açıdan negatif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulunurken; Kararlılık ve Kendini Feda Etme puanları arasında istatistiksel açıdan negatif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Medeni duruma göre, evli kayakçıların bekâr kayakçılara kıyasla Kendini İfade Etme düzeyinin anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır. İlkokul mezunu kayakçıların Kendine Güven puanlarının, sırasıyla üniversite, lise ve ortaokul mezunu kayakçılardan; üniversite mezunu kayakçıların Kendini İfade Etme puanlarının lise, ilkokul ve ortaokul mezunu kayakçılara göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır.

EXAMINATION OF COURAGE LEVELS OF SKIING ATHLETES

Courage is a situation of acting voluntarily, in a state of fear or fearlessly, in line with the individual's purpose in the face of a threat (Woodart and Pury, 2007). In this context, it can be said that courage is an important factor for skiers to overcome the obstacles they encounter and reach their goals. The aim is to examine the courage levels of professional skiers according to their age, gender, marital status, educational status and sports history. In the research, survey model from quantitative research models was used. A total of 227 professional skiers, 87 female and 140 male, selected by random sampling method, participated in the research. Personal Information Form and "Sport Courage Scale" developed by Konter and Johan(2012) were used to collect data in the research. In the analysis of the data; frequency, arithmetic mean, standard deviation, t-test, Pearson Correlation test,one way variance analysis, Post-Hoc test statistics tests were used. In the study, no significant difference was found between the Sport Courage Scale and the genders and economic statuses of the participants. Whereas it was determined that there is a statistically significant negative relationship between the age variable and the scores of Self-Confidence, Coping with Fear, Determination and Sacrificing,there is a negatively and statistically significant relationship between the sport history variable and the scores of Self-Confidence and Coping with Fear at a moderate level; and also it was figured out that there is a negatively and statistically significant relationship between the scores of Determination and Sacrificing at a low level. According to marital status, married skiers were found to have a significantly higher level of Self-Expression compared to single skiers. It was determined that the Self-Confidence scores of skiers who are primary school graduates were significantly higher than those of skiers who are university,high school, secondary school graduates,

SB599

ANKARA'DA GÖREV YAPAN BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİNİN DİĞERKÂMLIK (YARARLILIK) DÜZEYLERİNİN ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLER DOĞRULTUSUNDA İNCELENMESİ

***[1]Yakup Polat*, [2]Yakup Polat, [3]Baybars Recep Eynur**

[1]Kamu İhale Kurumu-ANKARA
[2]KAMU İHALE KURUMU-ANKARA
[3]Dumlupınar Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu

***Email :** yakup.polat06@hotmail.com, yakup.polat06@hotmail.com, baybars.eynur@dpu.edu.tr*

Bu araştırmada, Ankara'da görev yapan beden eğitimi öğretmenlerinin diğerkâmlık düzeylerin çeşitli değişkenler doğrultusunda incelenmiştir. Araştırmanın modeli tarama modellerinden genel tarama modeldir. Ankara ilinde ortaokul ve lisede beden eğitimi öğretmenliği yapan 376 öğretmen araştırmanın örneklemini oluşturmaktadır. Veriler SPSS programında analiz edilmiştir. Analiz sonucu elde edilen verilere göre, Bencillik puanına göre, 30 ve daha küçük yaştaki öğretmenlerin Bencillik puanları en düşük, 41-50 yaş arasındaki öğretmenlerin puanları en yüksektir. Diğerkâmlık puanına göre, 30 ve daha küçük yaştaki öğretmenlerin Diğerkâmlık puanları en yüksek, 51 ve daha büyük yaştaki öğretmenlerin puanları en düşüktür. Mezun olunan okulun statüsü hizmet içi eğitim olan öğretmenlerin Özveri ve Bencillik puanları en yüksek, enstitü olan öğretmenlerin puanları en düşüktür. Hizmet süresi 1-5 yıl olan öğretmenlerin Özveri ve Diğerkâmlık puanları en yüksek, 30 yıldan fazla olan öğretmenlerin puanları en düşüktür. Hizmet süresi 11-20 yıl olan öğretmenlerin Bencillik puanları en yüksek, 21-30 olan öğretmenlerin puanları en düşüktür. İlköğretim 2.Kademede görev yapan öğretmenlerin Diğerkâmlık ve Özveri puanları daha yüksektir. Mezun olunan okulun statüsü akademi olan öğretmenlerin Diğerkâmlık puanları en yüksek, enstitü olan öğretmenlerin puanları en düşüktür.

INVESTIGATION OF ALTRUISM LEVELS (UTILITY) OF PYSICAL EDUATION TEACHERS WORKING IN ANKARA IN TERMS OF VARIOUS VARIABLES

In this study, the levels of altruism of the physical education teachers working in Ankara were examined in terms of various variables. In Ankara, 376 teachers who are secondary school and high school physical education teachers constitute the sample of the research. The data were analyzed in the SPSS software. According to the results obtained from the analysis, according to the selfishness score, the selfishness scores of the teachers at the age of 30 or less are the lowest and the scores of the teachers between the ages of 41-50 are the highest. According to the altruism points, teachers at the age of 30 or younger have the highest altruism point and the teachers at the age of 51 or older have the lowest scores. In terms of status of the graduated school, teachers with in-service training have the highest score for self-sacrifice and selfishness while teachers from institues have the lowest score. Teachers with 1-5 years of service experience have the highest scores of Self-sacrifice and altruism, and teachers with more than 30 years have the lowest scores. Teachers with 11-20 years of service experience have the highest selfishness scores and teachers with 21-30 have the lowest scores. Teachers who work at the 2nd level of primary education have higher altruism and devotion points. The ones with the highest atruism scores are the teachers whose graduated school is academy and the ones with lowest altruism score are the teachers whose graduated school is institute.

SB611

ÖLÇME ARAÇLARINA YÖNELİK BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMEN ADAYLARININN GÖRÜŞLERİ

***[1]Sevinç Namlı*, [2]Aynur Yılmaz**

[1]Erzurum Teknik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum
[2]Trabzon Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Trabzon

***Email :** sevinc.namli@erzurum.edu.tr, yilmazaynr@hotmail.com*

Giriş:Bilimsel olarak geçerli ve güvenilir veri elde edilmesinde, çalışma grubunun ölçme aracını düzgün bir şekilde okuyup doldurması etkilidir. Aksi takdirde elde edilen verilerin geçerlik ve güvenirliğinin sorgulanması gerekmektedir. Son yıllarda özellikle sosyal alanlarda kullanılan ölçme araçlarının (ölçek, anket vb.) nitelikli olmasında verilerin elde edildiği popülasyonun bakış açısının büyük önemi vardır. Amaç: Bu çalışmada, çalışma konusu olarak spor alanında yapılan çalışmalarda büyük paya sahip olan beden eğitimi öğretmen adaylarının ölçme araçları ile ilgili görüşlerini tespit etmek amaçlanmıştır. Yöntem: Bu amaç doğrultusunda nitel araştırma yaklaşımlarından durum çalışma deseninden faydalanılmıştır. Çalışma grubunu Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören, çalışmaya gönüllü olarak katılım sağlayan 12 öğretmen adayı (7 kadın, 5 erkek) oluşturmuştur. Çalışma grubu seçiminde amaçlı örnekleme yöntemlerinden kolay ulaşılabilir örneklem tercih edilmiştir. Veriler araştırmacılar tarafından hazırlanan "Kişisel Bilgi Formu" ve "Yarı yapılandırılmış görüşme formu" aracılığıyla elde edilmiştir. Görüşme formu hazırlanırken, konu ile ilgili literatür taraması yapılmıştır. Bunun sonucunda çalışmanın amacına hizmet eden 8 soru hazırlanmış, soruların kapsam geçerliğine kanıt sağlamak amacıyla hazırlanan sorular uzman görüşüne sunulmuştur. Uzmanlardan gelen dönütler doğrultusunda, görüşme sorularına son şekli verilmiştir. Verilerin analizinde içerik analizi tekniği kullanılmıştır. İçerik analizi, eldeki yazılı bilgilerin temel içeriklerinin ve içerdikleri mesajların özetlenmesi ve belirtilmesi işlemi olarak da tanımlanmaktadır. Sonuç: Elde edilen bulgular, ölçme araçlarının (anket, ölçek vb.) sınav zamanlarından ziyade ders döneminde ve bilişsel olarak yorgun olunmayan zaman diliminde doldurulmasının gerekliliğinden bahsettikleri saptanmıştır. Ölçme araçlarının madde sayılarının ortalama 20-25 arasında olmasının, dikkat açısından daha etkili olduğu ifade edilmiştir. Madde sayısı uzun olan ölçme araçlarının okunmadan doldurulduğu belirlenmiştir. Ölçme araçlarını etkili bir şekilde doldurmada katılımcıların o anki sahip oldukları psikolojik durumunun belirleyici olduğu saptanmıştır. Tüm bulgular dikkate alındığında; katılımcılara çalışmanın amacı ve önemi açıklanması ölçme aracının nitelikli doldurulmasında etkili olacaktır. Özellikle elde edilen sonuçlar katılımcılarla paylaşılmalıdır. Anahtar Kelimeler: Ölçme araçları, beden eğitimi öğretmen adayları, nitel araştırma, durum çalışması

VIEWS OF SPORTS TRAINING TEACHER CANDIDATES ON MEASUREMENT INSTRUMENTS

Introduction: It is effective for study group to read in detail and fill the measurement instrument in order to collect scientifically notable and reliable data. Otherwise, the collected data's validity and reliability should be questioned. In recent years, the views of population the data collected have a Hugo significance, especially on the measurement instruments' (scale, questionnaire, etc.) being qualified on social fields. Purpose: In this research, it is aimed to determine the views of sports training teacher candidates who has a big role in the studies on sports field as the study topic on measurement instruments. Method: In accordance with this purpose, case study design, one of the qualitative research approaches, is used. Study group is created with 12 volunteer attendants from Kırıkkale University Sports Sciences Faculty's students (7 women, 5 men). On choosing study group, easy available sampling, one of the purposeful sampling methods, is preferred. Data are collected by "Personal Information Form" and "Half-structured Interview Form" prepared by researchers. While preparing interview form, literature scan on the topic is studied. In conclusion, 8 questions serving for the aim of the study prepared, and these questions are presented to expert view in order to ensure evidence for content validity. In respect to the views of experts, the final shape is given to the interview questions. Conclusion: The data collected show that measurement instruments (questionnaire, scale, etc.) should be filled during the period when there is no cognitive tiredness rather than examination periods. It is stated that the measurement instruments' article numbers' being between 20-25 on average is more effective in terms of concentration. It is found that the measurement instruments with more effective in terms of concentration. It is found that the measurement instruments with more articles are filled without being read. Keywords: Measurement instruments, sports, training teacher candidates,

SB614

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLERİNİN MESLEKİ ETİK VE MESLEKİ MOTİVASYON DURUMLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ

[1]Sinan Uğraş, [2]Mehmet Güllü

[1]Sümer Ortaokulu, Malatya
[2]İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Malatya

Email : *sinanugras@gmail.com, mgullu44@gmail.com*

Amaç: Bu araştırmada beden eğitimi öğretmenlerinin mesleki etik ve mesleki motivasyon düzeylerinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Aynı zamanda beden eğitimi öğretmenlerinin mesleki etik ve mesleki motivasyon durumları arasında bir ilişkinin olup olmadığının araştırılması amaçlanmıştır.

Materyal ve Metot: Bu araştırmada, tarama, nedensel karşılaştırma ve korelasyonel araştırma yöntemleri kullanılmıştır. Veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından geliştirilen "Beden Eğitimi Öğretmeni Mesleki Etik Ölçeği" ve "Beden Eğitimi Öğretmeni Mesleki Motivasyon Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmaya 582 beden eğitimi öğretmeni katılmıştır. Analizler için bağımsız örneklem t testi, Anova ve Pearson korelasyon testleri kullanılmıştır.

Bulgular: "Mesleki Sorumluluk" boyutu çok yüksek düzeyde çıkarken "Mesleki Saygı Boyutu" orta düzeyde çıkmıştır. Cinsiyet değişkeni bakımından aralarında istatistiksel olarak bir fark bulunmamıştır. "Mesleki Saygı" boyutunda özel okulda çalışanlar lehine anlamlı fark bulunmuştur. Beden eğitimi öğretmenlerinin yaş değişkenine göre 22-32 yaş ile 33-43 yaş grubu arasında 33-43 yaş grubu lehine anlamlı fark olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Beden eğitimi öğretmenlerinin hizmet yılı değişkenine göre "Mesleki Saygı" boyutunda 0-5 hizmet yılı ile 11-15 hizmet yılına sahip öğretmenler arasında anlamlı fark çıkmıştır. Çalışma sonucunda beden eğitimi öğretmenlerinin çalıştıkları okul türü değişkeni bakımından "Okul Ortamından Kaynaklanan Motivasyon" boyutunda özel okulda çalışan öğretmenler lehine anlamlı fark bulunmuştur.

Sonuç: Beden eğitimi öğretmenlerinin mesleki etik ve mesleki motivasyon düzeyleri yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Mesleki saygı boyutu orta düzeyde olduğu bunun yanında "Okul Ortamından Kaynaklanan Motivasyon" düzeyinin düşük olduğu sonucu araştırmanın önemli bulguları içerisinde olduğu söylenebilir. Mesleki etik ve mesleki motivasyon arasında pozitif yönde ilişki olduğu tespit edilmiştir.

EVALUATİON OF PROFESSİONAL ETHİCS AND PROFESSİONAL MOTİVATİON LEVEL OF PHYSİCAL EDUCATİON AND SPORTS TEACHERS

Purpose: In this study, we aimed to examine the levels of professional motivation and professional ethics of physical education teachers. At the same time, physical education teachers with professional ethics and professional motivation was to investigate whether there is a relationship between the state of.

Method: : Survey, causal comparison and correlational research methods were used in this study. Data collection was done “ Physical Education Teacher Profession ethic scale” and Physical Education Teacher Profession motivation scale” developed by researchers. 582 physical education teachers participated in the survey. For analysis; independent samples t-test, Anova and Pearson correlation tests were used.

Findings: When size of the 'Professional Responsibility' increased a very high level, 'Professional Respect Dimension' increased middle level. There was not a significant difference between them in terms of the gender variable. "Professional Courtesy" in size there was a

significant difference in favor of employees in a private school. According to the age variable of physical education teachers with age between 22-32, 33-43 the age group of the age group it was inferred that there is significant difference in favor of 33-43. Physical education teachers according to the variable of years of service, "professional courtesy" between teachers with 0-5 years of service 11-15 years of service with no significant size difference was found.The study as a result of the work of the teacher of physical education in terms of school type variable "motivation arising from the school environment" dimension a significant difference in favor of teachers who work at private school was found.

Conclusion: Physical education teachers reached the conclusion that a high level of professional ethics and professional motivation. Besides the medium level professional respect dimension, "Motivation arising from the school environment", the low level of the important findings of the research can be said to be the result

SB615

TÜRKİYE VOLEYBOL 1. 2. LİGLERİNDE OYNAYAN VOLEYBOLCULARIN DOPİNG BİLGİ SEVİYEVE EĞİLİMLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

***[1]Cüneyt Şensoy*, [2]İbrahim Şahin**

[1]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı, Ankara
[2]Aksaray Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı,aksaray

***Email :** cuneytsensoy20071980@gmail.com, ibrahimsahin_68@hotmail.com*

Amaç: Bu çalışmanın amacı Türkiye birinci ve ikinci liglerinde oynayan kadın ve erkek voleybolcuların doping bilgi seviye ve eğilimlerinin değerlendirilmesidir. Yöntem: Anket 30 kişilik bir voleybolcu grubuna uygulanmış, doldurulan anketlere göre sorulardaki eksiklikler giderilerek yeniden düzenlenmiş ve anketin geçerlik-güvenirlik çalışması yapılmış, Cronbach's Alpha kat sayısı 0.743 ve madde sayısı 17'di olarak bulunmuştur. Sporcuların Oynadıkları Lige Göre Doping Bilgi Düzeylerinin dağılımına bakıldığında. stimülanlar ile ilgili bilgi düzeyi açısından 1.ligde oynayan voleybolcular lehine anlamlı bir farklılığın olduğu görülmekteyken ($p<0.05$); anabolik androjenik steroidler, beta blokerler ve genel doping bilgi düzeyi açısından ise 2. ligde oynayan voleybolcular lehine anlamlı bir farklılığın olduğu görülmektedir. Sporcuların oynadıkları pozisyona göre stimülanlara ilişkin bilgi düzeyi açısından liberolar ile pasörler, smaçörler ve orta oyuncular arasında anlamlı bir farklılığın olduğu görülmektedir ($p<0.05$). Doping bilgi düzeyine ilişkin ortalama değerler incelendiğinde stimülanlar ile ilgili en düşük bilgi düzeyine liberoların sahip olduğu görülmektedir. Ayrıca anabolik androjenik steroidlere ilişkin bilgi düzeyi açısından smaçörler ve liberolar arasında liberolar lehine; beta blokerlere ilişkin bilgi düzeyi açısından ise pasörler ve liberolar arasında yine liberolar lehine anlamlı bir farklılığın olduğu anlaşılmaktadır ($p<0.05$). Sonuç: Sonuç itibariyle maç içerisinde daha aktif pozisyonda olan sporcuların doping bilgilerinin anlamlı oranda olması başarı için doping kullanabilirim ile eş değer olmaktadır.

Anahtar Kelimeler : Doping, Voleybol

EVALUATİON OF DOPİNG KNOWLEDGE LEVEL AND TENDENCY, VOLLEYBALL PLAYER WHO PLAYS İN THE FİRST AND SECOND LEAGUE İN TURKEY

Objective: The aim of this research is to evaluate the doping knowledge level and tendency among volleyball players playing in the first and second leagues in Turkey, Methods: The survey was conducted to a population of 30 volleyball players. Cronbach Alpha internal consistency method and the value obtained is 0.743 and the number of items was found as 17. When the distribution of the Doping Knowledge Levels according to the league is evaluated, in terms of level of knowledge about stimulants, it was seen that meaningful difference in favor of volleyball players playing in the 1st League ($p<0.05$); in terms of anabolic androgenic steroids, beta-blockers, and general doping knowledge, there seems to be a significant difference in favor of volleyball players in the 2nd League. It is seen that there is a significant difference between libero's and setter's, spiker's and middle players in terms of level of knowledge about stimulants according to the position they are playing ($p<0.05$). When the average values of doping information level are examined, it seems that libero has the lowest level of knowledge about stimulants, Furthermore, in terms of the level of knowledge about anabolic androgenic steroids, between spiker and libero, it is understood that there is a significant difference in favor of libero, on the other side, in terms of the level of knowledge about beta-blockers between setter and libero, it is understood that there is a significant difference in favor of the libero ($p<0.05$). Conclusion: As a result, the doping information of the athletes who are in a more active position in the match is meaningful is equivalent to the information of others who may use doping for success.

Keywords: Volleyball, doping

SB619

TAKTİK OYUN YAKLAŞIMININ VOLEYBOL OYUN PERFORMANSINA ETKİSİNİN İNCELENMESİ: BİR ALT YAPI TAKIM ÖRNEĞİ

[1]Burak Güneş, [2]A. Dilşad Mirzeoğlu, [3]Hakan Göveli, [4]Ezgi Tulay

[1]Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Spor Bilimleri Ve Teknolojisi Yüksekokulu- Nevşehir
[2]Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi- Sakarya
[3]MEB, Betül Can Anadolu Lisesi – Ankara
[4]Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi-Kırıkkale

Email : *gunesburak82@gmail.com, belcesu@yahoo.com, hakangoveli@gmail.com, ezgituly@gmail.com*

Voleybol oynayabilmek, sporcuların oyunun temel kuralları ile tutarlı olarak uygun kararlar almasını gerektirir. Bu durum fonksiyonel olarak taktik olarak tanımlanmaktadır. Son zamanlarda taktikleri öğretmek, sportif oyunların öğretiminin merkezi haline gelmiştir. Bu bağlamda bu çalışmanın amacı, taktik oyun yaklaşımına (TOYA) dayalı voleybol antrenmanlarının sporcuların oyun performansı (karar verme, beceri uygulama, ayarlama, katılım, oyun performansı) üzerine etkilerini incelemektir. Araştırmada yarı deneysel modellerden kontrol grupsuz ön- son test modeli kullanılmıştır. Araştırmaya Ankara İli Çankaya İlçesinde bulunan bir kulübün voleybol alt yapısına devam eden, yaş ortalaması 12.13±0.83 (min-max=11-13) olan ve bir yıllık spor deneyime sahip 15 kız sporcu katılmıştır. Sporculara manşet pas, parmak pas ve alttan servis becerilerini içeren haftada 3 saat, 5 hafta süresince TOYA kullanılarak antrenman yaptırılmıştır. Çalışmada veri toplamak için Oslin, Mitchell ve Griffin (1998) tarafından geliştirilen oyun performansı değerlendirme ölçeği ön test-son test olarak uygulanmıştır. Antrenman süreci, voleybol alanında antrenörlük belgesine sahip ve öğretim yöntemleri konusunda uzman bir antrenör tarafından yürütülmüştür. Verilerin analizinde Mann Whitney U ve Wilcoxon işaretli sıralar testleri kullanılmıştır. Araştırma bulgularına göre, karar verme, beceri uygulama, ayarlama, oyuna katılım ve oyun performansı bileşenlerinde son testler lehine anlamlı bir fark elde edilmiştir. Voleybola yeni başlayan çocuklar için, voleybol temel becerilerini geliştirip, bu becerileri oyun içerisinde kullanmak oldukça zordur. Çünkü oyuncuların, servisi karşılayacakları beceri, karşılanan servisin atılacağı bölge, pasörün kullanacağı beceri türü gibi kararlar verirken aynı zamanda öğrenmiş olduğu becerileri doğru bir şekilde uygulamaları ve hücum-savunma için doğru hazırlıkları yapmaları gerekmektedir. Yapılan çalışmada TOYA'nın tüm bu davranışları geliştirdiği ortaya konmuştur. Sonuç olarak, TOYA'nın voleybol alt yapı çalışmalarında oyuna ait taktiksel özelliklerin geliştirilmesi için etkin bir alternatif olduğu söylenebilir. Anahtar Kelimeler: Taktik oyun yaklaşımı, voleybol, performans.

INVESTIGATION THE EFFECT OF TACTICAL GAME APPROACH ON VOLLEYBALL GAME PERFORMANCE: AN SUBSTRUCTURE TEAM CASE

Playing volleyball requires appropriate decision making consistent with the basic rules of the game. This is functionally called as tactical. Teaching tactics in recent years has become the center of teaching sports games. In this context, the aim of this study was to investigate the effect of tactical game approach (TOYA) on the performance level of volleyball players (decision making, skill application, adjustment, participation, game performance). In this study, quasi-experimental, pre-post test model without control group was used. A total of 15female athletes with an average age12.13±0.83(min-max=11-13) and one-year sports experience in a volleyball substructure team in Çankaya, Ankara participated in the survey. The players were trained using TOYA for 3hours/a week during 5weeks, including bump-pass, overarm pass and underhand-serve skills. The Game Performance Assessment Instrument developed by Oslin, Mitchell and Griffin (1998) was used as pre-test and post-test to collect the datas. The training process was carried out by a coach who has a volleyball coaching certificate and an expert on teaching methods in physical education. Mann Whitney-U and Wilcoxon signed-rank tests were used to analyze the datas. According to the findings, a significant difference was found in decision-making, skill application, adjustment, participation and play performance components in favor of the post-tests. It's difficult for volleyball beginners to develop their basic skills in volleyball and to use these skills in the game. Because the players have to make the right

preparations for offence-defence and perform skills while they make some decisions such as the servive reception, for the area to throw the type of skill of setter. It has been revealed that TOYA has developed all these behaviors in this study. As a result, it's suggested that TOYA is an effective alternative for developing tactical features of game in volleyball substucture works. Keywords: Tactical game approach, volleyball, performance.

SB637

ORTAÖĞRETİM ÖĞRENCİLERİNİN BİLGİSAYAR OYUN BAĞIMLILIĞI İLE FİZİKSEL AKTİVİTE İÇEREN OYUNLARI OYNAMAYA YÖNELİK TUTUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

***[1]Nurgül Tezcan Kardaş*, [1]Ömer Şener, [1]Serap Ceylan**

[1]Düzce Üniversitesi/ Düzce

Email : *, omersener24@gmail.com , srpcyln39@gmail.com*

Bu araştırmanın amacı, bilgisayar oyun bağımlılığı ile fiziksel aktivite içeren oyunları oynamaya yönelik tutumları arasındaki ilişkinin incelenerek çeşitli değişkenlerle karşılaştırılmasıdır. Çalışmada, cinsiyet, yaş, spor yapma durumu, bilgisayar oyunu oynama süresi v.s. gibi değişkenlerin bilgisayar oyun bağımlılığı ve/veya fiziksel aktivite (oyunsallık) içeren oyunları oynama üzerinde etkisinin olup olmadığı araştırılmaktadır. Araştırma grubunu Düzce ve Bolu illerinde belirlenmiş ortaöğretim düzeyindeki öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırma grubu gönüllülük esasına dayalı belirlenmiştir.Anket formu 796 ortaöğretim öğrencisine uygulanmıştır. Veri toplama aracı olarak bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeği ve fiziksel aktivite (oyunsallık) ölçeği kullanılmıştır. Toplanan veriler SPSS v.25 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Farklı değişkenler karşılaştırılarak bilgisayar oyun bağımlılığı ile fiziksel aktivite içeren oyunları oynamaya yönelik tutum arasındaki ilişki açıklanmaya çalışılmıştır.

ANALYSIS OF THE RELATION BETWEEN COMPUTER ADDICTION AND ATTITUDES TOWARDS PLAYING PHYSICAL ACTIVITY RELATED GAMES OF SECONDARY EDUCATION STUDENTS

The aim of this study is to analyze the relation between computer addiction and attitudes towards playing physical activity related games of secondary education students and to compare them with various variables. In the study, if variables such as gender, age, doing sports and the duration of computer game playing have an effect on computer game addiction and/or playing physical activity related games is researched. The study group consists of students of secondary education determined in provinces of Düzce and Bolu. The study group was determined in terms of voluntary participation. Survey was applied to 796 secondary education students. As data collection tools, computer game addiction scale and playfulness scale were used. Obtained data were analyzed through SPSS v.25. The relation between computer game addiction and attitude towards playing physical activity related games were tried to be explained by comparing different variables.

SB649

BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİNİN ÖĞRETİM MODELLERİ ÖZ-YETERLİKLERİ VE ÖĞRETEBİLME YETERLİKLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Deniz Hünük*, [2]Yüksel Savucu, [3]Mehmet Ata Öztürk, [4]Mehmet Yanık, [5]Mustafa Levent ince**

[1]Pamukkale Üniversitesi, Denizli
[2]Fırat Üniversitesi, Elazığ
[3]Orta Doğu Teknik Üniversitesi
[4]Balıkesir Üniversitesi, Balıkesir
[5]Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara

***Email :** dehunuk@gmail.com, , , ,*

Giriş ve Amaç: 2013 yılından itibaren ülkemiz beden eğitimi ve spor dersi öğretim programlarında öğretim modelleri yer almakla birlikte bu modellerin kullanılması konusunda çok sınırlı sayıda araştırma yapılmıştır. Bu araştırmanın amacı, ortaokul beden eğitimi öğretmenlerinin öğretim modelleri öz yeterlik ve öğretebilme yeterliği algılarını incelemektir. Yöntem: Araştırmada Todd ve ark. (2016) tarafından geliştirilen "Beden Eğitimi Öğretmenleri Öğretim Modelleri Kullanım Ölçeği" Türkçe'ye uyarlanarak kullanılmıştır. Uyarlanan ölçeğin kapsam geçerliliği 5 alan uzmanı tarafından incelenmiştir. Çalışmaya Ankara, Balıkesir ve Elazığ illerinden 390 beden eğitimi öğretmeni katılmış ve her bir ilde 6-8 öğretmenin katıldığı üç ayrı odak grup görüşmesi yapılmıştır. Odak grup görüşme yapısı içinde ölçeğin içeriği ile öğretmenlerin görüşleri kapsam geçerliği açısından değerlendirilmiştir ve ölçek son haline getirilmiştir. Araştırmada nicel verilerin değerlendirmesinde betimsel istatistik, nitel veriler için ise içerik analizi yöntemi kullanılmıştır. Bulgular: Araştırmanın nicel bulgularına göre, öğretmenlerin en sık doğrudan öğretim modelini, en az ise araştırma, bireyselleştirilmiş ve akran öğretimi modellerini kullandığı anlaşılmaktadır. Bununla birlikte öğretmenler, doğrudan öğretim modeli ve işbirlikli öğretim modeli bilgilerini diğer öğretim modelleri bilgilerine göre daha yeterli algılamaktadır. Öğretmenlerin % 25'inden fazlası araştırma öğretim modeli, bireyselleştirilmiş öğretim modeli, akran öğretimi modeli, taktiksel oyun modeli, bireysel ve sosyal sorumluluk modeli ve spor eğitimi modeli bilgilerini yetersiz olarak algılamaktadır. Araştırmanın nitel sonuçları da nicel sonuçları destekler niteliktedir ve çalışmaya katılan öğretmenler öğretim modelleri konusunda bilgilerini geliştirmeleri gerektiği üzerinde durmuşlardır. Sonuç: Araştırma bulgularına göre, öğretmenlerin öğretim modelleri ile ilgili bilgilerinin yetersiz olduğu ve öğretmenlerin modellere sınırlı değer verdikleri anlaşılmaktadır. Bu doğrultuda beden eğitimi öğretmenlerine hazırlanacak olan mesleki gelişim programlarında öğretim modellerine teorik ve uygulamalı olarak yer verilmesine olanak yaratılması beklenmektedir.

EXAMINATION OF PHYSICAL EDUCATION TEACHERS' SELF-EFFICACY AND TEACHING EFFICACY TOWARD INSTRUCTIONAL MODELS

Purpose: Instructional models are been a part of Turkish physical education school curriculum since 2013 however limited studies have been conducted on teachers' using instructional models at schools. The purpose of this study is to examine middle school physical education teachers' self-efficacy and teaching efficacy toward instructional models. Methods: In this study, "Physical Education Teachers' Knowledge and Use of Instructional Models Questionnaire" which was developed by Todd et al. (2016) was adapted to use in Turkey. Content validity of the questionnaire was assured by 5 experts. 390 physical education teachers from Ankara, Balıkesir and Elazıg participated in this study. Three focus group interviews were conducted with 6 to 8 physical education teachers in each disctrict. Content validity of the questionnaires were discussed at the interviews with teachers and questionnaire were finalized. Quantitave data were analysed with descriptive statistics while qualitative data were analysed by content analysis. Findings: Quantitative results revealed while teachers were mostly using Direct Instruction Model, they were less using Personalized System for Instruction and Peer Teaching. Moreover, teachers knowledge was strong for Direct Instruction and Cooperative learning models. More than 25% of teachers knowledge was weakest for Inquiry Teaching, Personalized System for Instruction, Peer Teaching, Teaching Games for

Understanding, Teaching Personel Social Responsibility and Sport Education Model. Qualitative results of this study supported quantitave results and indicated that teachers' knowledge about instructional models are not adequate. Conclusion: This study resulted that teachers' knowledge about instructional models are not adequate and they gave limited value to the models. Therefore, it is expected that professional development programmes for physical education teachers should include theoretical and practical application of instructional models. References: Todd EL., Begofia CR., Carol CI. (2016) An evaluation of teachers' knowledge and use of physical education instructional models. Journal of Physical Education and Sport, 16(4), 1310-1315.

SB669

TÜRKİYE'DEKİ RAFTİNG VE AKARSU KANO SLALOM SPORCULARININ SPORA BAŞLAMA NEDENLERİ VE BEKLENTİLERİNİN BELİRLENMESİ

***[1]Nurcan Emniyet*, [2]Nurcan Demirel, [2]Nurcan Emniyet, [2]Cemil Tuğrulhan Şam,**

[1]Atatrürk Üniversitesi
[2]Atatürk Üniversitesi

Email : *nurcangur85@hotmail.com, nurcandemirel@atauni.edu.tr, nurcangur85@hotmail.com, tugrulsam@atauni.edu.tr,*

TÜRKİYE'DEKİ RAFTİNG VE AKARSU KANO SLALOM SPORCULARININ SPORA BAŞLAMA NEDENLERİ VE BEKLENTİLERİNİN BELİRLENMESİ

Nurcan DEMİREL, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, nurcademirel@atauni.edu.tr Nurcan EMNIYET, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, nurcangur85@hotmail.com

Çalışmanın Konusu: Türkiye'de aktif olarak rafting ve akarsu kano slalom sporu yapan bayan/erkek sporcuların spora başlama nedenleri ve beklentilerinin belirlenmesidir.

Materyal ve Metot: Sporcular Türkiye Kano Federasyonu sıralamasında yer alan Doğu Karadeniz bölgesinden rastgele seçilen 16-23 yaş ümitler kategorisinde yarışan 40 erkek, 30 bayan toplam 70 sporcu ile oluşmaktadır. Araştırmada kullanılan anketlerde elde edilen veriler bilgisayar ortamında hesaplanıp verilerin aritmetik ortalama dağılımları, frekans ve yüzdeleri bulunup karşılaştırmada Bağımsız T-testi, Mann Whitney Testi ve Kruskal Wallis H Testi kullanılmıştır. 5'li Likert dereceleme ölçeğinde bulunan yorumlarda belirlenen aralıklar, 4/5=0.80 formülü ile sonuçlandırılmıştır. Çıkan sonuca göre; 1.00-1.80 (1-kesinlikle katılmıyorum) 1.81-2.60 (2- katılmıyorum) 2.61-3.40 (3– ne katılıyorum ne katılmıyorum) 3.41-4.20 (4-katılıyorum) 4.21-5.00 (5–kesinlikle katılıyorum) şeklinde puanlama yapılmıştır.

Bulgular ve Sonuçlar: Türkiye'de aktif olarak rafting ve kano sporu ile uğraşan sporcuların, spora başlama nedenleri arasında diğer yapılan çalışmalarda da görüldüğü gibi ailesinin ve yakın çevrenin teşvik eden ve destekleyen en önemli unsurlardan biri olması, rafting ve kano sporunu sevilmesi, milli takım sporcusu olma isteği, sağlıklı bir fiziksel görünüme sahip olmak ve tanınan sporcu olma isteğinin doğması bu sporlara başlamada en önemli etken olduğu görülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Akarsu kano, Rafting, Sporcu, Spora başlama, Spordan beklentiler.

THE DETERMINATION OF RAFTING AND WHITEWATER SLALOM SPORTMEN'S REASONS TO START DOING SPORTS

THE DETERMINATION OF RAFTING AND WHITEWATER SLALOM SPORTMEN'S REASONS TO START DOING SPORTS

Nurcan DEMİREL, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, nurcademirel@atauni.edu.tr Nurcan EMNIYET, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, nurcangur85@hotmail.com

Subject of the Study: The purpose of this study is to define both men's and women's reasons to start rafting and whitewater kayaking actively and their expectations in Turkey.

Material and Method: 40 men and 30 women who competed in 16-23 age range and took part in Turkish Canoe Federation are randomly selected from the East Black Sea region. In the research, the obtained data through the surveys has been calculated via computer and frequency, percentage and arithmetic average have been found. To compare, Independent samples T-test, Mann Whitney Test and Kruskal Wallis H Test have been used. The comments on a 5 licert scale are determined by 4/5=0,80 formulation. The calculation based on this formula is; 1.00-1.80 (1 – Strongly Disagree) 1.81-2.60 (2 – Disagree) 2.61-3.40 (3 – Neither Agree Nor Disagree) 3.41- 4.20 (4 – Agree) 4.21-5.00 (5 – Strongly Agree).

Findings and Results: As it can be seen on several other research done in Turkey, encouregement of family and immediate vicinity is one of the most important factors which makes the sportsmen involved in rafting and whitewater kayaking, while the main reason behind enjoying rafting and whitewater kayaking appears to be the wish to look healthier and be a well known sportsmen Key Words: Whitewater kayaking, Rafting, Sportsmen, Start doing a sport, Expectations from the sport.

SB694

HALK DANSLARI TEMEL FİGÜR ÖĞRETİMİNDE AYNALARIN ÖĞRENME VE PERFORMANSA ETKİSİ

***[1]Gizem Ceylan*, [1]Gizem Ceylan, [2]Oğuzhan Yoncalık , [2]Melike Taşbilek Yoncalık**

[1]ANKARA ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ, ANKARA
[2]KIRIKKALE ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ, KIRIKKALE

***Email :** gizemcyln.87@gmail.com, gizemcyln.87@gmail.com, yoncaliko@gmail.com, meliketyoncalik@gmail.com*

Bu çalışmanın amacı, halk dansları figürleri öğretilirken, ortamın aynalı ya da aynasız olması durumunun, öğrenciler üzerine etkilerini incelemektir.

2016- 2017 eğitim öğretim yılı güz ve bahar dönemlerini kapsayan bu çalışma, Ankara Büyükşehir Belediyesi Batıpark Çocuk Kulübüne kayıtlı toplam 94 öğrenci üzerinde yürütülmüştür. Toplamda 94 öğrencinin 46'sı 4.sınıfta ve 49'u 2.sınıfta eğitim gören öğrencilerdir. Çalışmada video analizi, memnuniyet anketi ve görüşme yöntemi kullanılmıştır. Verilerin analizi için SPSS 18 paket programı kullanılmıştır. Araştırmanın sonucunda elde edilen nicel bulgulara göre aynalı salonda eğitim gören öğrenciler ile aynasız salonda eğitim gören öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Aynalı ve aynasız salonda eğitim gören erkek öğrencilerin karşılaştırılmasında anlamlı bir farklılık tespit edilmezken, aynalı salon ile aynasız salonda eğitim gören kız öğrencilerin karşılaştırılmasında anlamlı farklılıkla karşılaşılmıştır ($p<0.05$). Video analizlerinde hareket uyumu, denge bozukluğu, şaşırmalar ve ritim duygusu bakımından aynalı ve aynasız salon gruplarının karşılaştırılmasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar kaydedilmiştir. Memnuniyet anketi sonuçlarında ise; iki grup arasında (aynalı-aynasız) ilk hafta ve beşinci hafta ortalamalarında anlamlı farklılık tespit edilirken($p<0.05$). Diğer haftalarda anlamlı bir farklılık belirlenmemiştir. Nitel bulgulara göre, anında geri bildirim dönütünün olmasının, hızlı öğrenmeyi ve hatayı anında düzeltmeyi desteklediği vurgulanmıştır. Yine nitel bulgulara göre, özellikle görsel geri bildirimin söz konusu olduğu öğrenme ortamında öğrenci, dansçı ve eğitmenin sınıfta bir uyaran (ayna) ile eğitim vermesi ya da almasının olumlu sonuçlar doğurabileceği kanısına varılmıştır.

Eldeki bu çalışmanın nicel ve nitel bulgularına göre, çocuklara halk dansları figürleri öğretilirken, aynalı bir salonda eğitim vermenin olumlu etkilerinin olduğu sonucuna varılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Aynalar, halk dansları, öğrenme, motivasyon, performans

THE EFFECT OF MİRRORS İN TEACHİNG BASİC MOVES OF FOLK DANCES ON LEARNİNG AND PERFORMANCE

The aim of this study was investigation of impact of enviroment conditions with mirror or without mirror on student during folk dancing instruction.

This study was implemented in 2016-2017 academic years and conducted on 94 students who registered to the Batıpark Kindergarden of Ankara Metropolitian Municipality. Despite 49 participants of total are in secondgrade, 46 of them are in fourtgrade .Video analysis, satisfaction questionnaire and interview method were used in the study. SPSS 18 package program was used for the analysis of the data. According to quantative analysis results of study, there was a statistical differences between the groups that students are instructed in enviroment condition with mirror or vice versa. Altough there was no significant differences between males participant who are instructed in enviroment condition with mirror or without mirror, there was a significant differences between females participant who are instructed in enviroment condition with mirror or without mirror($p<0.05$) There was a significant differences between groups with

regard to movement harmony, balance disorder, movement mixing and sense of rhythm in video analysis. Furthermore there was a significant differences between groups in first week and middle of fifth week means but there was not any significant differences for other weeks. According to qualitive analysis, immediate feed back instruction could promote the quick learning and immediate correcting a mistake. Again according to qualitative findings, especially in the learning environment where visual feedback is the subject, dancer and instructor a stimulus in the classroom (mirror) to provide training or that training may have positive consequences.

According to quantative and qualitative anaysis of this study, given instructor in enviroment condition with mirror has some positive effects for folk dancing instruction in children.

Key words: Mirrors, Folk Dances, Learning, Motivation, Performance

SB707

SPOR BİLİMLER FAKÜLTESİNDE ÖĞRENİM GÖRMEKTE OLAN ÖĞRENCİLERİN YABANCILAŞMA DÜZEYLERİNİN ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ

[1]Mustafa Altınkök, [1]Buket Şeran, [2]Bahadır Demir, [1]Burak Handal

[1]AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ,ANTALYA
[2]15 TEMMUZ ŞEHİTLER ORTAOKULU,ANTALYA

Email : *mustafaaltinkok@akdeniz.edu.tr, seranbuket@gmail.com, bahadr77@hotmail.com, burakhaldan@hotmail.com*

Spor Bilimleri Fakültesinde Öğrenim Görmekte Olan Öğrencilerin Yabancılaşma Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi

Bu araştıma Spor Bilimleri Fakültesinde öğrencilerin öğrenim gördükleri bölümlere ve sınıf düzeylerine göre mesleki yabanacılaşma düzeylerini belirlemek amacıyla yapılmıştır. Bu araştırmaya Akdeniz Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Bölümü, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Spor Yöneticiliği Bölümü ve Rekreasyon bölümünde öğrenim görmekte olan 141 kadın ve 119 erkek olmak üzere toplam 260 öğrenci oluşturmaktadır. Veri toplama aracı 2 bölümden oluşmaktadır. 1.bölümde araştırmaya katılan öğrencilerin sosyodemografik yapılarını belrlemek üzere kişisel bilgi formu, 2.bölümü ise öğrencilerin yabancılaşma düzeylerini belirlemek için Çağlar (2012) tarafından geliştirilen "Öğrenci yabancılaşma ölçeği "ile toplanmıştır. Çağlar (2012) tarafından geliştirren öğreni yabancılaşma ölçeği tek boyutlu ve 20 maddeden oluşmaktadır. Verilerin analizinde ise frekans ve yüzde dağılımları ve bağımsız gruplan için One Way Anova kullanılmıştır. Sonuç olarak araştırmaya katılan öğrencilerin öğrenim gördükleri bölümlere göre ve sınıf düzeylerine göre farklı düzeylerde anlamlı farklılıklar bulunmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Yabancılaşma, Yabancılaşma Düzeyleri, Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencileri

EXAMINING THE ALIENATION LEVELS OF THE STUDENTS WHO STUDY AT SPORTS FACULTY ACCORDING TO VARIOUS VARIABLES

Examining the Alienation Levels of the Students Who Study at Sports Faculty According to Various Variables

This study is carried out to determine the occupational alienation levels of the students according to their field and their class level at the sports faculty. Those who participate in this study consist of 141 female and 119 male students who study at the fields such as physical education, sports education,coaching education,sports management and recreation at the sports faculty. The data collection tool consists of two parts.The first part is information form which determines sociodemographic structures of the students who participate in this study.The second part is student alienation scale that was developed by Çağlar (2012) to determine the alienation levels of the student. The student alienation tool consists of 20 items and it is unidimensional. One Way Anova is used for frequency, percentage distribution and independent groups as a data analysis. As a result, this study finds meaningful differences for the students who participate in this study according to their field and class level.

key words: Alienation, alienation levels, sports faculty students

SB720

ARTİSTİK CİMNASTİK ANTRENMAN ORTAMI NİTELİĞİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

***[1]Koray Kılıç*, [2]Mustafa Levent İnce**

[1]Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara; Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, Kırşehir
[2]Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara

Email : *kkilic@metu.edu.tr, mince@metu.edu.tr*

Sporcuların psikososyal gelişiminin optimum düzeyde desteklenmesi için "sekiz antrenman ortamı özelliği" daha önce başka araştırmacılar tarafından tanımlanmıştır. Bunlar, a) fiziksel ve psikolojik olarak güvenli bir ortam, b) uygun yapılanmış antrenman veya yarışma ortamı, c) destekleyen etkileşim ortamı, d) aidiyet geliştirme fırsatları sunan bir ortam, e) olumlu sosyal normları destekleyen bir ortam, f) özerkliği destekleyen bir ortam, g) beceri geliştirme fırsatları sunan bir ortam ve h) aile, okul ve toplumun çaba ve girişimlerinin bütünleştiği bir ortamdır. Bu çalışmanın amacı bu sekiz ortam özelliği'nin bir yarışma amaçlı gençlik sporu ortamındaki varlığını incelemektir. Çalışma verileri Ankara ilindeki bir cimnastik salonunda, burada çalışan altı antrenör (2 baş antrenör, 4 altyapı antrenörü) ile yapılan odak grup görüşmesi ve uzun süreli saha gözlemleri ile toplanmıştır. Veriler Tematik Analiz yöntemi ile analiz edilmiştir. Bulgulara göre özellikle "fiziksel ve psikolojik olarak güvenli bir ortam" (örn., güvensiz bir psikolojik ortam), "uygun yapılanmış antrenman veya yarışma ortamı" (örn., yaşa uygun olmayan antrenör uygulamaları), ve "özerkliği destekleyen bir ortam" (örn., özerkliği engelleme & ego iklimi yaratılmış ortam) boyutlarında geliştirmeye açık alanlar olduğu saptanmıştır. Gelecekteki araştırmalarda spor programlarının niteliğinin farklı spor ortamlarında kapsamlı bir biçimde incelenmesinde sekiz ortam özelliği kavramsal çatısının kullanılması ve gelişmeye açık alanların iyileştirilmesi önerilmektedir. Anahtar kelimeler: gençlik gelişimi, program değerlendirmesi, antrenörler, yarışmacı spor, program niteliği

ASSESSMENT OF THE QUALITY OF AN ARTISTIC GYMNASTICS SETTING

In order to optimally support athletes' psychosocial development, "eight setting features" were defined by researchers previously. These are a) physical and psychological safety, b) appropriate structure, c) supportive relationships, d) opportunities to belong, e) positive social norms, f) support for efficacy and mattering, g) opportunities for skill building, and h) integration of family, school, and community efforts. The purpose of this study was to examine the presence of these eight setting features within a youth sport context. The data were collected via a focus-group interview conducted with six coaches (2 elite level & 4 developmental level coaches) working at a gymnastics hall located in Ankara, and long-term field observation. The data were analyzed using Thematic Analysis method. According to the findings, especially in "physical and psychological safety" (e.g., a psychologically unsafe environment), "appropriate structure" (e.g., age-inappropriate coaching practices), and "support for efficacy and mattering" (e.g., autonomy discouragement, & ego-oriented climate) areas of need for improvement were determined. In future research, it is suggested that the eight setting features framework be used in comprehensively examining the quality of sport programs in different sport settings and enhancing the areas need for improvements. Keywords: youth development, program evaluation, coaches, competitive sport, program quality

SB721

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENİ ADAYLARINDA BENLİK FARKLILIKLARININ BAZI PSİKOLOJİK ÖZELLİKLER AÇISINDAN İNCELENMESİ

***[1]İsmail Aktaş*, [1]Gülfem Sezen-Balçıkanlı**

[1]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : *ismailaktas0025@gmail.com, gulfems@hotmail.com*

Bu çalışmada, gelecekte eğitim sistemin önemli parçalarından biri olacak olan beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının benlik farklılıklarının bazı değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu, farklı üniversitelerin beden eğitimi ve spor öğretmenliği programında öğrenim gören 190'ı kadın 209'si erkek toplam 399 birey oluşturmaktadır. Grubun yaş ortalaması 21.65'dir. Çalışmanın amacına yönelik hazırlanan veri toplama aracı, kişisel bilgi formu, "Benlik Farklılıkları İndeksi", "Bilişsel Esneklik Ölçeği", "Psikolojik İyi Oluş Ölçeği", "Yaşam Doyum Ölçeği", "Sürekli Kaygı Envanteri" ve "Değerler Ölçeği" olmak üzere 7 farklı bölümden oluşmaktadır. Ölçme araçlarının uygunluğunu test etmek amacıyla, doğrulayıcı faktör analizi sonuçları ve cronbach alfa değerleri incelenmiştir. Araştırmaya dahil edilen değişkenlerin farklı benlikleri yordama gücünü belirlemek amacıyla çoklu doğrusal regresyon analizi uygulanmıştır. Uygulanan korelasyon analizi sonucu değişkenler arası ilişkiler literatürün önerdiği kriter değerler doğrultusunda incelenmiş, çoklu bağlantı sorununa sebep olabilecek herhangi bir sonuca rastlanmamıştır. "İdeal Benlik", "Zaruri Benlik" ve "İstenmeyen Benlik" in yordayıcılarını ve yordama düzeylerini belirlemek için üç farklı model kurulmuştur. Ulaşılan sonuçlar üç modelinde istatistiksel olarak anlamlı olduğunu ortaya koymaktadır (1. Model (İdeal Benlik) $p<0.001$ $R2=.313$, 2. Model (Zaruri Benlik) $p<0.001$ $R2=.106$ 3. Model (İstenmeyen Benlik) $p<0.001$ $R2=.074$). Değişkenler kontrol altında tutulduğunda, bilişsel esneklik, kaygı, psikolojik iyi oluş, yaşam doyum ve toplumsal değerlerin, farklı benliklerin manidar düzeyde yordayıcıları olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Beden eğitimi ve spor öğretmeni adayları örnekleminde gerçekleştirilen bu çalışmanın sonuçları benlik kavramının bazı psikolojik özellikler tarafından etkilendiğini göstermektedir.

EXAMINATION OF SELF-DISCREPANCY IN PHYSICAL EDUCATION AND SPORT TEACHER CANDIDATES IN TERMS OF SOME PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS

In this study, it is aimed to examine some of the variables of the self-discrepancy of the physical education and sport teacher candidates which will be one of the important parts of the education system in the future. The study group of research consisted of 399 individuals, of which 209 were male and 190 were female, who were educated in the physical education and sport teaching programs of different universities. The average age of the group is 21.65 The data collection tool prepared for the purpose of the study consists of 7 different sections; Personal form, "Integrated Self-discrepancy Index", "Cognitive Flexibility Scale", "Psychological Well-Being Scale", "The Satisfaction with Life Scale", "Trait Anxiety Inventory", "The Values Scale". Confirmatory factor analysis results and cronbach alpha values were examined to test the appropriateness of the measurement tools. Multiple linear regression analysis was used to determine the power of self-discrepancy of the variables included in the study. The correlations between the variables are analyzed in terms of the criterion values suggested by the literature and there are no results that could cause the problem of multiple connections. Three different models have been established to determine the predictors of the "Ideal Self", "Ought Self" and "Undesired Self" and their predictive levels. The results reveal that the three models are statistically significant (1. Model (Ideal Self) $p<0.001$ $R2=.313$, 2. Model (Ought Self) $p<0.001$ $R2=.106$ 3. Model (Undesired Self) $p<0.001$ $R2=.074$). When the variables were controlled, cognitive flexibility, anxiety, psychological well- being, life satisfaction and social values were found to be predictors of self-discrepancy level of significance. The results of this study, conducted in the sample of physical education and sport teacher candidates, show that the concept of self is influenced by some psychological characteristics.

SB735

OYUN EĞİTİMİNİN SEDANTER ÇOCUKLARIN DİKKAT ve KONSANTRASYON DÜZEYİ ile EL-GÖZ KOORDİNASYONUNA ETKİSİ

***[1]Selma Orhan*, [1]Cengiz Arslan, [2]Selman Orhan**

[1]Fırat Üniversitesi /Elazığ
[2]Marmara Üniversitesi /İstanbul

***Email :** slmaorhan23@gmail.com, carslan@firat.edu.tr, pskselman@gmail.com*

Bu araştırmada, oyun eğitiminin sedanter çocukların dikkat ve konsantrasyon düzeyi ile el-göz koordinasyonuna etkisi araştırılmıştır. Araştırma evrenini Elazığ il merkezinde bulunan bir ortaokulun 6, 7 ve 8'inci sınıf öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırma örneklemini ise bu okulda eğitim gören 6., 7. ve 8'inci sınıf öğrencilerinden rastgele seçilen 12-14 yaş grubunda kız, erkek deney (n=225) ve kontrol (n=225) grubu olmak üzere toplam 450 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada deney grubu sekiz hafta boyunca, haftada iki ders saati süresince dikkat ve konsantrasyon ve el-göz koordinasyonu düzeyini arttırabileceği düşünülen 16 eğitsel oyun ve dart artışları yapmıştır. Kontrol grubuna ise ön test-son test dart atışları yaptırılmıştır. Dikkat ve konsantrasyon değerlendirilmesinde Brickenkamp (1962) tarafından geliştirilen d2 dikkat testi kullanılmıştır. El-göz koordinasyonu dart atışları ile değerlendirilmiştir. Ölçümler ön ve son test olarak uygulanmış, veriler SPSS 22 Paket programında değerlendirilmiş, anlamlılık düzeyi $p<0.05$ düzeyinde alınmıştır. Deney ve kontrol grupları, ön test d2 testi puanları ve dart atışları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p>0.05$). Deney grubu ön ve son test sonuçlarına göre, toplam işlenen madde sayılarında (TM), toplam performanslarında (TM-H), konsantrasyon performanslarında (KP) artışlar meydana geldiği, toplam hata ve dalgalanma düzeylerinde (H, H%, DO) ise azalma meydana geldiği gözlenmiştir. d2 testi performansı ve dart atışlarında el-göz koordinasyonunda deney grubu lehinde % 27-90 oranlarında değişim saptanmıştır. Sonuç olarak, d2 testi ve dart atışları performans puanlarına bakıldığında; sekiz haftalık eğitsel oyun ve dart eğitiminin, öğrencilerin dikkat ve konsantrasyonu ile el-göz koordinasyon düzeylerine yüksek düzeyde olumlu etkilerinin olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuçlar özellikle beden eğitimi derslerinde dikkat ve konsantrasyon artırıcı eğitimin önemini ortaya çıkarmaktadır. Anahtar Kelimeler: Dikkat, Konsantrasyon, Oyun Eğitimi, d2 Testi, Dart

THE EFFECTS OF GAME EDUCATION ON ATTENTION AND CONCENTRATION LEVELS AND HAND-EYE COORDINATION OF THE SEDENTARY CHİLDREN

In this study, the effects of game education on the attention and concentration levels and hand-eye coordination of sedentary children were researched. The research universe compose 6th, 7th, and 8th grade students of a secondary school where is in the city centre of Elazig. The sample of the research compose 450 students, including girls and boys (n=225) and control group (n=225) in the 12-14 age group randomly selected from the 6th, 7th and 8th grade students in this school. In the study, the experimental group played 16 educational games and threw dart that was thought to increase attention and concentration and hand-eye coordination levels during two course hours time among the eight weeks. For the control group, pre-test and post-test throwing darts were made. Developed by Brickenkamp (1962) d2 testing was used in the evaluation of attention and concentration. Eye-hand coordination was assessed through dart throws. Measurements were applied as pre-test and post-test; the data was evaluated with SPSS 22 packaged software, and the level of significance was seen to be $p<0.05$. No significant difference was found between experimental and control groups, pre-test d2 test scores and dart shots ($p> 0.05$). According to pre- and post-test results of the experiment group, it was observed a decrease in the total error and fluctuation levels (H, H%, DO); on the other side, it was observed an increase in the total number of work item (TM), total performance (TM-H) and concentration performance. 27-90 % a change was identified in favor of the experimental group in d2 test performance, hand-eye coordination and dart throws. As a result, when d2 test and dart throw performance scores are examined, it was identified that eight-week educational games and darts education have a high positive effect on attention and concentration of students and hand-eye coordination levels. Keywords: Attention, Concentration,Game Training, d2 test.

SB743

ÖĞRETMEN ADAYLARININ SOSYAL MEDYAYA YÖNELİK TUTUMLARININ İNCELENMESİ

[1]Reşat Sadık

[1]DÜZCE ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ

Email : *resatsadik@duzce.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Bu çalışma, öğretmen adaylarının sosyal medyaya yönelik tutumlarını saptamak amacıyla yapılmıştır. Yöntem: Çalışma grubunu, farklı bölümlerde öğrenim görmekte olan “139” erkek ve “341” kadın olmak üzere toplam 480 öğretmen adayı oluşturmaktadır. Araştırmada nicel araştırma yöntemi tercih edilmiştir. Verilerin toplanmasında, araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formuna ek olarak, Otrar ve Argın tarafından 2013 yılında geliştirilmiş, 23 maddeden oluşan “Sosyal Medya Tutum Ölçeği” kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS Windows 25.0 istatistik programı kullanılmıştır. Bulgular ve Sonuç: Araştırmadan elde edilen bulgulara göre öğretmen adaylarının sosyal medyayı en çok arkadaşlarıyla iletişim kurmak amacıyla kullanıldığı görülmüştür. Öğretmen adaylarının sosyal medya kullanımlarına ilişkin tutumlarında cinsiyet ve bölüm değişkenlerine göre anlamlı farklılıklar bulunmamıştır. Ancak internet kullanım sıklığının ve sosyal medya kullanım sıklığının bölümler açısından anlamlı bir farklılık gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Sosyal Medya, Sosyal Medya Ağları, Öğretmen Adayları, Eğitim, Tutum

ANALYSIS OF TEACHER CANDIDATES’ ATTITUDE TOWARDS SOCIAL MEDIA

Introduction and Purpose: This study was conducted in order to determine the attitudes of prospective teachers towards social media. Method: The study group constitutes a total of 480 teacher candidates consisting of "139" male and "341" female students studying in different departments. Quantitative research method was preferred in the research. In addition to the personal information form prepared by the researcher, a "Social Media Attitude Scale" consisting of 23 items developed by Otrar and Argın in 2013 was used in the data collection. SPSS Windows 25.0 statistical program was used to analyze the data.Findings and Conclusion: According to the findings obtained from the research, it was seen that the teacher candidates were most used to communicate social media with their friends. There were no significant differences in the attitudes of prospective teachers towards social media usage according to gender and departmental variables. However, the frequency of Internet use and the frequency of social media usage have been found to be significantly different in terms of sections.

Key Words: Social Media, Social Media Networks, Teacher Candidate Education, Attitude

SB753

OKULDA ŞENLİK VAR PROJESİNE KATILAN ORTAÖĞRETİM ÖĞRENCİLERİN FAİR PLAY ANLAYIŞLARININ İNCELENMESİ

***[1]Serkan Hacıcaferoğlu*, [2]Hüseyin Öztürk**

[1]Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu,RİZE
[2]Gaziantep Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, GAZİANTEP

***Email :** serkanhacicaferoglu@gmail.com, hozturk@gantep.edu.tr*

Giriş: Bu çalışmanın amacı okulda şenlik var projesine katılan ortaöğretim öğrencilerin Fair Play anlayışlarını incelemektir. Yöntem: Araştırmada, tarama modeli kullanılmıştır. Araştırma evrenini 2017-2018 eğitim-öğretim yılında Gaziantep Büyükşehir Belediyesi tarafından İl Milli Eğitim Müdürlüğüne bağlı ortaöğretim kurumlarında öğrenim gören 508 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı iki bölümden oluşmaktadır, birinci bölüm kişisel bilgilerle ilgili sorulardan oluşmakta olup ikinci bölüm ise Vallerand, Briere, Blanchard ve Provencher (1997) tarafından geliştirilen ve Balçıkanlı (2009) tarafından Türkçeye uyarlanan "Çok Boyutlu Sportmenlik Yönelimi Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen veriler SPSS 22 paket programından yararlanılarak istatistiki analizler yapılmıştır. Ölçeklerin iç tutarlılığına Cronbach Alpha değerleri ile bakılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde istatistikî yöntem olarak; frekans, yüzde, ortalama, standart sapma, sürekli değişkenlerin normal dağılıma uygunluk kontrolünde Kolmogorov Smirnov testi kullanılmış ve çalışma normal dağılıma sahip iki bağımsız grup karşılaştırılmasında t-testi, ikiden fazla bağımsız grubun karşılaştırılmasında ANOVA ve Tukey çoklu karşılaştırma testleri kullanılmıştır. Bulgular ve Sonuç: Araştırma sonucunda; En fazla kadınların, 16 yaşında olanların, 9. sınıfta okuyanların, spor yapmayanların ve futbol sporunu sevenlerin katıldığı görülmektedir. Cinsiyet değişkeni ile kurallara ve yönetime saygı alt boyutu arasında anlamlı fark olduğu, herhangi bir kulüpte spor yapma durumu ve yaş değişkeni ile sporda sorumluluklara bağlılık alt boyutu ile anlamlı fark olduğu, en çok sevdiği spor dalı değişkeni ile ölçek alt boyutları ile anlamlı fark olmadığı görülmektedir.

EXAMINATION OF THE FAIR PLAY MENTALITY OF THE SECONDARY SCHOOL STUDENTS PARTICIPATING IN THE FESTIVAL IN THE SCHOOL

The purpose of this study is to examine the fair play mentality of the secondary school students participating in the festive school project. In the study, a screening model was used. The research population consists of 508 students in the secondary education institutions affiliated to the Provincial Directorate of National Education by Gaziantep Metropolitan Municipality in the academic year of 2017-2018. The data collection tool consists of two parts; the first part consists of questions about personal information and the second part is "Multidimensional Sportsmanship Orientation Scale" developed by Vallerand, Briere, Blanchard and Provencher (1997) and adapted to Turkish by Balçıkanlı (2009). Statistical analyzes were performed by using SPSS 22.0 package program. The internal consistency of the scales was determined by Cronbach Alpha values. As a statistical method in evaluating the data; Kolmogorov Smirnov test was used for frequency, percentage, mean, standard deviation and normal distribution fitness of continuous variables. ANOVA and Tukey multiple comparison tests were used for comparing two independent groups with normal distribution and two independent groups. As a result of the research; It is observed that the most women, 16 year olds, 9th grade readers, non-sports people and soccer fans love to participate. It is seen that there is a meaningful difference between gender variable and rule and management respect sub-dimension. There is no meaningful difference between sporting situation and age variable and adherence subordination to spending responsibilities in any club, and most favorite sport scene variables and scale sub-dimensions.

SB777

12 HAFTALIK STATİK EGZERSİZ PROGRAMININ EGOSANTRİK DÖNEMDEKİ ÇOCUKLARIN PERSENTİL GELİŞİMİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

***[1]Yunus Emre Çingöz*, [2]Gül Eda Burmaoğlu, [3]Erdal Zorba, [3]Yunus Emre Çingöz**

[1]GAZİ ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ, ANKARA
[2]ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ, ERZURUM
[3]GAZİ ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ, ANKARA

***Email :** yunuscingoz25@gmail.com, gboglu@atauni.edu.tr, erdalzorba@hotmail.com, yunuscingoz25@gmail.com*

Bu çalışmanın amacı; 12 haftalık statik egzersiz programının egosantrik dönemdeki bazı çocukların persentil gelişimi üzerine etkisinin araştırılmasıdır. Çalışmada 12 hafta boyunca haftanın 3 günü birer saat cimnastik, pilates, çocuk yogası, germe egzersizleri gibi statik egzersiz programları uygulanmıştır. Çalışmanın deney grubunu 7'si erkek 6'sı kadın olmak üzere yaşları ortalamaları 5 olan toplam 13 egosantrik dönemdeki çocuklar oluşturmuştur. Kontrol grubunu ise herhangi bir egzersiz programına tabi tutulmayan 7'si erkek 6'sı kadın olmak üzere yaşları ortalamaları 5 olan toplam 13 egosantrik dönemdeki birey oluşturmuştur. Çalışmaya toplam 26 çocuk katılmıştır. Çalışmada egzersiz programına katılan deney grubu ve egzersiz programına katılmayan kontrol grubunun ilk ay ve son ay boy ve vücut ağırlığı alınmıştır. Araştırmada elde edilen veriler bilgisayar ortamında "SPSS 20.0" paket programında değerlendirilmiştir. Verilerin istatistiksel analizinde egzersiz programına katılan ve katılmayan çocukların ilk ve son ay, boy ve vücut ağırlığı gelişimi puanlarını karşılaştırmak için independent- samples T testi uygulanmıştır. İstatistiksel işlemlerin yorumlanmasında anlamlılık düzeyi için p=0.05 kabul edilmiştir. Araştırmada elde edilen veriler değerlendirildiğinde 12 haftalık statik egzersiz programına dahil olan egosantrik dönemdeki çocukların 12 haftalık statik egzersiz programına dahil olmayan çocuklara oranla ilk ve son ay, boy ve kilo persentil puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

Anahtar kelimeler: egosantrik dönem, persentil, statik egzersiz

INVESTIGATION OF THE EFFECTS OF 12 WEEKLY STATIC EXERCISE PROGRAMS ON THE PERSENTAL DEVELOPMENT OF CHILDREN IN EGOCENTRIC PERIOD

The purpose of this study is to investigate the effect of a 12-week static exercise program on the development of the percentile of some children in the egocentric period.

During the study, static exercise programs such as gymnastics, pilates, children's yoga, stretching exercises were applied for 3 days a week for 12 weeks. The experimental group consisted of 13 children in the egocentric period, of which 7 were males and 6 were females, whose average age was 5. The control group consisted of 13 children in the egocentric period, of which 7 were males and 6 were females, whose average age was 5, which was not subjected to any exercise program. A total of 26 children participated in the study.

The experimental group participating in the exercise program and the control group not participating in the exercise program received height and body weight during the first month and last month. The data obtained in the research were evaluated in the "SPSS 20.0" package program in computer environment. In the statistical analysis of the data, independent-samples T test was applied to compare the first and last month, height and body weight development scores of children who participated in and did not attend the exercise program. Is the significance level in interpreting the statistical processes for p = 0.05 was adopted.

When the data obtained from the study were evaluated, it was found that the children in the egocentric period included in the 12-week static exercise program had higher first and last month, height and weight percentile scores than the children not included in the 12-week static exercise program. Key words: egocentric period, percentile, static exercise

SB780

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN SPORA YÖNELİK TUTUMLARINI ETKİLEYEN FAKTÖRLER

[1]Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, MUĞLA

Email :

Giriş ve Amaç

Bu çalışmanın amacı Spor Bilimleri Fakültelerinde öğrenim gören öğrencilerin spora yönelik tutumlarını etkileyen faktörlerin incelenmesidir.

Yöntem

Çalışmanın evrenini ülkemizin çeşitli üniversitelerinin Spor Bilimleri Fakültelerinde öğrenim görmekte olan tüm lisans öğrencileri oluşturmaktadır. Örneklem grubunu ise her bölümden ve her lisans düzeyindeki öğrencilerden toplam 842 öğrenci (Ortyaş=21,49±3,18) oluşturmaktadır. Çalışmada veri toplama aracı olarak Şentürk'ün (2014) geliştirdiği "Spora Yönelik Tutum Ölçeği" ve Aladağ ve arkadaşlarının (2003) geliştirdiği "Üniversite Yaşamı Ölçeği" kullanılmış, ölçek elektronik ortamda hazırlanmış ve katılımcılara uygulatılmıştır. Güvenilir (SYTÖ α=0,873; ÜYO α=0,831) olduğu tespit edilen ve Kolmogorov – Smirnov testi (p>,05) ile normalliği test edilen verilerin normal dağılım gösterdikleri görülmüş ve bu doğrultuda da verilere parametrik testlerin yapılması uygun bulunmuştur. Buna göre karşılaştırma analizlerinde bağımsız örneklemler t-testi ile tek yönlü varyans analizi, ilişki analizinde ise Pearson ilişki testi kullanılmıştır.

Bulgular

Spor Bilimleri Fakültelerini yeni kazanan özellikle Antrenörlük Eğitimi bölümü ikinci öğretim programında öğrenim gören öğrencilerin spora yönelik tutumlarının daha yüksek olduğu ve bu doğrultuda fark yarattıkları tespit edilmiştir. Çalışmanın en göze çarpan sonucu ise spora yönelik tutumları yüksek olan öğrencilerin sınıfları ve yaşları arttıkça bu tutumlarının azalıyor olmasıdır. Ayrıca öğrencilerin üniversite ortamına uyum, akademik uyum ve sosyal uyumları arttıkça spora yönelik tutumları da azalmaktadır.

Sonuç

Spora olan ilgi ve bağları nedeni ile yüksek öğretimlerini spor ile ilişkili bölümlerde sürdürmeye karar veren öğrencilerin öğretim hayatlarının ilerledikçe akademik ve sosyal başarılarının arttığı bununla birlikte ise spora yönelik tutumlarının azalması dikkat çeken bir sonuç olarak karşımıza çıkmıştır. Bu durumun aynı konuda görüşme yöntemi ile yapılacak nitel bir çalışma ile desteklenmesi yaşın arttıkça spora yönelik tutumların azalması noktasında açıklayıcı bir araştırma olacaktır.

THE FACTORS AFFECTING FACULTY OF SPORT SCIENCES STUDENTS' ATTITUDES TOWARDS SPORTS

Introduction and Aim

The purpose of the present research is studying the factors affecting the Faculty of Sport Sciences students' attitudes towards sports.

Method

The universe of the research consists of undergraduate students studying at Sports Sciences Faculties of various universities. The sample group consists of 842 students (Avg.age= 21,49 ±3,18) from each department and each undergraduate level. "Attitude Towards Sport Scale (ATSS)" developed by Şentürk and "University Life Scale (ULS)" developed by Aladağ et al. were used as the data collection tools and the scale was applied on electronic environment on participants. The data, which were found reliable (ATSS α=0,873; ULS α=0,831), were tested as normal with Kolmogorov – Smirnov test (p>,05), and so were suitable for parametric tests. Accordingly, independent samples t- test and one-way variance analysis were used for comparison analyses and Pearson correlation test was used for correlation analyses.

Findings

It was found that, freshman students, especially the evening education students of Coaching Education department, had significantly higher attitudes towards sports. The most interesting finding of the research was that the attitudes towards sports decreased as the grade levels and ages of the students increased. In addition, attitudes towards the sport decrease as the students' adaptation to the university environment, academic life and social life increased.

Result

Supporting these findings with a qualitative study by means of interviewing on the same subject will provide an exploratory study on the decrease in attitude towards the sport as the age increases.

SB799

TÜRKİYE VE AVRUPA ÜLKELERİNDE BEDEN EĞİTİMİ DERSİNİN KARŞILAŞTIRILMASI, BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ALANINDAKİ BAZI PROBLEMLERİN İNCELENMESİ

[1]Gülsüm Baştuğ **, [2]Mehmet Güçlü , [3]Mehmet Kumartaşlı**

[1]SITKI KOÇMAN ÜNİVERSİTESİ, SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ MUĞLA
[2]GAZİ ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ, ANKARA
[3]SÜLEYMAN DEMİREL ÜNİVERSİTESİ , SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ISPARTA,

Email : *gbastug@mu.edu.tr, mguclu@gazi.edu.tr, mehmetkmrtsl@hotmail.com*

Bu çalışmada, Türkiye ve Avrupa ülkelerinde beden eğitimi dersinin karşılaştırılması, Beden Eğitimi ve Spor alanında yaşanan bazı problemlerin incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışma, iki başlık üzerinden araştırılmıştır. Birinci başlık, Türkiye ve Avrupa ülkelerinde Beden Eğitimi derslerinin ilk, orta ve lise düzeyinde incelenmesi yapılmıştır. İkinci başlıkta ise Beden Eğitimi ve spor alanındaki problemlere ilişkin Beden Eğitimi öğretmenleri ve spor bilimleri alanında çalışan akademisyenlerin görüşlerini belirlemek için, araştırmacılar tarafından hazırlanan soru cevap yöntemi ile oluşturulan anket kullanılmıştır. Türkiye ve Avrupa'daki Beden Eğitimi derslerine ait bilgi, konuya ilişkin literatür taranmış, yerli ve yabancı makale ve web sayfalarından yararlanılmıştır. Beden Eğitimi öğretmenleri ve spor alanında çalışan akademisyenlerin Beden Eğitimi ve spor alanındaki problemlere yönelik görüşlerini araştırmacılar tarafından hazırlanan 7 sorudan oluşan anket yöntemi ile veri toplanmış, verilerin çözümlenmesinde yüzde ve frekanslar kullanılmıştır Sonuç olarak; Beden eğitimi dersi amaç, uygulama ve ders saati gibi hususlarda ülkeden ülkeye de farklılık göstermektedir. Ayrıca, bazı ülkeler ders saatini merkezi olarak belirlerken bazıları da bu konuda verilecek kararı okullara bırakmaktadır Anahtar Kelimeler: Türkiye ve Avrupa Ülkeleri, Beden Eğitimi ve Spor.

COMPARISON OF PHYSICAL EDUCATION COURSE IN TURKEY AND EUROPEAN COUNTRIES, THE INVESTIGATION OF SOME PROBLEMS of PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS

In this study, a comparison of physical education course in Turkey and European countries was aimed as well as investigating some of the problems experienced in the sports field and physical education. The study was investigated in two chapters. In the first chapter, Physical Education classes in Turkey and European countries were examined at the level of primary, elementary and high school. In the second chapter, questionnaires prepared by the researchers were used to determine the opinions of the academicians working in the fields of Physical Education teachers and sports sciences related to problems in Physical Education and Sports. Relevant literature on Physical Education course in Turkey and Europe was scanned through the local and international articles and web pages. The data were collected by the questionnaire method consisting of 7 questions prepared by the researchers and the percentages and frequencies were used in analyzing the opinions of the Physical Education teachers and the academicians working in the sports field about the problems in Physical Education and Sports. As a result; The physical education course also differs from country to country in terms of purpose, practice and class time. In addition, while some countries set the course hour centrally, some leave the decision to the schools in this regard. Keywords: Turkey and European countries, Physical Education and Sports.

SB812

SPORUN SOSYALLEŞMEYE VE SOSYAL MEDYA BOZUKLUĞUNA ETKİSİNİN İNCELENMESİ

***[1]Enes Beltekin*, [2]Hakkı Ulucan, [3]İhsan Kuyulu**

[1]Bingöl Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, BİNGÖL
[2]Erciyes Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, KAYSERİ
[3]Harran Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, ŞANLIURFA

***Email :** ens_bltkn@hotmail.com, hakkiulucan@gmail.com, ihsankuyulu444@hotmail.com*

Bu çalışmanın amacı sporun bireyler üzerindeki sosyalleşme ve sosyal medya bozukluğuna etkisinin incelenmesidir.

INVESTIGATION ON THE EFFECTS OF SPORTS TO SOCIALIZATION AND SOCIAL MEDIA DEFICIENCY

The aim of this study is to examine the effect of sports on socialization and social media disturbance on individuals.

SB831

KARABÜK İLİNDEKİ YATILI OKULLARDA ÖĞRENİM GÖREN LİSE ÖĞRENCİLERİNİN BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR DERSİNE İLİŞKİN TUTUMLARI

[1]Vedat Erim, [2]Serdar Ceyhun, [2]İsa Doğan

[1]Samsun
[2]Karabük

Email : *vedaterim@omu.edu.tr, sceyhun@msn.com, isadogan33@gmail.com*

KARABÜK İLİNDEKİ YATILI OKULLARDA ÖĞRENİM GÖREN LİSE ÖĞRENCİLERİNİN BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR DERSİNE İLİŞKİN TUTUMLARI

Vedat Erim1, Serdar Ceyhun2, İsa Doğan2. 1 19 Mayıs Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Samsun. 2 Karabük Üniversitesi Hasan Doğan BESYO Giriş-Amaç: Karabük ilindeki yatılı okullarda öğrenim gören lise öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine ilişkin tutumlarını belirleyerek, çeşitli değişkenlere göre anlam düzeylerini bulmak. Gereç-Yöntem: Araştırma grubunu; 2016-2017 eğitim ve öğretim yılında Karabük'ün merkez ilçesinde bulunan 3 yatılı lisede öğrenim gören 262 erkek ve 88 kız öğrenci olmak üzere toplam 350 öğrenci oluşturmaktadır. Öğrenci tutumlarının belirlenebilmesi için Demirhan ve Altay tarafından geliştirilen 12 olumlu, 12 olumsuz olmak üzere 24 maddeden oluşan tutum ölçeği kullanılmıştır. Bulgular: Elde edilen bulgulara göre 14-16 yaş grubunda bulunan öğrencilerin beden eğitimi dersine yönelik tutumlarının 17-19 yaş grubundaki katılımcılardan istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Öğrencilerin, beden eğitimi derslerine yönelik tutum düzeyleri istatistiksel olarak cinsiyete göre farklılık göstermemektedir. Araştırmaya katılan öğrencilerin beden eğitimi dersine yönelik tutumlarının öğrenim görülen sınıf değişkenine göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılık göstermediği görüldü. Sonuç: Yapılan çalışmada; ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi dersine yönelik tutumlarının öğrenim görülen sınıf düzeyi ve cinsiyet değişkenine göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılık göstermediği, buna karşılık yaş değişkenine göre öğrencilerin beden eğitimi dersine yönelik tutumlarının farklılık gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Anahtar Kelimeler: Yatılı okul öğrencileri, beden eğitimi ve spor dersi, tutum.

THE ATTITUDES OF HIGH SCHOOL STUDENTS STUDYING IN BOARDING SCHOOLS IN KARABÜK PROVINCE TOWARDS PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS LESSONS

THE ATTITUDES OF HIGH SCHOOL STUDENTS STUDYING IN BOARDING SCHOOLS IN KARABÜK PROVINCE TOWARDS PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS LESSONS Vedat Erim1, Serdar Ceyhun2, İsa Doğan2. 1 19 Mayıs University Yaşar Doğu Sports Sciences Faculty, Samsun. 2 Karabük University Hasan Doğan School of Physical Education and Sports Introduction-Objective: The aim of the study is to examine the attitudes of the high school students attending Karabük boarding schools towards Physical Education and Sports lessons and to find meaning levels according to various variables. Material and Method: The research group consists of a total of 350 students, 262 male and 88 female students studying in three boarding high schools located in the central province of Karabük in 2016-2017 education period. In order to determine student attitudes, attitude scale consisting of 12 positive and 12 negative items developed by Demirhan and Altay was used. For the reliability of the 24-item scale, Cronbach Alpha was used in the test-retest test and the intraclass correlation coefficient was used in the analysis of the scores obtained. Findings: According to the findings, the attitudes of the students in the 14-16 age group to the physical education lesson were significantly higher than the participants in the 17-19 age group statistically. The attitudes of the students participating in the survey to the physical education courses do not differ statistically by sex. It was determined that the attitudes of the students who participated in the research to the physical education lesson did not show statistically significant difference according to the class variable of education. Results: At the end of this research, the attitudes of the secondary students to the physical education lesson did not differ statistically according to the class level and gender variable, but the attitudes of the students to the physical education lesson were different according to the age variable. Regulations can

SB838

ÇOCUKLARDA SPORA KATILIM VE SOSYAL BECERİ GELİŞİMİ ÜZERİNE BİR İNCELEME

[1]Meral Teymur, [1]Mehmet Asma, [1]Hatice Çamlıyer

[1]Manisa Celal Bayar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Giriş ve Amaç Uzmanlar, çocuklarda sporun sosyal becerileri geliştirme ve sosyal değişim aracı olarak hizmet vermede olağanüstü bir güce sahip olduğu görüşündedir. Eğitim, bireyi topluma kazandırma aracı olarak düşünüldüğünde, düzenli olarak sportif aktivitelere katılım, çocuklar açısından önemli bir eğitim aracı olarak görülmektedir. Ancak, teoride yaygın olarak kabul gören spora katılım ile sosyal gelişim arasındaki ilişkinin net olarak ortaya konulması gerekmektedir. Bu düşünceden hareketle, bu araştırmanın amacı spor yapan ve yapmayan çocukların sosyal beceri gelişimi açısından incelenmesidir. Yöntem Araştırma tarama modelinde gerçekleştirilmiştir. Verilerin elde edilmesinde amaçlı örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Araştırmanın verileri, Manisa il merkezindeki farklı okullarda öğrenim gören 9-12 yaş grubunda 439 öğrenciden 50 sınıf öğretmeni aracılığıyla elde edilmiştir. Her bir öğretmen en fazla 5 spor yapan ve 5 spor yapmayan öğrencisini sosyal beceri gelişimi açısından ayrı ayrı değerlendirmiştir. Veri toplama aracı olarak Avcıoğlu ve Akçamete (2005) tarafından geliştirilen Sosyal Becerileri Değerlendirme Ölçeği (SBDÖ) kullanılmıştır. 69 madde ve 12 alt boyuttan oluşan ölçeğin orjinaline ve bu araştırmaya ait cronbach alfa güvenirlik katsayısı .98'dir. Verilerin analizinde frekans, yüzde, aritmetik ortalama ve bağımsız örneklemler t testi kullanılmıştır. Bulgular Ölçek ortalama puanı açısından spor yapıp yapmama değişkenine göre verilerin analizinde, spor yapanların sosyal beceri skorlarının (x =4.31,S=.454) spor yapmayanlara göre (x=3.34,S=.600) anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür (t(437)= 18,910, p=0.000). Benzer durumun ölçeğin tüm alt boyutlarında da söz konusu olduğu tespit edilmiştir. Cinsiyet ve yaş değişkeni açısından da spor yapanların sosyal beceri ölçek ortalama puanı ve tüm alt boyutlarda spor yapmayanlara göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür (p<.05). Sonuç Sonuçlar, spora katılımın çocukların sosyal gelişimini olumlu yönde etkilediği görüşünü destekler niteliktedir. Bu sonuçlardan hareketle, çocukların pedagojik açıdan donanımlı antrenörler nezaretinde sportif faaliyetlere katılımının desteklenmesinin, onların sosyal gelişimlerine önemli katkılar sağlayacağını söylemek mümkündür. Anahtar Kelimeler: Spor, Sosyal Beceri, Çevre, Eğitim

A study on sport participation and social skills development in children

Experts argue that participation in sport activities has extraordinary power over children as a means of social change. However, the relationship between social participation and attendance in sport activities, which is widely accepted in theory, needs to be clarified. With this in mind, the aim of this research is to examine children who do and do not play sports in terms of social skills development. The research was carried out with descriptive survey model. Purposeful sampling method was used to obtain the data. The data of the study were obtained from 50 different classroom teachers from 439 students who were studying in Manisa. Each teacher was evaluated 5 students who did and 5 students who did not sport as licensed in terms of their social development. The Social Skills Assessment Scale developed by Avcıoğlu and Akçamete (2005) was used as a data collection tool. Both the original version of the scale and this research's cronbach alpha reliability coefficient is .98. In the analysis of the data, frequency, percentage, arithmetic mean and independent samples t test were used. According to the scale average score, it was found that social skill scores of sportsmen (x=4.31,S=.454) were significantly higher than those who did not sport (x=3.34,S=.600) (t(437)=18,910,p=0.000). It has also been found that the results of all sub-dimensions of the scale are similar. In terms of gender and age variables, it was also found that those who did sport were significantly higher than those who did not sport in all subscales. The results support the view that participation in the sports influences children's social development positively. Based on these results, it can be said that supporting children's participation in sports activities under the supervision of pedagogically equipped coachs will provide important contributions to their social development. Keywords: Sports, Social Skills, Environment, Education

SB840

ÖĞRENCİLERİNİN ZORBALIK DAVRANIŞI EĞİLİMLERİNİN SPORA KATILIM AÇISINDAN İNCELENMESİ

[1]Nimet Sever, [1]Mehmet Asma, [1]Hatice Çamlıyer

[1]Manisa Celal Bayar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Email : *, ,*

Giriş ve Amaç: Günümüzde okullarda artan bir problem olarak görülen zorbalık "bir veya birden çok öğrencinin, kendilerinden daha güçsüz öğrencileri, kasıtlı ve sürekli olarak rahatsız etmesiyle sonuçlanan ve öğrencinin kendisini koruyamayacak durumda olduğu bir saldırganlık türü" olarak tanımlanmaktadır. Zorbalık tekrarlı olarak aynı çocuklar arasında yapılan, psikolojik, fiziksel, sosyal ve sözel saldırılardır. Çocukların gelişiminde önemli bir araç olarak görülen spora katılımın zorbalık davranışları üzerinde bir etkisinin olup olmadığı incelenmelidir. Bu düşünceden hareketle, bu araştırmada ortaokul öğrencilerin zorbalık davranış eğilimlerinin spora katılım açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Yöntem: Araştırma nicel araştırma yöntemlerinden betimleyici nitelikli tarama modelinde gerçekleştirilmiştir. Verilerin elde edilmesinde amaçlı örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Katılımcılar Manisa'da 6. 7. 8. sınıflarda öğrenim gören 300 ortaokul öğrencisidir. Veri toplama aracı olarak Satan (2006) tarafından geliştirilen Zorbalık Davranış Eğilim Ölçeği (ZDEÖ) kullanılmıştır. 67 madde ve 4 alt boyuttan oluşan ölçeğin orijinal formunun bütününe ait cronbach alfa güvenirlik katsayısı .95, bu araştırmada ise .90'dır. Veri analizinde bağımsız örneklemler t-testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Bulgular: Sonuçlar, spor yapmayan öğrencilerin ölçeğin bütününe ait zorbalık puan ortalamalarının (x=1.94,S=.473) spor yapanlara göre (x=1.54,S=.284) anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir (t(298)=-8,904, p=0.000). Benzer şekilde, verilerin cinsiyet değişkenine göre analizinde spor yapmayan kızların, ölçeğin bütününe ait zorbalık puan ortalamalarının (=1.90,S=.496) spor yapan kızlara göre (x =1.51,S=.239) anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir (t(164)=-6,492, p=0.000). Sınıf değişkenine göre verilerin analizinde, 6 ve 8. sınıfların duygu zorbalığı alt boyutu haricinde tüm alt boyutlarda ve ölçek ortalama puanında spor yapmayanların zorbalık puanlarının anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür (p<.05) Tartışma-Sonuç: Öğrencilerin spora teşvikinin serbest zamanlarını daha kaliteli şekilde geçirmelerinin yanı sıra akran zorbalığı gibi istenmeyen davranışların azaltılması açısından faydalı olacağı düşünülmektedir. Anahtar Kelimeler: Akran zorbalık, Spor, Ortaokul

ANALYSIS OF BULLYING BEHAVIOR TENDENCIES OF STUDENTS IN TERMS OF SPORT PARTICIPATION

Introduction and Purpose Bullying, which is seen as an increasing problem in schools today, is defined as "a type of aggression in which one or more students are in a state where they are unable to protect themselves from the other students, resulting in deliberate and constant disturbance. Participation in sport activities which is seen as an important tool in the development of children, is an important issue that needs to be examined whether it has an impact on bullying behaviors. With this in mind, it is aimed to investigate in this research bullying behaviors of students in secondary school in terms of participation in the sport. Method The research was carried out with descriptive survey model. Purposeful sampling method was used to obtain the data. Participants are 300 middle school students in Manisa. Bullying Behavior Tendency Scale developed by Satan (2006) was used as data collection tool. The scale consist of 67 items and 4 sub-dimensions. In the analysis of the data, frequency, percentage, arithmetic mean, independent samples t test and one-way analysis of variance (ANOVA) techniques were used. Findigs The results showed that the bullying average points of the students who did not sport (x=1.94,S=.473) were significantly higher than the girls who did sport (x=1.54,S=.284) (t(298)=-8,904, p=0.000). Similarly, in the analysis of the data according to the gender variable, it was found that girls who did not sport were significantly higher than girls (x=1.51,S=.239) in terms of bullying points (x=1.90, S=.496) 164)=-6,492,p= 0.000). Discussion and Conclusion It is believed that promoting students' sport activities will be beneficial in reducing undesirable behaviors such as peer bullying. It will also help students to spend their spare time more satisfactorily. Keywords: Peer bullying, Sports, Secondary school

SB865

OKULLAR ARASI MÜSABAKALARA KATILAN VE MÜSABAKALARA KATILMAYAN ORTAÖĞRETİM ÖĞRENCİLERİNİN DEPRESYON DURUMLARININ BAZI DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ

[1]Varol Tutal, [1]Abdulkadir Ekin, [1]Mehmet Efe

[1]Siirt Üniversitesi BESYO SİİRT

Email : *v.tutal@hotmail.com, kadir56ekin@gmail.com, mehmetefe18hotmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı Okullar arası müsabakalara katılan ve müsabakalara katılmayan ortaöğrenim öğrencilerinin depresyon durumlarını bazı değişkenlere göre incelemektir. Araştırma grubunu Siirt ili merkezi ortaöğrenim okullarında okul takımlarına seçilen ve müsabakalara katılan 151 öğrenci ve okul takımlarında oynamayan, müsabakalara katılmayan ve spor yapmayan 154 öğrenci olmak üzere toplam 305 öğrenci oluşturmaktadır. Yöntem: Veriler, sosyo-demografik özelliklerini belirleyen 11 soruluk anket formu ile Kovacs (1985) tarafından geliştirilen ve Türkçeye uyarlaması Öy (1991) tarafından yapılan "Çocukların Depresyon Ölçeği (ÇDÖ)" kullanılmıştır. Araştırma verilerine Kolmogorov-Smirnov testi uygulanmış ve bu test sonucunda değişkenlerin normal dağılım göstermedikleri görülmüştür. Bu nedenle araştırmada ikili karşılaştırmalar için Mann-Whitney U ve İkiden çok karşılaştırmalar için Kruskal Wallis testi kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyi olarak α=0,05 belirlenmiştir. Bulgular ve Sonuç: Okullar arası müsabakalar katılan öğrencilerin depresyon puanları (X=11.82) ile katılmayan öğrencilerin puanları (X=14.26) arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde fark olduğu bulunurken (p<0,05) okul takımlarında bireysel branşlarda müsabakalara katılan öğrenciler ile takım sporunda müsabakalara katılan öğrencilerin depresyon puanları arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır ancak bireysel spor yapan öğrencilerin depresyon puanları takım sporunda oynayan öğrencilere göre yüksek bulunmuştur. Anahtar Kelimeler: Depresyon, Ortaöğretim Öğrencileri, Okullar arası müsabakalar

THE RESEARCH OF THE HIGH SCHOOL STUDENTS DEPRESSION STATES ATTENDING THE SPORTS COMPETITION AND THE STUDENTS NOT ATTENDING THE SCHOOL COMPETITIONS

The introduction and aim: The aim of this study is to research the depression situation who attend the school competition and the students who dont attend the competition. The research group consisits of 151 high school students who attend the school competition and 154 high school students who dont attend the sports competition in Siirt. The method:The data was obtained by an eleven-questioned questionnaire developed by Kavacs(1985) translated by Öy(1991) a scale of students depression rate was user in this questionnaire Kolmogorov-Smirnov test was applied here and it was found the variables weren't normal. Forthat reason;Mann Whitney U and Kruskal Walis testa were used for it. The rate of sensibility was:(a;0,05). The Conclusion: A considerable difference was obtained about the students who attended the school competition (x:11,82) who didn't attend the competition (x:14,26) But a reasonable difference wasn't obtained an the students who attended the competition indiidually and the students who attended as a group. But it was obtained that the score of depression about the students who ar-ttended as a group. Key words:Depression, high school students, the sports competition anons the schools

SB868

BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENİ ADAYLARININ ÖĞRETMENLİK MESLEĞİNE İLİŞKİN TUTUMLARININ İNCELENMESİ

***[1]Engin Efek*, [1]Nurper Özbar, [1]Mehmet Yıldız**

[1]Düzce Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Düzce

Email : *enginefek@duzce.edu.tr, nurperozbar@duzce.edu.tr, yldz0103@gmail.com*

Bu çalışma, beden eğitimi öğretmeni adaylarının öğretmenlik mesleğine ilişkin tutumlarını çeşitli değişkenler (cinsiyet, yaş aralığı, bölüm, sınıf düzeyi, anne-baba öğrenim durumu, aylık gelir düzeyi, akademik başarı durumu) açısından incelemeyi amaçlamaktadır. Bu amaç kapsamında 2017-2018 eğitim-öğretim bahar yarıyılında spor bilimleri fakültelerinin bütün sınıf düzeylerinde öğrenim gören 411 öğretmen adayı ile çalışma yapılmıştır. Araştırmada yöntem olarak genel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmaya katılan adaylara çalışmayı yapacak olan kişi tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu ve Erkuş (2000) tarafından geliştirilen 'Öğretmenliğe İlişkin Tutum Ölçeği' kullanılmıştır. Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı 0,99 olarak bulunmuştur. Ölçme aracının öğretmenliğe aday olmayanları ile aday olanları ayırt ettiği ve bu şekliye geçerli bir ölçek olduğu tespit edilmiştir. Uygulanan ölçekler sonucunda elde edilen veriler SPSS 25 paket programına aktarılıp betimleyici analizler yapılmıştır. İstatistiksel yöntem olarak; standart sapma, frekans yüzde dağılımları, aritmetik ortalama; parametrik özellik göstermeyen testlerden ise Man Whitney ve U Kruskal Wallis testlerinden yararlanılmıştır. Sonuçların parametrik testlerin ön koşullarına uyumlu olup olmadığı Kolmogorov-Smirnov (verilerin normal dağılım durumu) testi ile tespit edilmiştir. Araştırmada bulunan sonuçlar Beden Eğitimi Öğretmeni adaylarının tutumlarının çoğunlukla "pozitif" seviyede olduğu sonucu belirlenmiştir. Cinsiyet, yaş ve sınıf düzeyleri açısından öğretmenlik mesleği tutum puanlarında farklılık görülmemiştir. Anne –Baba öğrenim düzeyi açısından öğretmenlik mesleğine ilişkin tutumlarının anne-baba öğrenim düzeyindeki düşüşe paralel olarak arttığı tespit edilmiştir. Öğretmen adaylarının mesleğe yönelik tutumları ile bölümlere göre farklılıklar bulunmuştur. Beden Eğitimi Öğretmenliği bölümünü okuyanlar lehine bulunmuştur. Öğretmen adaylarının sınıf başarı düzeylerine göre, okuldaki başarısını yüksek ve ya orta olarak değerlendirilen öğrencilerin öğretmenlik mesleğine ilişkin daha olumlu tutum gösterdikleri tespit edilmiştir. Öğretmen adaylarının aylık gelir düzeylerine göre, aylık geliri düşük olan öğrencilerin tutumlarının diğerlerine göre daha tutumlu olduğu bulunmuştur.

PHYSICAL EDUCATION TEACHER CANDIDATES INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN TEACHING

This study aims to examine the attitudes of Physical Education teachers about the teaching profession in terms of various variables (gender, age range, department, class level, parent education, monthly income level, academic achievement status). Within the scope of this aim, 411 teacher candidates studying at all grade levels of sports science faculties in the spring semester of 2017-2018 education were studied. The general screening method was used in the research. The Personal Information Form prepared by the person who will work for the candidates participating in the research and the 'Teacher Attitude Scale' developed by Erkuş (2000) were used. The Cronbach Alpha internal consistency coefficient of the scale was found to be 0.99. It has been determined that the measurement tool distinguishes those who are not candidates for teaching and those who are candidates, and that this scale is a valid scale. The data obtained as a result of the applied scales were transferred to SPSS 25 packet program and descriptive analyzes were made. As a statistical method; standard deviation, frequency percent distributions, arithmetic mean,; Man Whitney and U Kruskal Wallis tests were used for the parametric test. The results were determined by Kolmogorov-Smirnov (normal distribution of the data) test whether or not the results match the preconditions of the parametric tests. The results of the research have determined that the attitudes of the Physical Education Teacher candidates are mostly "positive". There was no difference in the teachers' attitude scores in terms of gender, age and class levels. It has been found that in terms of the level of mother-father education, the attitudes towards the teaching profession increased in parallel with the decrease in parental education level. Teacher candidates' attitudes towards the profession differed according to the departments. It was found favorable to readers of the Department of Physical Education. According to the

SB882

ÇOK AMAÇLI SPOR SALONLARINI KULLANAN SPORU VELİLERİNİN MEMNUNİYET DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Burhanettin Hacıcaferoğlu*, [2]Serkan Hacıcaferoğlu**

[1]Gençlik Hizmetleri Ve Spor İl Müdürlüğü, Antalya
[2]Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu,RİZE

***Email :** hburhan-61@hotmail.com, serkanhacicaferoglu@gmail.com*

Giriş: Spor ve fiziksel etkinlikler insanlar üzerinde fiziksel ve ruhsal yönde pozitif etkiler bırakmaktadır. Spor hizmetleri sunan işletmelerin artması, diğer sektörlerde olduğu gibi bu sektörde de rekabet ortamını doğurmuştur. Günümüzde benzer ürün sunan işletmelerin hayatta kalabilmesi ve artan rekabet koşullarıyla baş edebilmesi müşteri memnuniyetine bağlıdır. Yöntem: Bu araştırmanın amacı Antalya İli kepez ilçesinde farklı spor dallarında spor hizmeti üreten spor salonlarının hizmet kalitesinin sporcu velilerinin memnuniyet düzeyleri kapsamında incelenmesidir. Genel tarama modeli kullanılarak yapılan araştırmanın evrenini Antalya ili kepez ilçesinde bulunan çok amaçlı spor salonlarına katılan sporcu velileri oluştururken, örneklemini ise basit tesadüfü örnekleme yöntemiyle seçilmiş 467 gönüllü sporcu velisi oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak, hizmet kalitesine yönelik Yıldız ve Kara'nın (2012) geliştirdiği QSport-14 ölçeği ile müşteri memnuniyetine yönelik Cronin, Brady ve Hult'un (2000) geliştirdiği memnuniyet ölçeği kullanılmıştır. Ölçek değişkenlerinin normal dağılıma uygunluğu Kolmogorov Smirnov testi kullanılarak belirlenmiştir. Çıkan sonuç karşısında değişkenlerin normal bir dağılım izlemediği görülmüş ve araştırmamızda Mann-Whitney U Testi ile Krusukal-Wallis H testi kullanılmıştır. Bulgular: Araştırmada salonlarda verilen spor hizmeti hakkındaki sporcu velilerinin görüşlerine göre cinsiyet değişkeni açısından kadınların, evlilerin, lisansüstü eğitim alanların, aylık gelir durumunun alt seviyede olanların ve en az 6 ay spor salonlarına katılım sağlayanların memnuniyet düzeylerinin daha fazla olduğu belirlenmiştir. Ayrıca medeni durum ile katılım değişkenleri açısından anlamlı bir farklılık görülürken, cinsiyet, eğitim ve aylık gelir değişkenleri açısından anlamlı bir farklılık olmadığı saptanmıştır. Sonuç: Araştırmada sporcu velilerinin memnuniyetlerinin benzer aralıklarda olduğu görülmektedir. Bu memnuniyet aralığının arttırılması için velilerin beklentileri bilinmeli ve buna göre hizmet üretilmelidir.

SURVEY OF SATISFACTION LEVELS OF SPORTSMEN USING MULTI-PURPOSE SPORTS HALLS

Introduction: Sports and physical activities have positive effects on people both physically and spiritually. The increase in the number of enterprises offering sports services has caused competition in this sector as well as in other sectors. It is up to the customer satisfaction that today's businesses offering similar products can survive and cope with increasing competition. Method: The study population using the general screening model was composed of athletic parents participating in multi-purpose gyms located in the province of Antalya, kepez, while 467 volunteer athletes and parents selected by simple random sampling method constitute the sample. The aim of this research is to examine the quality of service of sports halls which produce sports service in different sports branches in Antalya province kepez city within the scope of satisfaction of athletes' parents. QSport-14 scale developed by Yildiz and Kara (2012) and Satisfaction Scale developed by Cronin, Brady and Hult (2000) for customer satisfaction were used as data collection tools. The normal distribution fitness of the scale variables was determined using the Kolmogorov Smirnov test. We found that the normal distribution of variance did not follow the result and Mann-Whitney U Test and Krusukal-Wallis H test were used in our study. Findings: According to the opinion of sportsman parents about sports service provided in the study, the satisfaction level of women, married people, graduate educated people, low monthly income level and those who participated in sports halls for at least 6 months were found to be higher in terms of gender change. In addition, there was a significant difference between marital status and participation variables, but it was found that there was no significant difference regarding gender, education and monthly income variables. Conclusion: It is seen that the satisfaction of the athletes' parents was similar in the study.

SB887

ÖĞRENCİLERİN SPOR VE FİZİKSEL AKTİVİTE ALGILARININ ÇİZİM TEKNİĞİ İLE İNCELENMESİ

***[1]Figen Altay*, [1]Sibel Atasoy**

[1]Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi,ANKARA

Email : *faltay@hacettepe.edu.tr, faltay@hacettepe.edu.tr*

Bu araştırma Spor Bilimleri Fakültesine öğrenim gören öğrencilerinin temel hareket eğitimi dersinde çizimlerle spor ve fiziksel aktivite algılarını incelemek amacıyla yapılmıştır. Araştırmaya 140 (70 kadın, 70 erkek) öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Verilerin toplanmasında öğrencilere birinci hafta çizim tekniği ile ilgili eğitim verilmiş(Sharpe,Greaney,Royce;2004), beş hareket dizini çizmeleri ve uygulamaları istenmiştir. İkinci hafta gazete, dergi ve fotoğraflardan seçilen hareketleri farklı açılarda ve yönlerde çizmişlerdir. Üçüncü hafta seçilen açısal hareketleri gösteren fotoğraflardan en iyi on adet seçilmiştir. A4 kağıda yapıştırılan fotoğraflar 30sn gösterilip öğrencilerden çizim yapmaları istenmiştir. Çizimler akranları tarafından belli puan aralığında değerlendirilmiştir. Dördüncü hafta hareketlerin özel isimleri ve hareketlerin açıklaması yapılmış ve hareketlerdeki destek noktaları açıklanmıştır. Beşinci hafta spor ve fiziksel aktivite kavramları ile ilgili çizimler gerçekleştirilmeden önce, öğrencilere çizimlerin araştırma amaçlı olduğu belirtilmiş, öğrencilerden yaptıkları ve çizimlere uygun bir de slogan eklemeleri istenmiştir. Öğrencilere uygulama için 40 dakikalık süre verilmiştir. Verilerin analizinde nitel veriler çizimler sonucunda elde edilmiştir. Bu çizimler tematik analiz yöntemiyle önceden belirlenen kategorilere göre kodlamış (Akpınar, Altay;2008), frekanslar ve doğrudan alıntılar elde edilmiştir. Farklı zamanlarda değerlendirme yapan üç uzman kişinin temalar için hesaplanan R değerleri 0.97 ile 0.73 arasındadır. Bulgulara göre, araştırmaya katılan öğrencilerin spor ve fiziksel aktivite içeren çizimlerde, %16.2 basketbol ve futbol en çok görülen aktiviteler olarak yer almıştır. Öğrencilerin çizimlerinde ürettikleri sloganlar %34.8 ile Psikolojik boyutludur. Spor ünlüleri ve marka algılarına ilişkin çizimlerde; % 40.3 ile gerçek veya kurgusal ünlüler görülmüştür. Öğrencilerin çizimlerinde % 57.3 ile rekabet görülmeme ilk sırada yer almıştır. Sonuç olarak, öğrencilerin spor ve fiziksel aktivite içeren çizimlerinde takım sporlarının aktivite olarak ilk sırada olması ile rekabet olgusunun görülmemesi sağlıklı bir yaşam için "yaşam boyu spor" ilkesi ve adil oyun anlayışının öğrencilere aktarıldığı söylenebilir.

ASSESSMENT OF SPORTS AND PHYSICAL ACTIVITY DRAWINGS OF STUDENTS

This research has been conducted for assessing the contents of drawings of sport science faculty students 140(70 females, 70 male), concerning sports and physical activity concepts. The process of gathering data, students were taught drawing data first week. And students draw five movement patterns and practiced (Sharpe,Greaney,Royce;2004). Second week, students had drawn movement patterns which were selected from newspaper, magazines and photographs from different angles. Third week the best ten drawing were selected them. These selected were shown to the students for 30 seconds and they were asked to draw. Drawings were evaluated by their partner. In the fourth week, the special names and movements of the movements were explained and the support points in the movements were explained. Fifth week, before drawing on the concepts sports and physical activity, students were told that the drawings were for research purposes. And then students were asked to attach slogans according to their drawings. 40 minutes were assigned for the students for the practice. In the data analysis, these drawing were coded according to the previously determined categories (Akpınar, Altay;2008) with thematic analysis method and frequencies and direct extracts were obtained. R values 0.97 and 0.73 were calculated by experts. According to the results, in the drawings of students who participated in the research, which involved sports and activities %16,2 basketball and soccer. Slogans produced by students in their drawings are mainly of psychological %34,8. In case of drawings related to celebrities and brand names with %40,3. The concepts of non-competition is ranked at top in student drawings with %57.3. As a result it is seen that the healthy life principle is transferred to the students according to the fair play.

SB927

FİZİKSEL ETKİNLİK KARTLARININ ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN DİKKAT BECERİLERİNE ETKİSİ

***[1]Özlem Kanbir*, [1]Özlem Kanbir, [2]Reyyan Tekin, [1]Sinan Bozkurt**

[1]Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi,İSTANBUL
[2]Üsküdar Üniversitesi İnsan Ve Toplum Bilimleri Fakültesi,İSTANBUL

***Email :** ozlemkanbir@hotmail.com, ozlemkanbir@hotmail.com, , sbozkurt@marmara.edu.tr*

Fiziksel Etkinlik Kartlarının Ortaokul Öğrencilerinin Dikkat Becerilerine Etkisi

AMAÇ Bu çalışma fiziksel etkinlik kartlarının (FEK) ortaokul öğrencilerinin dikkat becerilerine etkisi tespiti amacı ile yapılmıştır. Eğitimin aktif ve sürekli değişen bir yapısal özelliğinden dolayı öğretimin kişiler arası farklılıkları, farklı durumlar altında gelişen öğrenme türleri, sportif faaliyetlerdeki bireysel farklılıklar, oyun yoluyla öğrenme, işbirlikçi öğrenme, yaratıcılık gibi farklı stil ve tekniklerle öğrenimi destekleyen öğretim türleri, öğrenciler için bir fayda sağlamaktadır. Türk Milli Eğitim sistemi içerisine 2012 yılında dahil olan Fiziksel Etkinlik Kartları (FEK) geliştirilmiş ve uygulanmaya başlanmıştır (MEB, 2012). YÖNTEM Bu araştırmanın evrenini, 2016-2017 eğitim ve öğretim yılında Milli Eğitim Bakanlığına bağlı okullarda eğitim gören tüm 6- 7-8. sınıf öğrencileri, örneklemini ise İstanbul Sultanbeyli ilçesindeki Genç Osman Ortaokulunda öğrenim gören 6-7-8. Sınıflardan basit seçkisiz yöntem ile seçilen beden eğitimi derslerini fiziksel etkinlik kartlarındaki oyunları oynayıp işleyen çalışma grubu ve kontrol grubu olmak üzere toplam 233 öğrenci oluşturmaktadır. BULGULAR: Araştırmanın bulgularına göre fiziksel etkinlik kartlarındaki oyunların öğrencilerin dikkatlerine olumlu anlamda bir etkisinin olduğu görülüp, çalışma grubunun ön ve son test sonuçları karşılaştırmasında farklılık bulunmuştur ($p<0.01$). SONUÇ Sonuç olarak Fiziksel etkinlik kartlarının kullanılarak yapılan derslerin içeriğinin oyun temalı fiziksel aktivitelerden oluşması, her yaş ve farklı becerilere sahip bireylerin kolaylıkla ve kendini tekrar etmeyen yapısından dolayı öğrencilerin yüksek düzeyde oyunlara odaklanması, dikkatli bir şekilde oyunda içindeki gelişmeleri takip ederek dikkat becerilerinin gelişimlerine olumlu bir etki yaratmıştır.

THE EFFECT OF PHYSICAL ACTIVITY CARDS ON ATTENTION SKILLS OF MIDDLE SCHOOL STUDENTS

The Effect of Pyhsical Activity Cards on Attention Skilss of Middle School Students

INTRODUCTION: The purpose of this study was to determine the effect of physical activity cards on attention skills of middle school students. Because of the active and constantly changing structural characteristics of education, the differences of teaching among individuals, different types of learning, individual differences in sports activities, learning through play, cooperative learning, creativity, different styles and techniques that support learning, provides a benefit for the students.Physical activity cards included in the Turkish national education system in 2012 have been developed and implemented (MEB, 2012). METHOD:The universe of this research is all 6-7-8 education in schools affiliated to the Ministry of National Education in 2016-2017 education and academic year. class students, sample of Istanbul Sultanbeyli district Young Osman Junior High School 6-7-8. A total of 233 students, including a working group and a control group, who play the games in physical activity cards and play the physical education courses selected from the classes through a simple unselected method. RESULTS:According to the results of the study, games on physical activity cards had a positive effect on students ' attention and differences were found in the comparison of the study group's preliminary and final test results. CONCLUSION:As a result, the content of the lessons made using physical activity cards is composed of game-themed physical activities, focusing on high levels of students ' games, carefully following developments in the game and having a positive effect on the development of attention skills, due to the easy and non-repetitive structure of individuals with all ages and different skills.

SB928

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÜZERİNE TÜRKİYE' DE 2017 YILINDA YAPILAN YETENEK SINAVLARININ ANALİZİ

***[1]Gozde Ersoz*, [1]Deniz Hüyüklü**

[1]Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi, Tekirdağ

Email : *gozde0007@gmail.com, dhuyuklu@gmail.com*

Giriş:Türkiye'de her yıl spor ile ilgili bölümlere özel yetenek sınavı çerçevesinde öğrenci alımı yapılmaktadır. Bu çalışmanın amacı 2017- 2018 eğitim-öğretim yılı için Türkiye genelinde yapılmış olan beden eğitimi ve spor ile ilgili tüm özel yetenek sınavlarının araştırmacılar tarafından belirlenen temalar üzerinden incelemektir. Gereç ve Yöntem: Ülkemizde 23 adet (1 özel, 22 devlet) Spor Bilimleri Fakültesi, 58 (4 özel, 54 devlet) adet ise Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu bulunmaktadır. Bu çalışma kapsamında evrenin tamamına ulaşılmıştır. Araştırma verileri nitel araştırma yöntemlerinden doküman incelemesi tekniği ile toplanmıştır. Verilerin analizinde ise betimsel analiz yöntemleri (frekans, yüzde) kullanılmıştır. Bulgular: 2017-2018 eğitim öğretim döneminde yetenek sınavlarına milli sporcu ve spor lisesi mezunlarının kabulünde üniversitelerin spor ile ilgili bölümlerinin %43' ü 140.00 puan ve üstü; %16' sı 180.00 puan ve üstü; %11' i 200.00 puan ve üzeri; %10' u ise 160.00 puan ve üzeri YGS puanı alma şartı koymuştur. Milli sporcu olmayan ve spor lisesi çıkışlı olmayanlar için ise üniversitelerin spor ile ilgili bölümlerinin %41' i 200.00 puan ve üzeri; %26' sı 160.00 puan ve üzeri; %20' si 140.00 puan ve üzeri; %13' ü ise 225.00 puan ve üzeri YGS puanı alma şartı koymuştur. 2017-2018 eğitim öğretim dönemine öğrenci alımında yapılan yetenek sınavlarının içeriği incelendiğinde üniversitelerin spor ile ilgili yetenek sınavı yapan bölümlerinin %22' sinin sadece koordinasyon sınavı ile; %19' nun sadece koordinasyon ve özgeçmiş ile; %17' sinin sadece koordinasyon ve branş sınavı ile; %9' unun sadece branş sınavı ile; %5' nin branş sınavı ve özgeçmiş ile; %5' inin koordinasyon sınavı ve YGS puanı ile yetenek sınavı yaptığı görülmüştür. Sonuç: Elde edilen veriler doğrultusunda ülkemizde spor ile ilgili yapılan tüm yetenek sınavlarının öğrenci alım şartları, sınav sistemleri ortaya konularak durum analizi yapılmış ve ve bu konuda yaşanan sıkıntılar için çözüm önerileri getirilmiştir. Anahtar Kelimeler:Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, Antrenörlük Eğitimi, Rekreasyon Bölümü, Spor Yöneticiliği, Özel Yetenek Sınavı

AN ANAYSIS OF 2017 APTITUDE TESTS ON PHYSICAL EDUCATION AND SPORT IN TURKEY

Introduction: Every year, through aptitude tests student admission in sport relevant departments are done in Turkiye.The purpose of this study is to investigate all of the physical education and sport aptitude tests in 2017-2018 academic year in Turkey. Methods: There are 23 Sports Science Faculty and 58 School of Physical Education and Sports in our country. Within the scope of this study, the entire universe was reached. The research data were collected from the qualitative research methods using the document review technique.Descriptive analysis methods were used for analysising of the data.Findings:43% of sports related departments of universities for acceptance of national athletes and sports high school graduates are given 140 points and above; 160 points and above 180 points; 11% over 200 points and above; 10%, 160 points and higher YGS score has received the requirement in 2017- 2018 academic year. For non-national athletes and non-athletes, 41% of the universities' sports-related departments score 200 points and above; 26% is 160.00 points and above; 20% is over 140 points and above; 13%, 225 points and over the YGS point to get the condition set. When examining the contents of the aptitude exams made during the student's admission to the 2017-2018 academic year,22% of the universities' aptitude tests for sports are administered only with the coordination exam;19% with only coordination and resume;17% only with the coordination and branch examination;9% of them are exams only; 5% of the exam and curriculum vitae; It was seen that 5% had a skillful test with coordination exam and YGS score. Conclusion: In the light of the data obtained, students' admission conditions and examination systems of all aptitude tests related to sports in our country have been put forward and and situation analyzes have been made and solutions have been proposed for the problems experienced in this regard.

SB930

BEDEN EĞİTİMİ DERSİNİN ORTA ÖĞRETİM ÖĞRENCİLERİNE KAZANDIRDIĞI DEĞER YÖNELİMLERİNİN İNCELENMESİ

[1]İsa Doğan, [2]Özbay Güven, [2]Özer Yıldız

[1]Karabük
[2]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Email : *, ,*

Özet Bu araştırmanın amacı; ortaokul ve lise düzeyindeki öğrencilerin beden eğitimi dersinde değer yönelim düzeylerinin belirlenmesi ve öğrencilerin bazı özelliklerine göre beden eğitimi dersinde değer yönelimlerinin farklılaşıp farklılaşmadığının belirlenmesidir. Araştırmada Yıldız ve Güven (2013) tarafından geliştirilen, "Beden Eğitimi Dersi Öğrenci Değer Yönelimi Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırma verilerinin analizinde, değer yönelimi ölçeğinin alt boyutlarına ilişkin ortalama ve standart sapma değerlerine, ikili grupların karşılaştırmasında Bağımsız Örneklemler için t- testi, çoklu grupların karşılaştırmasında Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Araştırma sonucunda, ortaokul ve lise düzeyindeki öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersinde değer algılarının oldukça yüksek olduğu ve değer kazanımında beden eğitimi dersinin önemli bir role sahip olduğu söylenebilir. Özgüven hariç tüm alt boyutlarda kadın öğrencilerin sportif değer algılarının erkek öğrencilerin değer algılarından daha yüksek olduğu, Alt sınıflarda (7. ve 8.sınıf) öğrenim gören öğrencilerin, sportif erdem boyutunda değer algılarının diğer sınıf düzeylerinden daha yüksek olduğu, spor kursuna gidenlerin ve düzenli olarak bir spor dalı ile ilgilenenlerin değer algılarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Anahtar Kelimeler: Beden Eğitimi, Orta Öğretim, Değer.

EXAMINATION OF VALUE ORIENTATIONS OF PHYSICAL EDUCATION LESSONS FOR SECONDARY EDUCATION STUDENTS

Abstract The purpose of this research; determination of the level of value orientation in the physical education course of the students at secondary and high school level and to determine whether the value orientations in the physical education class differ according to some characteristics of the students. In the study, "Physical Education Course Student Value Orientation Scale" developed by Yıldız and Güven (2013) was used. In the analysis of the research data, the mean and standard deviation values for the subscales of the value orientation scale, the t-test for the Independent Samples and the One-way ANOVA for the comparison of the multiple groups were used. As a result of the research, it can be said that the students in secondary and high school have very high perceived value and physical education course plays an important role in value appreciation. In all sub-dimensions except for self-confidence, the perceptions of sport values of female students were higher than that of male students, the students who were in lower grades (7th and 8th grade) had higher value perceptions of sportive virtue than the other class levels, the value perceptions of those interested in a sport branch regularly and attend a sport course are determined to be higher. Key words: Physical education, secondary education, value

SB931

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN GİRİŞİMCİLİK EĞİLİMLERİ VE GENEL YETKİNLİK DÜZEYLERİ ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA; BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOKULU ÖRNEĞİ

***[1]Ebru Olcay Karabulut*, [2]Pınar Karacan Doğan**

[1]Ahi Evren Üniversitesi
[2]Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Bölümü

***Email :** Kırşehir, Ankara*

ÖZET Bu çalışma beden eğitimi ve spor yüksekokullarında eğitim alan öğrencilerin genel yetkinlik inançları ve girişimcilik düzeylerinin farklı demografik değişkenlerle belirlenmesi amacıyla yapılan tarama modelli bir araştırmadır. Örneklem Grubunu, beş farklı üniversitenin beden eğitimi ve spor yüksekokullarında okuyan ve tesadüfi yöntem ile seçilmiş olan 486 kadın, 643 erkek olmak üzere toplam 1129 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak, Yılmaz ve Sümbül (2009) tarafından geliştirilen ve 36 maddeden oluşan Girişimcilik Ölçeği ve Jerusalem ve Schwarzer (1992) tarafından geliştirilen ve Türkçe'ye uyarlama çalışmaları Çelikkaleli ve Çapri (2008) tarafından yapılmış olan 10 maddeli Genel Yetkinlik İnancı Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen verilerin istatistiksel analizleri için aritmetik ortalama ve frekans dağılımları alınmıştır. Araştırmaya katılan sporcuların gelecek kaygısı ve cinsiyet değişkenleri ile anketlerin puanları arasındaki ilişkiyi tespit etmek amacıyla t- Testi, gelecekle ilgili kariyer hedefleri ile anketlerin puanları arasındaki ilişkiyi tespit etmek amacıyla Krusukal Wallis testi yapılmış ve elde edilen bulgular ve tablolar halinde sunulmuştur. İstatistiksel anlamlılık için ise .05 anlamlılık düzeyi seçilmiştir. Sonuç olarak, araştırma grubunun yüksek genel yetkinlik inancına ve girişimcilik düzeyine sahip olduğu, gelecek kaygılarının olduğu, en çok eğitim aldıkları işi yapmak istedikleri, gelecek kaygıları ve cinsiyet değişkenleri ile genel yetkinlik inancı ve girişimcilik düzeyi arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Anahtar Kelimeler; Girişimcilik, Spor, Genel Yetkinlik, Beden Eğitimi

A RESEARCH ON UNİVERSITY STUDENTS' LEVEL OF GENERAL COMPETENCE AND ENTREPRENEURSHIP TENDENCY: EXAPLE OF SCHOOL OF PHYSİCAL EDUCATİON AND SPORT

This research which is made with the aim of determining physical education and sports academy students' general comptence beliefs and enterpreneurship levels by different variables is a scanning methodical research. Sample group consists of 486 female and 643 male of 1129 students in all who was chosen by chance from 5 different universities' physical educaton and sport students. In research , general competence belief scale with 10 items which was improved by jerusalem and schwarzer (1992)and whose turkish version studies was made by çelikkaleli ve çepri (2008) , and the enterpreneurship scale with 36 items which was improved by yılmaz ve sümbül (2009) were used as a data collection tool. Aritmetic mean and frequency distribution was calculated for statistical analyses of the data collected in research. The T-test was carried out to determine the realation between the sporter's future anxiety, gender variables and survey scores. Krusukal Wallis test was carried out to determine the relation between the career objectives for future and the survey scores. And the achieved findings was submitted by charts. And 0.5 significance level was chosen for statistical significance As a result , it is seen that research group has high genereal comptence belief and enterpreneurship level, future anxiety, want to do the job they got education from most , and there is no meaningful relationship between the variables of future anxiety and gender and general competence belief and enterpreneurship levels.

Key words : Enterpreneurship, Sport, General Competence, Physical Education

EGZERSİZ VE SPOR FİZYOLOJİSİ / EXERCISE AND SPORTS PHYSİOLOGY

SB79

EKSANTRİK EGZERSİZ SONRASINDA MEYDANA GELEN KUVVET KAYBI OKSİDATİF STRES İLE İLİŞKİLİ ANCAK KAS HASARI İLE İLİŞKİLİ DEĞİLDİR

***[1]Bircan Dokumacı*, [1]Cihan Aygün, [1]Hayriye Çakır-Atabek**

[1]Eskişehir Teknik Üniversitesi, Eskişehir

Email : *bircanakdogan@gmail.com, cihanaygun@hotmail.com, hari03123@hotmail.com*

Giriş ve Amaç: Eksentrik egzersizler, konsantrik veya izometrik egzersiz türlerine kıyasla anlamlı ölçüde daha fazla kas ağrısına yol açabilir ve kas yapısında mikro-yaralanmalara neden olabilmektedir. Kasta meydana gelen hasarlar, kas membran yapısının bozulması ve kasa ait spesifik bazı proteinlerin kana sızması ile sonuçlanan sarkomerlerin yapısının bozulması ile karakterizedir. Ayrıca kas hasarı, izometrik veya dinamik kuvvette düşüş, hareket eklem genişliği ve kas ağrısı ile değerlendirilebilir. Bu nedenle, bu çalışmanın amacı (a) kas hasarı biyoişaretleri, oksidatif stres belirteçleri ve maksimum kuvvet performans değerlerinin zamana bağlı değişimlerini, (b) kas hasarı, oksidatif stres ve maksimum kuvvet performansında meydana gelen değişimler arasında ilişkiyi ve (c) egzersize bağlı oluşan kas hasarının oksidatif stres ile ilişkili olup olmadığını araştırmaktır. Yöntem: Çalışmaya 29 (yaş: 22,13 ± 3,1 yıl; boy: 174,73 ± 5,7 cm; kilo: 71,53 ± 10,0 kg) erkek katılmıştır. Katılımcılar 60°·s-1 sabit hızda dirsek fleksörlerinde maksimal 60 eksentrik hareket yapmıştır. Maksimum izokinetik kuvvet (MİK), görsel analog skala skoru, serum kreatin kinaz (KK), total oksidant kapasite (TOK), protein karbonil (PC) ve 8 hidroksideoksiguanizin seviyeleri analiz edilmiştir. Kan örnekleri eksentrik öncesi, hemen sonrası, eksentrik egzersizden 24, 48 ve 96 saat sonrasında alınmıştır. Toplam işte (%ΔTiş), zirve tork (%ZT) meydana gelen değişim ve oksidatif stres indeksi (OSİ) hesaplanmıştır. Bulgular: KK, PC ve TOK zamanla önemli olarak artmıştır ($p < 0.05$). Bunun yanı sıra, MİK ve değerlendirilen diğer biyoişaretlerde zamana bağlı önemli bir değişim kaydedilmemiştir ($p > 0.05$). MİK kas hasarı ve oksidatif stres biyoişaretleri ile ilişkili değildir. Ancak, %ΔTiş ve oksidatif stress belirteçleri arasında orta düzeyde ters yönlü bir ilişki bulunmuştur. %ZT ve seçilen biyoişaretler arasında anlamlı bir ilişki kaydedilmemiştir. Sonuç: Bu sonuçlar, kuvvet performansında meydana gelen değişimin kasta meydana gelen hasarın büyüklüğünü yansıtmadığını göstermektedir.

STRENGTH LOSS AFTER ECCENTRIC EXERCISE IS RELATED TO OXIDATIVE STRESS BUT NOT MUSCLE DAMAGE BIOMARKERS

Introduction and Purpose: Eccentric muscle activity can result in significantly greater muscle soreness compared to concentric or isometric muscle activity and induce micro-injury to the muscle structure. Muscle damage is characterized by weakened sarcomeres, resulting in membrane disruption and the leakage of muscle-specific proteins and can also be assessed by loss of isometric or dynamic strength, range of motion (ROM), and muscle soreness. Therefore, the purpose of this study was to investigate (a) time-dependent changes in muscle damage biomarkers, oxidative stress indices, and maximum strength performance, (b) the relationship between changes in maximum strength performance and changes in muscle damage and oxidative stress indices, and (c) whether eccentric exercise-induced muscle damage is related to oxidative stress. Method: Twenty-nine males (age: 22.13 ± 3.1 years; height: 174.73 ± 5.7 cm; weight: 71.53 ± 10.0 kg) participated in the study. Participants performed 60 maximal eccentric actions of the elbow flexors at constant velocity of 60°·s-1. Maximum isokinetic strength (MIS), visual analog scale soreness scores, serum creatine kinase (CK) activity, total antioxidant status, total oxidant status (TOS), protein carbonyl (PCO), and 8-hydroxydeoxyguanosine levels were analyzed. The blood samples were obtained before; immediately after; and 24 h, 48 h, and 96 h after the eccentric exercise. Change in total work (%ΔTWk), peak torque (%ΔPT), and oxidative stress index (OSI) were calculated. Results: CK, PCO, and TOS significantly increased over time ($p < 0.05$). However, no significant main effect was observed for MIS and any investigated other biomarkers ($p > 0.05$). MIS was not related to muscle damage or oxidative stress indices. However, %ΔTWk demonstrated a moderate inverse correlation with oxidative stress indices. No significant relationship was observed between %ΔPT and any of the selected biomarkers. Conclusion: These results indicate that the change in strength performance did not reflect the magnitude of muscle damage.

SB80

SAĞLIKLI GENÇ ERKEKLERDE TEK BİR YOKUŞ AŞAĞI KOŞMANIN KAS AĞRISI VE OKSİDATİF STRES ÜZERİNE ETKİLERİ

***[1]Bircan Akdoğan*, [1]Bircan Dokumacı, [1]Hayriye Çakır-Atabek**

[1]Eskişehir Teknik Üniversitesi, Eskişehir

***Email :** bircanakdogan@gmail.com, bircanakdogan@gmail.com, hari03123@hotmail.com*

Giriş ve amaç: Gecikmiş kas ağrısı (GKA) belirgin eksantrik yüklemelerin ardından rastlanan yaygın bir yanıttır. GKA semptomları kuvvet üretim kaybında düşüş, kas biyokimyasal belirteçlerinde önemli değişikliklerden mekanik performansın değişimine kadar geniş ölçüde değişebilmektedir. Antrenmanlı sporcular bile alışılmamış egzersiz karakterleri nedeni ile GKA'dan etkilenebilirler. Bu nedenle bu çalışmada (a) eksentrik egzersiz kaynaklı kas hasarı biyoişaretlerinin oksidatif stres ile ilişkili olup olmadığını araştırmak, (b) kas hasarı biyoişaretleri, oksidatif stres belirteçleri ve kuvvet performansında zamana bağlı değişimi ve (c) kuvvet performansı, kas hasarı biyoişaretleri ve oksidatif stres belirteçleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Yöntem: İyi aerobik kapasiteye sahip, kuvvet antrenmanı yapan 10 sağlıklı erkek (yaş: 20,90 ± 1,45 yıl; boy: 177,90 ± 6,1 cm; kilo: 75,80 ± 8,96 kg; VO2maks: 52,78 ± 2,83 ml.kg-1.dk-1), VO2maks'ın %70'ne denk gelen koşu hızında -%10 eğimde 30 dk yokuş aşağı koşmuştur. Serum kreatin kinaz (KK), baskın bacakta görsel analog skala kas ağrı değeri (KAD), total testosteron (TT), total antioxidant kapasite (TAK), total oxidant kapasite (TOK), protein karbonil (PCO), skuat sıçrama (SS), aktif sıçrama (AS) ve hareket eklem genişliği (ROM) değerlendirilmiştir. Kan örnekleri yokuş aşağı koşudan önce, hemen sonra ve koşudan 24, 48, 72 ve 96 saat sonrasında alınmıştır. Bulgular: Elde edilen sonuçlara göre KK, TAK, TOK, PCO, ROM, SS ve AS değerlerinde zamana bağlı anlamlı bir değişim yoktur ($p>0.05$). Ancak, TT seviyesinde ve KAD değerlerinde zamana bağlı anlamlı bir değişim gözlemlenmiştir ($p<0.05$). Bu sonuçlar yokuş aşağı koşunun katılımcılar için farklı bir egzersiz tipi olmasına rağmen, kuvvet antrenmanlı bireylerde seçilen kas hasarı biyoişaretleri, oksidatif stres belirteçleri ve kuvvet performansını değiştirmediğini göstermektedir.

THE EFFECTS OF A SINGLE BOUT OF DOWNHILL RUNNING ON MUSCLE SORENESS AND OXIDATIVE STRESS INDICES IN HEALTHY YOUNG MEN

Introduction and purpose: Delayed onset of muscle soreness (DOMS) is a common response to exercise involving significant eccentric loading. Symptoms of DOMS may vary widely from reduced force generating capacity, significant alterations in biochemical indices of muscle, to changes in mechanical performance. Even trained athletes could affect from DOMS because of unaccustomed exercise type. Therefore, the purpose of this article was to (a) investigate whether eccentric exercise-induced muscle damage is related to oxidative stress indices, (b) examine time-dependent changes in muscle damage biomarkers, oxidative stress indices, and strength performance (jump height), and (c) determine the relationship between changes in strength performance and muscle damage / oxidative stress indices in resistance trained athletes. Method: Ten healthy resistance-trained males with good aerobic capacity (age: 20.90 ± 1.45 years; height: 177.90 ± 6.1 cm; weight: 75.80 ± 8.96 kg; VO2max: 52.78 ±2.83 ml.kg-1.min-1) performed downhill running at speeds corresponding to 70% of VO2max at -10% gradient for 30 min. Serum creatine kinase (CK) activity, visual analog scale muscle soreness scores (MS) for dominant leg, total testosterone (TT), total antioxidant status (TAS), total oxidant status (TOS), protein carbonyl (PCO), squat jump (SJ), countermovement jump (CJ), and range of motion (ROM) were analyzed. The blood samples were obtained before, immediately after, and 24h, 48h, 72h, and 96h after the downhill running. Results: The results indicated that there were no significant time-dependent changes in CK, TAS, TOS, PCO, SJ, CJ, and ROM values ($p > 0.05$). However, a significant time-dependent change was observed in TT levels and MS ($p < 0.05$). Conclusion: These results indicate that although the downhill running is a different exercise type for participants, it did not change selected muscle damage biomarkers, oxidative stress indices and strength performance in resistance-trained athletes.

SB100

BASKETBOLCU VE FUTBOLCU ÇOCUKLARDA BACAK SERTLİĞİ VE KOŞU EKONOMİSİ İLİŞKİSİ

***[1]Selçuk Karakaş*, [1]Selcen Korkmaz Eryılmaz, [1]Abdullah Kılcı, [2]Özgür Günaştı, [1]Çağlar Bıldırcın, [1]Cumhur Boyraz, [2]Çiğdem Özdemir, [2]Kerem Özgünen, [2]Sanlı Sadi Kurdak**

[1]Çukurova Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Adana
[2]Çukurova Üniversitesi, Tıp Fakültesi Fizyoloji Anabilim Dalı, Adana

***Email :** selcukk.12@gmail.com, selcen_korkmaz@yahoo.com, abdullahkilci89@gmail.com, ccbildircin@gmail.com, ccbildircin@gmail.com, cumhur_boyrazhotmail.com, cozdemir@cu.edu.tr, kozgunen@cu.edu.tr, sskurdak@cu.edu.tr*

Giriş ve Amaç:Koşu ekonomisi (KE) yetişkinlerde dayanıklılık performansını belirleyen fizyolojik faktörlerden bir tanesidir ve bacak sertliği ile arasında yüksek ilişki bulunmaktadır. Yeterli düzeyde bacak sertliği gerilme-kısalma döngüsü hareketlerde elastik enerjinin etkili bir şekilde depolanması ve tekrar kullanılması için önemlidir. Bu çalışmanın amacı futbolcu ve basketbolcu çocuklarda bacak sertliği ve KE ilişkisini incelemek ve birbirleriyle karşılaştırmaktır. Yöntem:Araştırmaya 11-12 yaş 10 erkek futbolcu ve 10 erkek basketbolcu katıldı. Maksimal oksijen alımı (VO2max) koşu bandında şiddeti giderek artan egzersiz protokolü ile tespit edildi (CosmedQuark PFT-Ergo), test sırasında ulaşılan en yüksek hız kaydedildi(HIZmax). KE belirlenmesi için 6 dakika süre ile 8 km/saat sabit hızda koşu testi uygulanarak, kararlı durumdaki oksijen alım (VO2KE) değerleri belirlendi. Sporculara kontak mat üzerinde (Microgate-Witty) 5 tekrarlı maksimal ve 2.5Hz'lik metronom hızı ile 20 tekrarlı submaksimal dikey sıçrama testi uygulandı. 6 dakika koşu, maksimal ve submaksimal sıçrama testleri sırasında yerle temas süresi ve havada kalış süresi video kamera (240fps Go-Pro3) ile analiz edilerek bacak sertliği (sırası ile, Skoşu, Smax, Ssubmax) verileri hesaplandı ve vücut ağırlığına normalize edildi. 6 dakika koşu testi sırasında adım uzunluğu ve adım frekansı belirlendi. Gruplar arası değerlerin karşılaştırılmasında bağımsız gruplarda student-t testi kullanıldı. İki farklı değişken arasındaki ilişki, pearson korelasyon analizi yapılarak değerlendirildi (ortalama±standart sapma). Bulgular:Futbolcuların basketbolculara göre VO2max (54.5±3.3, 46.7±5.2ml/kg/dak), HIZmax (15.3±0.8, 13.4±4km/saat), Skoşu (0.16±0.01, 0.12±0.01kN/m/kg), Smax (0.29±0.1, 0.12±0.05kN/m/kg), Ssubmax (0.46±0.09, 0.32±0.03kN/m/kg), adım uzunluğu (0.7±0.03, 0.63±0.03m) ve adım frekansı (1.5±0.06, 1.46±0.06) anlamlı olarak yüksek bulundu ($p<0.05$). Futbolcular ve basketbolcuların VO2KE (34.8±3.7, 35.9±2.2ml/kg/dak) karşılaştırıldığında aralarında anlamlı bir fark olmadığı tespit edildi ($p>0.05$). VO2max ve HIZmax ile Skoşu (r=0.59, r=0.64), Smax (r=0.71, r=0.72), Ssubmax (r=0.67, r=0.75) arasında anlamlı bir ilişki bulunurken ($p<0.01$), VO2KE ile hiçbir değişken arasında anlamlı bir ilişki bulunamadı($p>0.05$). Sonuç:Bacak sertliği yüksek olan çocukların aerobik kapasitelerinin de yüksek olduğu görülmektedir. Öte yandan çocuklarda koşu ekonomisi, sportif performansı belirleyen bir unsur olmayabilir. Anahtar Kelimeler:Oksijen alımı,yerle temas süresi,havada kalış süresi,egzersiz

THE RELATIONSHIP BETWEEN THE LEG STIFFNESS AND RUNNING ECONOMY IN BASKETBALL AND SOCCER PLAYER CHILDREN

Introduction and Aim:The running economy (RE) is an important physiological determinant of endurance performance in adults and has high correlation with leg stiffness. Sufficient leg stiffness is a key requirement for effective storage and reutilization of elastic energy in stretch–shorten cycle activities. The purpose of this study was to examine the relationship between the leg stiffness and RE in basketball and soccer player children. Method:Ten male basketball and ten male soccer players aged 11–12years took part in the study. The maximal oxygen uptake(VO2max) was determined using an incremental maximal exercise test on a treadmill(CosmedQuarkPFT-Ergo); the highest speed reached during the test was recorded. The RE was determined by a constant-speed running test at 8 km/h for 6-min and calculated as a steady-state oxygen uptake(VO2RE). Athletes completed two vertical jump tests of a 5 repeated maximal hopping and a 20 repeated submaximal hopping at a metronome frequency of 2.5Hz on the contact mat(Microgate-Witty). During 6-min running, maximal and submaximal hopping tests, leg stiffness (Srun,Smax and Ssubmax,respectively) was calculated by using the flight and contact times which analyzed with a video camera(240fpsGo-Pro3), and was normalized relative to body mass. Step length and step rate were determined during the 6-min running test. The comparisons

between groups were calculated by independent t-test. Pearson product-moment correlations were determined for all correlation analyses(means±SD). Results:The VO2max (54.5±3.3,46.7±5.2ml/kg/min), SPEEDmax(15.3±0.8,13.4±4km/h), Srun(0.16±0.01,0.12±0.01kN/m/kg), Smax(0.29±0.1,0.12±0.05kN/m/kg), Ssubmax(0.46±0.09,0.32±0.03kN/m/kg), step length(0.7±0.03,0.63±0.03m), and step rate(1.55±0.06,1.46±0.06) were higher at soccer players than basketball players ($p<0.05$). There were no significant differences between two groups for VO2RE (34.8±3.7,35.9±2.22ml/kg/min)($p>0.05$). VO2max and SPEEDmax were significantly correlated with the Srun($r=0.59$,$r=0.64$), Smax($r=0.71$,$r=0.72$), Ssubmax($r=0.67$,$r=0.75$)($p<0.01$). There were was no significant relationship between VO2RE and any variable($p>0.05$). Conclusion:Children with high leg stiffness are also seen to have higher aerobic capacities. On the other hand, running economy in children may not be a determinant for athletic performance. Keywords:Oxygen uptake,flight time,contact time,exercise

SB132

ELİT BOKSÖRLERE UYGULANAN ELDİVENLİ MODEL ANTRENMANIN BAZI ESER ELEMENTLER ÜZERİNDEKİ AKUT ETKİSİNİN İNCELENMESİ

[1]Sedat Okut, [1]Ömer Kaynar, [1]Muhammed Zahit Kahraman, [1]Muhammed Fatih Bilici

[1]Muş Alparslan Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, MUŞ

Email : *sedatokut@hotmail.com, o.kaynar@alparslan.edu.tr, mz.kahraman@alparslan.edu.tr, f.bilici@alparslan.edu.tr*

Giriş ve Amaç; bu çalışmada elit erkek boksörlere uygulanan eldivenli model antrenmanın bazı eser elementler üzerindeki akut etkisinin araştırılması amaçlanmıştır. Çalışmaya herhangi bir sağlık problemi bulunmayan ve milli takımda yer alan 22 erkek elit boksör (Yaş: 18,36±6,18 yıl, V.A.:65,23±11,75 kg, Boy:174,18±8,67 cm) gönüllü olarak katılmıştır.

Yöntem; boksörlerin, eldivenli model antrenmanı öncesinde ve sonrasında kan örnekleri alındı. Biyokimyasal analizler için alınan kan örnekleri 4000 rpm devirde 10 dakika santrifüj edilmiştir. Daha sonra serumların analizi otoanalizör ile yapılmıştır. Araştırmada elde edilen verilerin analizi SPSS istatistik programı kullanılarak yapıldı. Verilerin normal dağılım gösterip göstermedikleri Shapiro-Wilk testi ile belirlendi. Normal dağılım gösteren verilerin istatistiksel çözümlemelerinde tanımlayıcı istatistik ve α=0.05 anlamlılık düzeyinde paramedik testlerden paired t testi kullanıldı.

Bulgular; elit boksörlerin ön test ölçümlerinde sodyum (Na) 141,18±1,87, magnezyum (Mg) 2,02±0,13, potasyum (K) 4,30±0,32, klor (Cl) 100,61±2,96, krom (Cr) 0,94±0,17 ve kalsiyum (Ca) 9,66±0,31 olarak bulunmuştur. Son test ölçümlerinde ise Na 142,59±3,23, Mg 1,94±0,14, K 4,41±0,26, Cl 102,22±3,05, Cr 1,05±0,19 ve Ca 9,59±0,32 olarak bulunmuştur.

Sonuç; elit boksörlerin ön ve son test eser element değerlerinin karşılaştırılmasında Mg, Cl ve Cr elementlerinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edildi ($p<0,05$). Na, K ve Ca değerlerinde ise anlamlı bir fark tespit edilmemiştir ($p>0,05$). Araştırma sonucunda, elit boksörlerde eldivenli model antrenmanın Mg değerinde düşüş, Cl ve Cr değerlerinde bir artış oluşturduğu belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Boks, Egzersiz, Eser Elementler.

THE INVESTIGATION OF THE ACUTE EFFECT OF GLOVED MODEL TRAINING ON TRACE ELEMENTS IN ELITE BOXERS

Introduction and Purpose; in this study, it was aimed to investigate the acute effect of gloved model training in elite male boxers. 14 male elite boxers (Age:18,36±6,18 years, B.W.:65,23±11,75 kg, Height:174,18±8,67 cm) in the national team participated voluntarily in the investigation. These boxers had no health problems.

Method; blood samples of the boxers were taken before and after gloved model training. Blood samples taken for biochemical analyzes were centrifuged at 4000 rpm for 10 minutes. Analysis of the serum was then carried out using an autoanalyzer. Analysis of the data obtained in the study was made using the SPSS statistical program. The normal distribution of the data was determined by the Shapiro- Wilk test. Statistical analysis of the data used descriptive statistics and paired t test from paramedical tests.

Findings; preliminary test measurements of elite boxers found sodium (Na) 141,18 ± 1,87, magnesium (Mg) 2,02±0,13, potassium (K) 4,30±0,32, chlorine (Cl) 100,61±2,96, chromium (Cr) 0,94±0, 17 and calcium (Ca) 9,66±0,31. In the final test measurements found Na 142,59±3,23, Mg 1,94±0,14, K 4,41±0,26, Cl 102,22±3,05, Cr 1,05±0,19 and Ca 9,59±0,32.

Conclusion; a statistically significant difference was found in Mg, Cl and Cr elements in the comparison of the pre and post test trace element values of elite boxers ($p<0,05$). There was no significant difference in Na, K and Ca values ($p>0.05$). As a result of the research, it was determined that gloved model training caused a decrease in Mg value, an increase in Cl and Cr values in elite boxers.

Keywords: Boxing, Exercise, Trace Elements.

SB138

DÜZENLİ YAPILAN EGZERSİZLERİN BAYANLARDA NUCLEAR FACTOR ERYTHROİD-DERİVED 2-LİKE 2 (NFE2L2) GEN EKSPRESYONUNA ETKİSİ

[1]İzmir Demokrasi Üniversitesi,Sağlık Bilimleri Fakültesi;Spor Bilimleri Bölümü İzmir/TÜRKİYE

Email :

ÖZET Amaç; bayanlarda düzenli yapılan egzersizin Nuclear factor erythroid-derived 2-like 2 (NFE2L2) gen ekspresyonuna etkisinin olup olmadığını araştırmaktır. Metot; araştırma düzenli olarak egzersiz yapmayan, aktif, sigara içmeyen, herhangi bir besin takviyesi almayan ve sağlık sorunu bulunmayan, yaş ortalaması 21.88±2.44 yıl, boy ortalamaları,162.13±5,83 cm, kilo ortalaması, 58,60± 2,04 kg, olan benzer yaş ve fiziksel özelliklere sahip, sağlıklı 12 kadın üzerinde yapıldı. Çalışmaya katılan kişilerin maksimal oksijen kullanma kapasiteleri, 8 haftalık antrenman programlarının başında ve sonunda Bruce test protokolü ile oransal olarak belirlendi. Katılımcılara, haftada 3 gün olmak üzere 8 hafta süreyle orta süreli interval antrenman programı uygulandı. Gönüllülerin hedef kalp atım sayılarına göre çalışmanın şiddeti belirlendi (% 90-95) . Katılımcıların, boy, kilo, sistolik - diastolik kan basıncı, kalp atım sayısı ve uygulanan 8 haftalık antrenmanlar öncesi ve sonrası kan örnekleri alındı. Periferik kan mononükleer hücrelerinden TRIzol Reaktifi kullanılarak RNA izolasyonu yapıldı. NFE2L2 gen ekspresyonu Biomark Real-Time PCR (RT-PCR) ile belirlenmiştir. Karşılaştırmalar hesaplanmış gen ekspresyon değerleri ile nicel veriler için bağımsız iki örneklem t testi, Mann-Whitney U kullanılarak yapıldı. İstatistiksel anlamlılık düzeyi p <0,05 olarak alındı. Bulgular; çalışmaya katılan katılımcıların istatistiksel analiz sonuçlarına göre kalp atım sayıları ve maksimal oksijen kullanma kapasitesinde (maks VO2) egzersiz sonrası önemli ölçüde artış bulundu (p<0.001). Kadınların vücut ağırlıkları ve vücut kitle indeksinde egzersiz sonrası önemli miktarda azalma olmuştur (p<0.001). NFE2L2 gen ifadelerinde 8 haftalık antrenman programı öncesine göre sonrasında azalma olmuştur (p<0.05,). Sonuç; düzenli yapılan egzersizin bayanlarda Nuclear factor erythroid-derived 2-like 2 (NFE2L2) gen ekspresyonunu azalttığını işaret etmektedir. Bu azalmanın kan örneklerinin alıdığı zaman noktasından, cinsiyet farklılıkları, egzersizin süresi, şiddeti, yoğunluğundan ve egzersize adaptasyondan kaynaklandığını düşündürmektedir.

Anahtar kelimeler: Egzersiz, gen ekspresyonu, NFE2L2

EFFECT OF REGULAR EXERCISE ON NUCLEAR FACTOR ERYTHROID-DERIVED 2-LIKE 2 (NFE2L2) GENE EXPRESSION IN WOMEN

ABSTRACT OBJECTIVE: To investigate whether regular exercise has an effect on Nuclear factor erythroid-derived 2-like 2 (NFE2L2) gene expression in women. METHODS: The research was made on 12 women who have similar ages and physical characteristics that did not exercise regularly, active, non-smoker, did not take any of food supplement and did not have any health problem, average of age was 21.88±2.44 years, average of height was 162.13±5,83 cm, and the average of weight was 58,60± 2,04 kg. The maximal oxygen utilization capacities of these people, who attended the study, were determined by Bruce test protocol at the beginning and end of eight-week practice schedules. Participants were given a mid-term interval training program for 8 weeks, 3 days a week. Gönüllülerin hedef kalp atım sayılarına göre çalışmanın şiddeti belirlendi (% 90-95) . Participants were followed up for blood pressure, systolic - diastolic blood pressure, heart rate and blood samples before and after 8 weeks of training. RNA isolation was performed using TRIzol Reactif from peripheral blood mononuclear cells. NFE2L2 gene expression was determined by Biomark Real-Time PCR (RT-PCR). Comparisons were performed using two independent sample t-tests, Mann-Whitney U, for quantified data with calculated gene expression values. RESULTS: According to statistical analysis results of participants participating in the study, there were significant increases in heart rate and maximal oxygen use capacity (max VO2) after exercise (p <0.001). There was a significant decrease in body weight and body mass index of women after exercise (p <0.001). There was a decrease in NFE2L2 gene expression after 8 weeks of training program (p <0.05,).

CONCLUSIONS: This make us consider that the reduction resulted from the time interval in blood sampling, the initially high level of NFE2L2 and the duration, intensity andseverty of the exercise.

Keywords; Exercise, gene expression, NFE2L2

SB139

ÜRİNER İNKONTİNANSI OLAN KADINLARDA PELVİK TABAN EGZERSİZLERİNİN UZUN DÖNEM ETKİLERİ-BİR YIL TAKİPLİ ÇALIŞMA

***[1]Ceren Orhan*, [1]Türkan Akbayrak**

[1]Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi Ve Rehabilitasyon Bölümü, ANKARA

Email : *cerengursen@yahoo.com, takbayrak@yahoo.com*

Giriş ve Amaç: Pelvik taban kas egzersizleri (PTKE), üriner inkontinans (Üİ) için birinci basamak tedavi olarak önerilmektedir (Seviye A Kanıt). PTKE'nin amacı, üriner kaçışı önlemek için proksimal üretra ve mesane boynunun desteğini artırmaktır. PTKE'nin uzun dönem etkileri henüz açık bir şekilde ortaya konmamıştır. Bu nedenle, bu çalışmanın amacı Üİ'li hastalarda PTKE'nin uzun dönem etkilerini araştırmaktı. Yöntem: Semptomatik değerlendirmelere göre Üİ tanısı alan 12 hasta (ortalama yaş: 50.08±7.57 yıl, ortalama Vücut Kitle İndeksi: 27.33±3,44 kg/m2 ve ortalama UI süresi: 5.66±3.22 yıl) çalışmaya dahil edildi. Hastaların demografik ve fiziksel özellikleri ve ayrıntılı tıbbi hikayeleri kaydedildi. Fizyoterapistler tarafından öğretilen hızlı ve sürekli kontraksiyonlar bir yıl boyunca uygulandı. Üİ sıklığı, İnkontinans Şiddet İndeksi ile Üİ şiddeti, Ürogenital Distres Envanteri ile semptom etkilenimi, İnkontinans Etki Anketi ile yaşam kalitesi ve vajinal perineometre ile pelvik taban kas fonksiyonu, başlangıçta, 6. ayda ve 12. ayda değerlendirildi. Friedman ve Wilcoxon testleri istatistiksel analizleri yapmak için kullanıldı. İstatistiksel anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ olarak belirlendi. Bulgular: Üİ'nin frekansı ve şiddeti, semptom etkilenimi, yaşam kalitesi, ve pelvik taban kas fonksiyonunda zaman içinde istatistiksel olarak anlamlı iyileşmeler saptandı ($p < 0.05$). Tüm ikili karşılaştırmalarda (başlangıç ve 6. ay; başlangıç ve 12. ay; 6. ay ve 12. ay) semptom etkilenimi, yaşam kalitesi ve pelvik taban kas fonksiyonlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar vardı ($p < 0.016$). Sonuç: Bu çalışmanın sonuçları, PTKE'nin uzun vadeli etkileri hakkında kanıt sağladı. Kısa dönemde elde edilen iyileşmeleri sürdürmek için PTKE'nin uzun dönemde uygulanması gereklidir. Hastalar aktif tedavi programının tamamlanmasından sonra PTKE'ye devam etmeleri için teşvik edilmelidir. PTKE'nin uzun dönem etkilerini ortaya çıkarmak için daha büyük örneklem büyüklüklerine sahip ileri çalışmalara ihtiyaç vardır.

LONG TERM EFFECTS OF PELVIC FLOOR MUSCLE EXERCISES IN WOMEN WITH URINARY INCONTINENCE: ONE-YEAR FOLLOW-UP STUDY

Introduction and Aim: Pelvic floor muscle exercises (PFME) are recommended as a first-line treatment for urinary incontinence (UI) (Grade A evidence). The aim of PFME is to improve the support of the proximal urethra and bladder neck in order to prevent urinary leakage. The long-term effects of PFME have not been clearly revealed yet. Therefore, the objective of this study was to investigate long-term effects of the PFME in patients with UI. Method: Based on symptomatic evaluations, 12 patients (mean age: 50.08±7.57 years, mean Body Mass Index: 27.33±3.44 kg/m2, and mean duration of UI: 5.66±3.22 years) diagnosed with UI were participated. Demographic and physical characteristics and detailed medical histories of patients were recorded. Fast and sustained contractions suggested by physiotherapists were performed for one-year period. Frequency of UI, severity of UI by Incontinence Symptom Index, symptom distress by Urogenital Distress Inventory, quality of life by Incontinence Impact Questionnaire, and pelvic floor muscle function by vaginal perineometer were evaluated at baseline, month 6 and month 12. Friedman and Wilcoxon-tests were used to conduct statistical analysis. $p < 0.05$ was set as a statistical significant level. Results: It was found statistically significant improvements in the frequency and severity UI, symptom distress, quality of life, pelvic floor muscle function over time ($p < 0.05$). There were statistically significant differences in symptom distress, quality of life, and pelvic floor muscle function at all pairwise comparisons (baseline and month 6; baseline and month 12; month 6 and month 12) ($p<0.016$). Conclusion: The results of the present study provided evidence on long-term effects of PFME. Long-term application of PFME is essential to sustain improvements obtained at the short-term period. Patients should be encouraged to continue PFME after the completion of active treatment program. Further studies with larger sample sizes are needed to reveal long-term effects of PFME.

SB140

EGZERSİZİN, GENETİĞİ DEĞİŞTİRİLMİŞ GIDA İLE BESLENEN SIÇANLARIN CİNSİYET HORMONLARI ÜZERİNE ETKİSİ

[1]Niyazi Sıdkı Adıgüzel*, [2]Bekir Çoksevim, [3]Ali Bozkurt, [2]Merve Yürük, [1]Niyazi Sıdkı Adıgüzel

[1]T.C. Cumhurbaşkanlığı, İdari İşler Başkanlığı / ANKARA
[2]Erciyes Üniversitesi Tıp Fakültesi/Kayseri
[3]ERÜ Sağlık Bilimleri Enstitüsü/Kayseri

***Email :** nsadiguzel38@gmail.com, coksevim@erciyes.edu.tr, , , nsadiguzel38@gmail.com*

Amaç: Bu çalışma, Genetiği Değiştirilmiş Obje(GDO) ile beslenme ve yüzme egzersizi uygulanan sıçanların seks hormonları üzerine etkilerinin tespiti amaçlandı. Erciyes Üniversitesi Hayvan Çalışmaları Etik Kurulu'nun olurları, Erciyes Üniversitesi BAP Birimi tarafından desteklenen bu çalışma, Erciyes Üniversitesi DEKAM'dan temin edilen Spraque Dawley cinsi 32 adet sıçan kullanılarak bu çalışma gerçekleştirildi. Yöntem: Çalışmaya alınan sıçanlar rastgele Kontrol(K), GDO, EGZ ve GDO+EGZ şeklinde hem erkek(E) hem de dişi(D) olarak dört gruba ayrıldı ve her grup 8 sıçan ile oluşturuldu. Laboratuvar ortamında dörtlü gruplar halinde kafeslere yerleştirilen denekler, pelet yem ve musluk suyu ile beslendi. GDO'lu beslenme ise yüksek fruktozlu(%55) mısır şurubu ile sağlandı. Yüzme egzersizi her gün saat 10.00-11.00 arasında 40dk süre ile uygulandı. Deney süresince tüm deneklerin fizik profil özellikleri ve bazı fizyolojik fonksiyonlar takip edildi. Deneysel safhanın tamamlanmasıyla hormon tayini için deneklerden alınan kan örnekleri ELİSA yöntemi kullanılarak tüm grupların östrojen ve testosteron düzeyleri tespit edildi. Çalışma sürecinde elde edilen tüm veriler cinsiyet ayrımı yapılarak, bilgisayar ortamında istatistik yöntemler kullanılarak değerlendirildi. Anlamlılık düzeyi 0.05 olarak alındı. Bulgular: Deneklerin vücut ağırlıklarının kontrol grubuna göre her iki cinste de tüm gruplarda meydana gelen artışlar istatistiksel düzeyde anlamlı bulundu($p<0,05$). Yüzme egzersizi uygulanan deneklerin beden dereceleri 35,5°C-35,9°C arasında bir değişim gösterdi ve anlamlı bir fark bulunmadı($p>0,05$). Laktat düzeyleri kontrol grubuna göre tüm gruplarda anlamlı düzeyde artışlar meydana geldiği görüldü($p<0,05$). Testosteron düzeyleri EGZ ve GDO+EGZ gruplarını oluşturan dişi sıçanlarda meydana gelen artışlar kontrol grubuna göre anlamlı düzeyde idi($p<0,05$). Östrojen düzeyleri ise, kontrol grubuna göre özellikle tüm grupların dişi sıçanlarında azalmalar görüldü ve EGZ ve GDO+EGZ gruplarında görülen östrojen düzeyleri istatiksel olarak anlamlı bulundu($p>0,05$). Sonuç olarak; genetiği oynanmış besin maddelerinin fenotipik etkileri yanında, hem GDO'lu beslenme hem de egzersiz uygulamalarının etkisiyle multipotent etkiye sahip cinsiyet hormon düzeylerinin önemli oranda etkilendiği,bu nedenle sonucun hem sağlık bilimleri hem de spor bilimleri açısında önemli olduğu düşünüldü. Anahtar Kelimeler: Yüzme egzersizi, Cinsiyet hormonu, GDO'lu beslenme

THE EFFECTS ON RATS SEX HORMONES OF THE SWIMMING EXERCISE AND FEEDING WITH GENETICALLY MODIFIED OBJECTS

Objective: The aim of this study was to determine the effects of sexually modified organisms (GMOs) on sex hormones in rats fed and swimming.Erciyes University This study was supported by Erciyes University BAP Unit, Erciyes University Ethical Committee, Erciyes University, and 32 rats of Spraque Dawley, obtained from DEKAM, Erciyes University.

Methods: The experimental subjects were divided as four groups and they were placed in cages in the laboratory environment were fed with GMOs (55% high fructose corn syrup) and pellet feeds and tap water. Feeding with provided. The swimming exercise was practiced every day between 10.00-11.00 for 40 minutes.All subjects' functional parameters were followed their during the experiment. After experimental phase, blood samples taken from the subjects for sex hormone analysis. All the data obtained in the study period were evaluated using computerized statistical methods and the significance level was taken as 0.05.

Findings: According to the control group of the subjects' body weights, the increases in both groups in both groups were statistically significant (p<0,05). Lactate levels increased significantly in all groups according to the control group (p<0,05). The increases in the testosterone levels in female rats forming the EGZ and GDO + EGZ groups were significantly higher than the control group (p<0,05). Estrogen levels were decreased in female rats, especially in all groups according to the control group, and estrogen levels in the EGZ and GDO + EGZ groups were found to be statistically significant (p<0,05). As a result; it is thought that the sex hormone levels with multipotent effect are influenced significantly by both the nutrition and exercise practices of GMO besides the phenotypic effects of genetically modified nutrients. Therefore, it is thought that it is important in terms of both health sciences and sports sciences.

Key Words: Gender hormone, Swimming exercise, GMO nutrition

SB148

DÜZENLİ EGZERSİZİN BAZI FİZİKSEL, FİZYOLOJİK PARAMETRELER VE YAŞAM KALİTESİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

[1]Hürmüz Koç , [1]Gülşah Şahin, [1]Ahmet Yapar , [1]Barış Baydemir, [1]Hasan Abanoz , [2]Ebru Yalçın, [2]Orhan Özçelik

[1]Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ÇANAKKALE
[2]Serbest Fitness Eğitmeni

Email : *hurko@comu.edu.tr, nazgulsah@hotmail.com, yapara@gmail.com, barisbaydemir@hotmail.com, hsn.abanoz@gmail.com,*

Amaç: Bu çalışmanın amacı düzenli egzersizin Akademik ve İdari Personelin fiziksel aktivite düzeyi, yaşam kalitesi ve bazı fonksiyonel parametreler üzerine etkilerini incelemektir. Yöntem: Araştırmaya e-posta yolu ile katılacağını bildiren yaşları 27-59 arasında (yaş ort:49,17± 11,87) olan 25 akademik ve idari personel katılmıştır. Araştırma katılımcıların çeşitli nedenler ile ayrılmaları sebebiyle, araştırma ikinci ölçümleri 13 katılımcı ile tamamlanmıştır. Yaşam kalitesi ölçümü için WHOQOL Yaşam kalitesi ölçeği, fiziksel aktivite düzeyini belirlemek için Uluslararası fiziksel aktivite anketi (IPAQ) ve sağlık durumları hakkında bilgi edinmek için Genel Sağlık taraması formu kullanılmıştır. Boy, ağırlık ölçülmüş ve BKİ hesaplanmış, Rockport yürüme testi uygulanmış ve tahmini max VO2 hesaplanmıştır. Bel çevresi, kalça çevresi ölçümü, BIA ölçümü ile toplam beden suyu, yağsız beden kütlesi, % yağ oranı, bazal metabolizma hızı hakkında bilgi edinilmiştir. Bireyler sağlık durumları, ilgi ve istekleri doğrultusunda yaklaşık 45 dakika süren, haftada 3 gün pilates, kuvvet egzersizleri, yürüyüş /koşu egzersizlerine katılmışlardır. Egzersizler yaklaşık 2 ay (8 hafta) devam etmiştir. Pazartesi, Çarşamba ve Cuma günleri 16:00 ile 17:00 saatleri arasında yapılan egzersizlere katılım için Üniversite Rektörlüğünde izin alınmıştır. Egzersiz ve ölçümler Spor Bilimleri ve Sporcu Sağlığı araştırma ve uygulama merkezi ve Spor Bilimleri Fakültesi tarafından yürütülmüştür. Araştırma verileri SPSS 22.0 programı kullanılarak kaydedilmiş, İlk ve son ölçümler arasındaki fark non-parameterik Wilcoxon tesi ile analiz edilmiştir. Sonuçlar: Katılımcıların başlangıç ve 2 ay sonra tekrar test edilen, yaşam kalitesi alt boyutları ve Fiziksel aktivite düzeyleri, ağırlık, BKİ, bazal metabolizma hızı, %yağ, yağ kütlesi, yağsız beden kütlesi, toplam beden suyu, kalça çevresi arasında istatiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır($p>0.05$). Bel çevresi, yürüme süresi ve tahmini maxVO2 düzeyi arasında anlamlı fark bulunmuştur($p<0.05$). Anahtar kelimeler: fiziksel aktivite düzeyi, yaşam kalitesi, BKİ, BIA

EXAMINATION OF THE EFFECT OF REGULAR EXERCISE ON SOME PHYSICAL, PHYSIOLOGY PARAMETERS AND QUALITY OF LIFE

The aim of this study was to examine effect of regular exercise on physical activity level, quality of life and some functional parameters of academic and administrative staff. Twenty-five academic and administrative staff between the ages of 27-59 (age range: 49.17 11.87) who attended the survey via e-mail were participated to this study. The post-tests and measurements were completed with 13 participants. WHOQOL Quality of Life scale was used for the quality of life, International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) was used for determining the level of physical activity and General Health Questionnaire form was used for information on health status. Participants' height, weight and BMI were calculated, Rockport walking test was used to estimate max VO2. Measurements of waist circumference, hip circumference, BIA measurement, total body water, fat-free mass, fat %, basal metabolic rate were measured. The data of the study were recorded with SPSS 22.0. Participants attended to pilates, strength exercises, walking / running exercises for approximately 45 minutes, 3 days a week. The permission for staff to attend exercise was taken from University Rectorate for Monday, Wednesday and Friday from 16:00 to 17:00 hours. Exercises and measurements were conducted by the Sports Science and Athletic Health Research and application center and Sport Sciences Faculty. The difference between the first and post-exercise measurements was analyzed by nonparametric Wilcoxon test. Results: There was no significant difference between the subjects' quality of life subscales and physical activity levels, weight, BMI, basal metabolic rate, fat %, fat mass, lean body mass, total body water, ($p> 0.05$). There was a significant difference between waist circumference, walking time and estimated maxVO2 level ($p <0.05$).

Keywords: physical activity level, quality of life, BMI, BIA

SB157

PROFESYONEL FUTBOL LİGİ OYUNCULARINDA ATLETİK MAHARET DÜZEYLERİ

***[1]Eren Yıldırım*, [2]Bekir Çoksevim**

[1]Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Egzersiz Fizyolojisi Anabilim Dalı,KAYSERİ
[2]Erciyes Üniversitesi Tıp Fakültesi Fizyoloji Anabilim Dalı,KAYSERİ

***Email :** ernyldrm@hotmail.com, coksevim@erciyes.edu.tr*

ÖZET Bu çalışma, Türkiye Süper Ligde mücadele eden futbol takımlarında oynayan gönüllü sporcular ile gerçekleştirildi ve profesyonel olarak yaşamını kazanan sporcuların atletik maharet düzeylerinin tespiti amaçlandı. Süper Ligde futbol oynayan gönüllü erkek 26 sporcu ile çalışma yapıldı. Gönüllülerin fizik profil özellikleri her gönüllüye uygulanan testler, alınan ölçümler Kadir Has Spor Tesislerinde ve resmi müsabakalardan analiz edilerek elde edildi. Gönüllülere çalışmanın amacı anlatıldı ve yapılacak işlemler ile ilgili bilgilendirme sonrasında onam alındı. Katılımcı gönüllü sporculara uygulanan anket çalışması ile biyometrik özellikleri, elit sporculuk bilgileri edinildi ve gönüllülerin fizik profil özellikleri (yaş, boy uzunluğu, vücut ağırlığı, vücut yağ yüzdesi vb.), bioempedans analizör cihazı ile tespit edildi. Fizyolojik ölçümlerden kalp atım sayısı (atım/dk) , sistolik ve diyastolik kan basıncı (mmHg) ve yüzde oksijen doygunluk (Sat%O2) düzeyleri sfigmomanometre ve pulse-oksimetre ile ölçüldü. Gönüllülerin atletik maharetleri ve performans düzeyleri ise resmi müsabakaların kayıtları üzerinden bilgisayar ortamında yapılan analizler ile belirlendi. İstatistiksel analizler bilgisayar ortamında ANOVA, Ki kare, paired/unpaired t test yöntemleri kullanılarak istatistiksel olarak değerlendirildi. Sonuçların anlamlılık düzeyi $p<0,05$ olarak alındı. Elde edilen fizik profil özelliklerinden vücut ağırlığı, spor yaşı, vücut kompozisyonu bulguları benzer futbol oyuncusu bulguları ile karşılaştırıldıklarında vücut yağ ve vücut kompozisyonları arasında farklar anlamlı ($p<0,05$) bulunurken spor yaşı ve biyolojik yaş verileri arasındaki farklar anlamlı bulunmadı ($p>0,05$). Futbolcuların antrenman öncesi, esnasında ve sonunda elde edilen fonksiyonel özelliklerinden kalp atım sayıları antrenman ön/son ölçme düzeyleri arasındaki farklar anlamlı bulundu($p<0,05$). Gönüllülerin arteriyel kan basıncı sistol ve diyastol düzeyleri ve oksijen % saturasyonu seviyeleri farklı antrenmanlar için elde edilen veriler arasında fark bulunmadı($p>0,05$) Sonuç olarak; futbolcuların fiziksel ve fizyolojik niteliklerine bağlı atletik maharetin değerlendirilerek hem takımda oynamakta olan hem de aday sporcuların, bu kriterler kullanılarak değerlendirilmesi önemlidir. Tamamen bilimsel verilere dayanan çalışmalar neticesinde kurumların çok yönlü kazançları yanında, takımlarda doğru oyuncu gruplarının ve daha başarılı takımların oluşturulabileceği düşünüldü.

ATHLETIC SKILL LEVELS IN PROFESSIONAL FOOTBALL LEAGUE PLAYERS

SUMMARY This study was realized with the subjects who are Professional football players that actively play in Turkish Super League teams and its aim was to determine the Athletic Skill Levels of players who earn their life with football.

The study was made with 26 subjects who play in Turkish Super League. All the datas concerning physical profile characteristics, all the tests applied to players and the measures were obtained in Kadir Has Sport Facilities and after the official games. The subjects were informed about all tests of the study and it was taken their biometric knowledges.

Biometrical features and elit sportiveness information were determined with questionnare and their physical features (age, height, weight, body fat percentage etc.) were determined bioempedans analyser.

Physiological measures like pulse rate (per minute), systolic and diastolic blood pressure (mmHg) oxygen saturation percentage (Sat% O2) were measured with sphygmomanometer and pulse oxymetry.

Athletic skill and performance levels of the subjects were determined with the analyses taking into account the information of the official games in computer.

Statistical analyses were evaluated statistically in computer by using ANOVA, chi-square, paired/unpaired t test methods. Significance level of the results was taken as $p<0.05$.

From the phsylogical features when body weight, sport age, body composition were compared with similar footballers measurements, differences between body fat and body compositions were significant ($p<0,05$). Heart rate datas were found statistically important differentes among groups each other($p<0,05$). No differences were found between arterial blood pressures($p>0,05$). As a result; It is highly important to evaluate the athletic skills depened on physical and physilogical fatures of the players who are either Professionals or candidates by using these criterias. It was thought to be evaluable of the football players' pure sicentific data that the institutions will get not only all-purpose benefits but create more compatible player groups and more succesful team.

SB165

MİLLİ KAYAKLI KOŞUCULARDA PEROKSİZOM PROLİFERATÖR-AKTİVE RESEPTÖRLERİ ALFA (PPARA) RS4253778 VE İNTERLÖKİN-6 (IL-6) RS1800795 POLİMORFİZMLERİNİN DAĞILIMI

***[1]İpek Yüksel*, [1]Sezgin Kapıcı, [2]Ömer Kaynar, [1]Nazlı Can kavas, [3]Tayfun Gözler, [1]Canan Sercan, [4]Korkut Ulucan**

[1]Üsküdar Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Moleküler Biyoloji Ve Genetik, Istanbul, Türkiye
[2]Muş Alparslan Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Muş, Türkiye
[3]Üsküdar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Nörobilim, Istanbul, Türkiye
[4]Marmara Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi, Temel Tıp Bilimleri, Tıbbi Biyoloji Ve Genetik, Istanbul, Türkiye

***Email :** ippekyuksel@gmail.com, sezginkapici@gmail.com, omer.kaynar4949@gmail.com, nazlicankavas@gmail.com, gozler.tayfun@gmail.com, canan.sercan@uskudar.edu.tr, korkutulucan@hotmail.com*

GİRİŞ: Atletik performans, kalıtsal genetik yeteneklerin ve çevresel faktörlerin ortak bir kombinasyonudur. Atletik performans üzerine güncel araştırmalar, insanların performansına önemli katkıda bulunan genetik çeşitlemelere odaklanmaktadır. Dayanıklılık, kuvvet, güç, kas koordinasyonu ve motivasyon gibi bireysel özelliklerin genetik altyapıya sahip olduğu bildirilmektedir. Spor genetiği çalışmaları, atletik performansı etkileyen genlerin tanımlanması, hareket mekanizmalarının açıklığa kavuşturulması ve atletik performansa duyarlılıklarının belirlenmesi konularında kapsamlı bir araştırmayı içermektedir. Bu çalışmada atletik performansa etkisi olduğu bilinen IL-6 (rs1800795) ve PPARA (rs4253778) polimorfizimlerinin, kayakçılar arasındaki dağılımını belirlemeyi amaçladık.

MATERYAL-METOT: Çalışmamıza 34 Milli Kayakçı katılmıştır. Onam formları imzalatılarak toplanan kan örneklerinden DNA izolasyonu; Invitrogen (Van AllenWayCarlsbad,CA, USA) ticari kiti kullanılarak tamamlanmıştır. PPAR ve IL-6 genotiplemeleri için gerçek zamanı polimeraz zincir reaksiyonu (qPCR) protokolü ile gerçekleştirilmiştir.

BULGULAR: PPARA analizinde 34 kayakçıdan 23'ünün (%67,6) GG, 8'inin (%23,5) GC ve 3'ünün (%8,9) CC genotipinde olduğu belirlenmiştir. Allel dağılımları incelendiğinde G Allelinin %79,4 oranında, C Allelinin ise %20,6 oranında olduğu gözlemlenmiştir. IL-6 genine bakıldığında ise 17 Kayakçının (%50) GG ve 17'sinin (%50) GC genotipinde olduğu saptanmıştır. IL-6 için CC genotipindeki kayakçıya rastlanmamıştır. Allel dağılımları; %75 G, %25 C şeklindedir.

TARTIŞMA: Çalışma kohortumuzda PPARA rs4253778 polimorfizminde GG genotipi ve G allelinin baskın olduğu, IL-6 rs1800795 polimorfizminde ise GG ve GC genotiplerinin eşit sayıda olup G Allelinin baskın olduğu saptanmıştır. PPARA ve IL- 6 genlerindeki bu polimorfizmlerin sporcu olmayı hedefleyen bireyler için spor branşlarının belirlenmesinde ve branş içi yönlendirmelerde etkin olduğunu düşünmekteyiz.

DISTRIBUTION OF PEROXISOME PROLIFERATOR-ACTIVATED RECEPTORS ALPHA (PPARA) RS4253778 AND INTERLEUKIN-6 (IL-6) RS1800795 POLYMORPHISMS IN NATIONAL RUNNING SKIERS

INTRODUCTION: Athletic performance is a common combination of hereditary genetic abilities and subsequent environmental factors. Current research on athletic performance focuses on genetic variants that make a significant contribution to people's performance. Individual characteristics such as endurance, strength, power, muscle coordination and motivation are reported to have genetic background. Sports genetics studies involve a comprehensive investigation of the identification of genes that affect athletic performance, clarity of movement mechanisms and determination of their susceptibility to athletic performance. In this study, we aimed to determine the distribution of IL-6 (rs1800795) and PPARA (rs4253778) polymorphisms, which are known to affect the athletic performance, among the National Skiers.

MATERIALS-METHODS: 34 skiers participated in the study. After signing of consent forms, DNA isolation from collected blood samples was performed with Invitrogen (Van AllenWay, Carlsbad, CA, USA) commercial kit. Real-time polymerase chain reaction (qPCR) protocol for PPARA and IL-6 genotyping was performed.

RESULTS: In PPARA analysis, it was determined that 23 (67.6%) of the 34 skiers had GC genotype, 8 (23.5%) had GC and 3 (8.9%) had CC genotype. When allele distributions were examined, it was observed that G allele had the ratio of 79.4% and C had 20.6%.When the IL-6 was examined, 17 (50%) skiers were found to be GG genotype and 17 (50%) were found to be GC genotypes. For the IL-6, the skier in the CC genotype was not found. Allele

SB205

TÜRK ATLETLERDE D VİTAMİNİ BAĞLAYICI PROTEİN GENLERİNDEN RS7041 VE RS4588 POLİMORFİZMLERİNİN ATLETİK PERFORMANSI ÜZERİNE ETKİSİ

***[1]Başak Funda Eken*, [2]Başak Funda Eken, [3]Canan Sercan, [3]Sezgin Kapıcı, [4]İpek Yüksel, [5]Alper Erdoğdu, [2]Korkut Ulucan**

[1]MArnara Üniversitesi, Istanbul
[2]Marmara Üniversitesi, Istanbul
[3]Üsküdar Üniversitesi, Istanbul
[4]Üsküdar Üniversitesi, İstanbul
[5]Başakşehir Futbol Takımı, Istanbul

***Email :** accountexit@hotmail.com, accountexit@hotmail.com, canan.sercan@uskudar.edu.tr, sezginkapici@gmail.com, ippekyuksel@gmail.com, alperibfk@gmail.com, korkutulucan@hotmail.com*

GİRİŞ VE AMAÇ: Atletik performans, herhangi bir sportif faaliyet sırasında sporcuların gösterdikleri ve bu faaliyetleri gerçekleştirmek için gerekli tüm mental ve fizyolojik performanslarının toplamı olarak kabul edilmektedir. Egzersiz gibi aktivitelerin hücre düzeyinde genetik varyasyonların metabolizmaya etkisi önemli olduğundan, genlerin en optimal formlarının sporcuların genotiplerinde yer alması beklenmektedir. Bu çalışmanın amacı atletik performansın sağlanmasında D vitamini bağlayıcı protein gen polimorfizmlerinden rs7041 ve rs4588'in kısa ve uzun mesafe koşucusu Türk atletlerde incelenmesidir. YÖNTEM: Çalışmamızda 13-15 yaş arası kısa ve uzun mesafe koşucusu 24 atlet katılmıştır. Çalışmaya gönüllü olarak katılan sporcular dan, çalışma öncesi yapılan analizler ve çıktıları hakkında detaylı bilgi verilmiş, kendilerinden imzalı bilgilendirme formları alınmıştır. Periferik kandan DNA izolasyonu İnvitrogen (Van Allen Way Carlsbad,CA,USA) kiti kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Tüm polimorfizmlerin genotiplemesi gerçek zamanlı PCR (RT-PCR) metodu ile belirlenmiştir. BULGULAR : D vitamini bağlayıcı protein geni rs4588 polimorfizmi için GG ve GT genotiplerinin sayı ve yüzdeleri sırasıyla 15 (%62) ve 9 (%38) bulunurken, TT genotipine rastlanılmamıştır. G ve T alleleri 39 (%81) ve 9 (%19) olarak bulunmuştur. rs7041 polimorfizmi için CC, AC ve AA genotiplerinin sayı ve yüzdeleri 9 (%37,5), 9 (%37,5), 6 (%25) olarak bulunurken, C ve A allelerinin dağılımları sırasıyla 27 (%56) ve 21 (%44) olarak tespit edilmiştir. SONUÇ: Çalışma grubumuzda D vitamini bağlayıcı protein genlerinden rs4588 ve rs7041 polimorfizmleri incelendiğinde rs4588 polimorfizmi için GG genotipi ve G allelinin, rs7041 polimorfizmi için CC ve AC genotipi eşit oranda bulunurken, C allelinin ise çalışma kohortumuzda daha baskın olduğu gözlenmiştir. D vitamini metabolizmasına etki ettiği belirlenen D vitamini bağlayıcı protein gen polimorfizmleri ile bugüne kadar yapılan çalışmalarda, atletik performansa etkisini araştıran herhangi bir çalışmaya rastlanılmadığından ilgili parametrelerin toplumumuz için veri kaynağı oluşturmasına öncülük etmesi beklenmektedir.

EFFECT OF VITAMIN D BINDING PROTEIN RS7041 AND RS4588 POLYMORPHISMS ON THE ATHLETIC PERFORMANCE OF TURKISH ATHLETES

INTRODUCTION AND OBJECTIVE: Athletic performance is considered as the sum of all the mental and physiological performances demonstrated by athletes during any sporting activity and necessary to perform these activities. Since the effects of genetic variations at the cell level on metabolism of activities are important, it is expected that the most optimal genes will take place in the genotypes of the athletes. The aim of this study is to examine the rs7041 and rs4588 polymorphisms in Turkish athletes. METHOD: 24 athletes, aged 13-15 years, participated in the study. Athletes participating voluntarily gave detailed information about the analyzes and outputs before the work and signed informative forms were taken from them. Peripheral blood samples were used for DNA isolation by using Invitrogen (Van Allen Way Carlsbad, CA, USA) kit. Genotyping of all polymorphisms was determined by real-time PCR (RT-PCR) method. RESULTS: The numbers and percentages of GG and GT genotypes for rs4588 polymorphism were 15 (62%) and 9 (38%), respectively, and no TT genotype was found. G and T alleles were counted as 39 (81%) and 9 (19%). The numbers and percentages

of CC, AC and AA genotypes for rs7041 polymorphism were 9 (37.5%), 9 (37.5%) and 6 (25%), respectively. The distributions of C and A alleles were 27 (56%) and 21 (44%). CONCLUSION: When rs4588 and rs7041 polymorphisms of vitamin D binding protein protein were examined in our cohort, it was observed that GG genotype and G allele for rs4588 polymorphism, CC and AC genotype for rs7041 polymorphism were found to be equal and C allelle was dominant. Studies that have been conducted to date with vitamin D binding protein gene polymorphisms have shown to affect vitamin D metabolism are expected to lead to a data source for our population.

SB207

MİLLİ KAYAKLI KOŞUCULARDA AGT (ANJİYOTENSİNOJEN) M235T VE HIF1A (HİPOKSİYLE İNDÜKLENEN FAKTÖR-1 ALFA) C111A POLİMORFİZM DAĞILIMLARININ İNCELENMESİ

***[1]Sezgin Kapıcı*, [1]İpek Yüksel, [2]Başak Funda Eken, [3]Ömer Kaynar, [4]Canan Sercan, [2]Korkut Ulucan**

[1]Üsküdar Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Moleküler Biyoloji Ve Genetik, İstanbul, Türkiye
[2]Marmara Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi, Temel Tıp Bilimleri, Tıbbi Biyoloji Ve Genetik, İstanbul, Türkiye
[3]Muş Alparslan Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Muş, Türkiye
[4]Üsküdar University, Institute Of Science, Molecular Biology And Genetics, Istanbul, Turkey

***Email :** sezginkapici@gmail.com, ippekyuksel@gmail.com, accountexit@hotmail.com, omer.kaynar4949@gmail.com, canan.sercan@uskudar.edu.tr, korkutulucan@hotmail.com*

Giriş ve Amaç: Genetik faktörler, atletik performans için önemli olduğu bilinen; dayanıklılık gibi, kuvvet ve kas lif bileşimi gibi birçok biyolojik faktörle doğrudan ilişkilidir. İnsan genom projesinin tamamlanmasıyla birlikte atletik performansa etki eden genetik faktörlerin çoğu tanımlanmış, ve üzerinde çalışmalar yapılmıştır. Bu çalışmamızda atletik performansta etkili olduğu düşünülen; AGT (M235T) ve HIF1A (C111A) polimorfizmlerinin milli kayaklı koşucularda ki dağılımlarını araştırmayı amaçladık.

Yöntem: Çalışmamıza 33 Milli kayaklı koşucu gönüllü olarak katılmıştır. Sporculardan gönüllü olur onam formları imzalatılarak çalışmaya dahil edilmiş ve DNA izolasyonları tamamlanmıştır. Genotipleme işlemleri gerçek zamanlı PCR (qPCR) ile tamamlanmıştır. Bulgular: Milli kayaklı koşucuların genotip dağılımları incelendiğinde, AGT genotiplerinin (n=33); 8'i (%24) AA, 18'i (%55) AG ve 7'si (%21) GG olarak bulunmuştur. Allel dağılımlarına baktığımızda ise A alleli 34 (%51), G alleli ise 32 (%49) olarak bulunmuştur. HIF1A genotipleri ise; 24 atlet (%73) CC, 8 atlet (%24) CT ve 1 atlet ise (%3) TT olarak bulunmuştur. Allel dağılımlarına baktığımızda ise C alleli 56 (%78), T alleli ise 10 (%22) olarak bulunmuştur.

Sonuç: Çalışma grubumuzda AGT (M235T) polimorfizminde heterozigot genotipte sporcu sayısının fazla olduğu görülmektedir. Bundan dolayı A ve G allel dağılımlarının birbirlerine yakın yüzdeler de olduğu, HIF1A (C111A) polimorfizminde ise CC genotipli sporcuların ağırlıkta olduğu ve dolayısıyla allelik dağılıma bakıldığında C allelin T allele göre baskın olduğu saptanmıştır. Renin-anjiyotensin sisteminin (RAS) atletik performans ile ilgili genetik çalışmaları, esas olarak anjiyotensin dönüştürücü enzim (ACE) geninin insersiyon / delesyon polimorfizmine odaklansa da atletik performans ile ilişkili olarak RAS'ın ikinci en önemli geni olan Anjiyotensinojen (AGT) 'de fonksiyonel rs699 (M235T) polimorfizminin araştırılmasının güç-dayanıklılık profilini sunmanın yanı sıra kan basıncı kontrolü, tuz dengesinin ayarlanması gibi verilere ulaşma imkanı sunması sebebiyle de önemli olacağını düşünmekteyiz. Ayrıca çalışmamızda ki ilgili gen polimorfizmlerinin ve atletik performansta ki diğer aday gen polimorfizmlerinin ortaya çıkarılması, sporculara kişiye özel ve doğru bir antrenman programı uygulanması için önemli bir belirteç olacağını düşünmekteyiz.

DISTRIBUTION OF AGT (ANGIOTENSINOGEN) M235T AND HIF1A (HYPOXIA-INDUCED FACTOR-1 ALPHA) C111A POLYMORPHISM IN NATIONAL SKI RUNNERS

Introduction and Purpose: Genetic factors are known to be important for athletic performance; It is directly related to biological factors such as strength, strength, and muscle-fiber composition. With the completion of the human genome project, most of the genetic factors affecting athletic performance have been identified and studied. In this study, we aimed to investigate the distribution of the AGT (M235T) and HIF1A (C111A) polymorphisms, which are thought to be influential to athletic performance, among the national skiing runners.

Method: 33 National ski runners voluntarily participated in this study. Athletes were signed the consent form and DNA isolations from collected blood samples were completed using commercial kit. Genotyping for AGT and HIF1A was performed by real-time PCR (qPCR). Results: When genotypic distributions of the national ski runners were examined, 8 (24%) AA, 18 (55%) AG and 7 (21%) GG were found for AGT genotypes (n = 33). Allele distributions were found to be 34 (51%) A alleles and 32 (49%) G alleles. When HIF1A genotypes were examined, 24 athletes (73%) were found to have CC, 8 athletes (24%) had CT and 1 athlete (3%) had a TT genotype. Allel distributions were found as 56 (78%) C alleles, 10 (22%) T alleles.

Conclusion: In the study cohort, the number of heterozygous genotype athletes appears to be higher in AGT (M235T) polymorphism. Therefore, the A and G allele distributions are close to each other, and in the HIF1A (C111A) polymorphism, the CC genotype athletes are predominant and therefore the C allele is dominant over the T allele when allelic distribution is observed. We believe that the identification of relevant gene polymorphisms and other candidate gene polymorphisms in athletic performance in our study will be an important marker for the implementation of a tailored and accurate training program for athletes.

SB208

PROFESYONEL YÜZÜCÜLERDE ACTN3 (ALFA- AKTİNİN-3) R577X VE HIF1A (HİPOKSİYLE İNDÜKLENEN FAKTÖR-1 ALFA) C111A POLİMORFİZM DAĞILIMLARININ İNCELENMESİ

***[1]Sezgin Kapıcı*, [1]İpek Yüksel, [1]Nazlı Can Kavas, [2]Gökhan Tuna, [1]Canan Sercan, [3]Alper Erdoğdu, [4]Korkut Ulucan**

[1]Üsküdar University, Institute Of Science, Molecular Biology And Genetics, Istanbul, Turkey
[2]Trakya Üniversitesi, Kırkpınar Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Edirne, Türkiye
[3]Başakşehir Futbol Kulübü, Futbol Okulları Direktörü, İstanbul, Türkiye
[4]Marmara Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi, Temel Tıp Bilimleri, Tıbbi Biyoloji Ve Genetik, İstanbul, Türkiye

***Email :** sezginkapici@gmail.com, ippekyuksel@gmail.com, nazlicankavas@gmail.com, gokhantuna2000@gmail.com, canan.sercan@uskudar.edu.tr, alperibfk@gmail.com, korkutulucan@hotmail.com*

Giriş ve Amaç: Genetik faktörler atletik performans üzerinde önemli bir yere sahiptir. Yapılan araştırmalar atletik performansın genetik faktörler ile ilişkili olduğu ve bunu antrenman, beslenme gibi dış faktörlerin tamamladığını göstermiştir. Elit sporcuların gösterdiği atletik performansın kalıtsal mı, yoksa sonradan mı kazanıldığı konusunda çok yönlü genetik araştırmalar yapılmaktadır. Moleküler genetik biliminin katkısıyla yapılan bu araştırmalarda, atletik performansı etkileyen önemli genler belirlenmiştir. Bu çalışmada atletik performansta etkisi olduğu bilinen ACTN3 (R577X) ve HIF1A (C111A) polimorfizimlerinin, profesyonel yüzücülerde ki dağılımlarını belirlemeyi amaçladık.

Yöntem: Çalışmamıza 46 profesyonel yüzücü dahil olmuştur. Sporculardan gönüllü olur onam formları imzalatılarak toplanan periferik kan örneklerinden ticari kit ile DNA izolasyonları ve sonrasında gerçek zamanlı PCR (qPCR) ile ACTN3 ve HIF1A genotipleme çalışmaları tamamlanmıştır.

Bulgular: Yüzüzcülerin genotip dağılımları incelendiğinde; ACTN3 genotipleri (n=46); 11'i (%24) RR, 33'ü (%72) RX ve 2'si (%4) XX olarak bulunmuştur. Allel dağılımlarına baktığımızda ise R alleli 44 (%56), X alleli ise 35 (%44) olarak bulunmuştur. HIF1A genotipleri ise; 31'i (%67) CC, 15'i (%33) CT olarak bulunmuştur. TT genotipe ise rastlanılmamıştır. Allel dağılımlarına baktığımızda ise C alleli 46 (%75), T alleli ise 15 (%25) olarak bulunmuştur.

Sonuç: Çalışma kohortumuzda ACTN3 R577X polimorfizminde heterozigot genotipte sporcu sayısının fazla olduğu görülmektedir. Bundan dolayı R ve X allel dağılımlarının birbirlerine yakın yüzdeler de olduğu, HIF1A C111A polimorfizminde ise CC genotipli sporcuların ağırlıkta olduğu, TT genotipte sporcu olmamasından dolayı allelik dağılıma bakıldığında C allelin T allele göre 1:3 oranında baskın olduğu saptanmıştır. Yüzme sporu; yüzücülerin elit düzeyde üstünlük sağlamak için hem güç hem de dayanıklılık ile ilgili fenotiplere eşit olarak ihtiyaç duyduğu bir spor branşıdır. Bu nedenle ACTN3 R577X ve HIF1A C111A polimorfizmlerinin yüzme için genetik bir belirteç olabileceğini ve yapılacak ilgili çalışmalara ışık tutacağını düşünmekteyiz.

DISTRIBUTIONS OF ACTN3 (ALPHA-ACTININ-3) R577X AND HIF1A (HYPOXIA-INDUCED FACTOR-1 ALPHA) C111A POLYMORPHISMS IN PROFESSIONAL SWIMMERS

Introduction: Genetic factors have an important place in athletic performance and this is complemented by external factors such as training and nutrition. A lot of genetic researches are being done about whether the athletic performance of elite athletes is inherited or acquired later. In these investigations made by the contribution of molecular genetics, important genes that affect athletic performance have been identified. In swimming sport, swimmers need equally to both strength and endurance phenotypes to achieve superiority. In this study, we aimed to determine the distributions of ACTN3 (R577X) and HIF1A (C111A) polymorphisms, which are known to be an athletic performance effect, in professional swimmers.

Method: 46 professional swimmers participated in the study. From the peripheral blood samples, collected from the athletes, by signing the consent forms, DNA isolation with the commercial kit was performed. With real-time PCR (qPCR), ACTN3 and HIF1A genotyping studies were completed. Results: When the genotype distributions of the players are examined; 11 athletes (24%) were found to have RR, 33 athletes (72%) have RX and 2 athletes (4%) have XX genotype for ACTN3 (n = 46). Allel distributions were 44 R allele (56%) and 35 X allele (44%). The HIF1A genotypes are; 31 (67%) were found as CC and 15 (33%) as CT. The TT genotype was not found. Allele distributions were found to be 46 (75%) for C allele and 15 (25%) for T allele.

Conclusion: In the study cohort, the number of heterozygous genotype athletes in the ACTN3 R577X polymorphism appears to be high. Therefore, it was determined that R and X allele distributions are close to each other and CC genotype and C allele are predominant in HIF1A C111A polymorphism. We consider that the relevant ACTN3 and HIF1A polymorphisms may be a genetic marker for swimming and will illuminate the relevant work to be done.

SB217

SEDANTER 14- 19 YAŞ BİREYLERİN 6 DAKİKA TESTİ SONUCU KALP DAYANIKLILIK PARAMETRELERİNİN İNCELENMESİ

[2]Betül Akyol, [1]Kayhan Söğüt, [3]Elisa Çalışgan

[1]İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Malatya
[2]İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Malatya
[3]Fizyoterapi Ve Rehabilitasyon Anabilim Dalı, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Kahramanmaras Sütçü İmam Üniversitesi, Kahramanmaraş,

Email : *betul.akyol@inonu.edu.tr, yed7yed7@gmail.com , elisa.calisgan@inonu.edu.tr*

Amaç: Yaptığımız çalışmanın amacı 14-19 yaş aralığında, sedanter özellikte olan bireylerin kalp dayanıklılık parametrelerinin incelenmesidir. Method: Bu kapsamda 40 erkek ve 40 kadın bireye 6 dakika yürüme koşu testi yaptırılmıştır. Testte başlamadan önce bireylerin kilo ve boyları ölçülmüş olup, BKİ değerleri belirlenmiştir. Daha sonra teste katılan bireylerin başlangıç oksijen satürasyonu, nabzı ve vücut sıcaklık değerleri ölçülüp kaydedilmiştir. Testin bitimiyle birlikte toparlanma döneminin 1, 3, 5. dakikalarında bireylerin tekrar oksijen satürasyonu, nabzı ve vücut sıcaklık değerleri ölçülmüştür. Oksijen satürasyonu, nabız değeri ölçümü; oksimetriyle, sıcaklık ölçümü; elektronik ısıölçerle, süre ölçümü; kronometreyle ve kat edilen mesafenin ölçümü ise metre aracılığıyla ölçülmüştür. Bulgular: Erkek ve kadınların nabız ortalama değerleri değerlendirildiğinde başlangıç ve 5. dakika değerlerinde anlamlı farklılığın olduğu ($p<0.05$) gözlenmiştir. Erkek ve kadınların ortalama BKİ değerleri incelendiğinde normal değerlerde olduğu gözlenmiştir. Korelasyon analizleri incelendiğinde tüm öğrencilerin başlangıcında; nabız ile sıcaklık arasında zayıf pozitif artış, nabız ile oksijen satürasyonu arasında zayıf negatif ilişki, sıcaklık ile oksijen satürasyonu arasında zayıf negatif ilişki gözlenmiştir. 1, 3. ve 5. dakikasında; nabız ile sıcaklık arasında negatif zayıf ilişki, sıcaklık ile oksijen satürasyonu arasında zayıf negatif ilişki gözlenmiştir. Ayrıca 1. dakikasında nabız ile oksijen satürasyonu arasında zayıf negatif ilişki, 3. ve 5. dakikasında; nabız ile oksijen satürasyonu arasında zayıf pozitif gözlenmiştir. Sonuç: Sonuç olarak, Kadın ve erkelerin 1. ve 5. dakikasındaki değerleri arasında istatiksel açıdan anlamlı fark vardır. Ayrıca çalışmada tüm öğrencilerin skorlarının korelasyonlarının incelenmesinin yanı sıra kadın ve erkeklerin skorları korelasyon açısında ayrı ayrı incelenmiştir.

ASSESSMENT OF HEART DURABILITY PARAMETERS OF SEDANTER AGED 14-19-YEARS INDIVIDUALS WITH 6 MINUTE WALKING TEST

Purpose: The purpose of is study was to examine cardiac endurance parameters of individuals with sedentary characteristics. Method: This randomized and controlled trial consist of 80 sedanter individuals (aged range of 14 to 19 years , including 40 male and 40 female subjects) were given a 6 minute walking test. Individuals' weight, height and BMI were measured before starting the test. In the post-test of the participants, the oxygen saturation, pulse and body temperature values of the individual were measured at 1, 3, 5 minutes of the test. Oxygen saturation, pulse rate measured with oximetry, temperature measured with electronic thermometer, time measured with stopwatch and the measurement of the distance covered is measured by means of a meter. Measured variables were analyzed and compared. Findings: Regarding the scores between men and women, statistically significant differences were observed in the baseline and 5th minute values ($p <0.05$). When the mean BMI values of males and females were examined, it was observed that they were in normal values. At the beginning of all the students, a weak positive correlation observed between pulse and temperature, a weak negative correlation observed between pulse and oxygen saturation. In addition, a weak negative correlation observed between temperature and oxygen saturation. In the first, 3th and 5th minute; a weak negative correlation observed between pulse and temperature, a weak negative correlation observed between temperature and oxygen saturation. Also, in the first time, a weak negative correlation observed between pulse and oxygen saturation. In the 3th and 5th minute; a weak positive correlation observed between pulse and oxygen saturation. Conclusion: In conclusion, According to scores between men and women, statistically significant differences were noticed in the baseline and 5th minute values. The positive and negative correlations of all students as well

SB225

ELİT SPORCULARDA MAKSİMAL KUVVET ANTRENMANLARININ VÜCUT KİTLE İNDEKSİ (VKİ) VE LİPİT PROFİLİ ÜZERİNE ETKİLERİ

***[1]Serhat Özbay*, [2]Süleyman Ulupınar**

[1]Erzurum Teknik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ERZURUM
[2]Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Ve Teknolojisi, ANKARA

***Email :** serhat.ozbay@erzurum.edu.tr, slymnulpnr@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı elit sporcularda maksimal kuvvet antrenmanlarının Vücut Kitle İndeksi (VKİ) ve lipit profili üzerine etkilerini incelemektir.

Yöntem: Araştırmaya, milli takım seviyesine ulaşmış kamp ortamında kalan ve aynı beslenme düzenine sahip 16 elit güreşçi (yaş=20.56±4.06 yıl) katılmıştır. Kuvvet antrenmanları haftada üç gün (Pazartesi-Çarşamba-Cuma) öğleden önce yapılmıştır. Çalışma sekiz hafta sürmüştür ve katılımcılardan üçer kez kan örnekleri alınmıştır. Kan örnekleri çalışma başlamadan hemen önce, dördüncü haftada ve sekizinci haftada antrenman sonrası toparlanmanın ardından alınmıştır. VKİ kan testlerinin alındığı günlerde antrenmandan hemen önce ölçülmüştür. Kuvvet antrenmanının lipit profili ve VKİ üzerine etkisini belirlemek amacıyla üç farklı test noktasında (Başlangıç, 4. Hafta ve 8. hafta) elde edilen değerlere tek yönlü (zaman) tekrarlı ölçümler varyans analizi (ANOVA) uygulanmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Elde edilen sonuçlara göre katılımcıların VKİ değerleri arasında antrenman süresine bağlı olarak anlamlı fark bulunmuştur (F=3,972; p=0,029). Ayrıca katılımcıların total kolesterol değerleri de antrenman süresine bağlı olarak anlamlı şekilde farklılaşmıştır (F=4,272; p=0,023). Bunun yanında HDL (F=2,486; p=0,100), LDL (F=0,025; p=0,975), trigliserit (F=0,496; p=0,614) değerlerinde antrenman süresine bağlı olarak anlamlı bir farklılaşma bulunmamıştır. Sonuç olarak; ılımlı egzersizlerin sonucunda kolesterol seviyesinin düştüğü literatür tarafından güçlü bir şekilde desteklenmektedir fakat, elit sporcuların katılımcı olduğu ve yüksek şiddetli antrenmanların uygulandığı çalışmamızda total kolesterol seviyesi dördüncü haftada anlamlı şekilde yükselirken; sekizinci haftanın sonunda başlangıca yakın bir seviyeye düşmüştür. Bunun yanında VKİ'de anlamlı olarak artış meydana gelirken, HDL, LDL, trigliserit değerlerinde anlamlı bir farklılaşma bulunmamıştır.

Anahtar sözcükler: Maksimal Kuvvet, VKİ, Kan Lipitleri, Güreş.

THE EFFECTS OF MAXIMALSTRENGTH TRAINING ON BODY MASS INDEX (BMI) AND LİPİT PROFILES IN ELITE ATLETES

Introduction and Aim: The purpose of this study is to examine the effects of maximal strength training on body mass index (BMI) and lipid profile in elite athletes.

Methods: Sixteen elite wrestlers participated in the study, which lived in the training camp at the national team level and have the same nutritional diet. Strength training were performed three days a week before noon. The study lasted eight weeks and blood samples were taken from participants three times. Blood samples were taken before the study began and at the fourth week and eighth week after the post-training recovery. BMI were measured before the training on the days when blood tests were taken. At the repeated measures one way variance analysis was applied to the values at three different test points (Beginning, 4th week, 8th week) to determine the effect of strength training on lipid profile and BMI.

Results and Conclusions: According to the results, there was a significant difference between the BMI values of the participants depending on the duration of training (F=3,972; p=0,029). In addition, total cholesterol values of participants were significantly different according to the duration of training (F=4,272, p=0.023). There was no significant difference in HDL (F=2,486; p=0,100), LDL (F=0,025, p=0,975), triglyceride (F=0,496; p=0,614) depending on the duration of training. As a result; the decrease in cholesterol level depending moderate exercise is strongly supported by the literature, but in this study which elite athletes were participated and in the practice of high intensity training, the level of total cholesterol increased significantly in the fourth week; at the end of the eighth week approximately it fell to its starting level. However, there was no significant difference in HDL, LDL and triglyceride values, while there was significant increase in BMI.

Key Words: Maximal strength, BMI, Blood lipids, Wrestling.

SB227

BOKS MAÇININ ERKEK ELİT BOKSÖRLERDE HORMONAL DURUMA ETKİSİ

[2]Yakup Kılıç , [1]Esra Şumlu, [3]Halit Bugra Koca, [4]Mehmet Bilgehan Pektaş, [5]Hasan Nedim Çetin, [1]Fatma Akar

[1]Gazi Üniversitesi,Eczacılık Fakültesi, Farmakoloji Anabilim Dalı, ANKARA
[2]Fırat Üniversitesi,Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, ELAZIĞ
[3]Afyon Kocatepe Üniversitesi,Tıbbi Biyokimya Anabilim Dalı, Tıp Fakültesi, AFYONKARAHİSAR
[4]Afyon Kocatepe Üniversitesi,Tıbbi Farmakoloji Anabilim Dalı, Tıp Fakültesi, AFYONKARAHİSAR
[5]Sakarya Üniversitesi,Spor Bilimleri Fakültesi,Rekreasyon Bölümü, SAKARYA

Email : *yakupkilic@firat.edu.tr, esrasmlu@gmail.com, bugrakoca@yahoo.com, mbpektas@hotmail.com, nedim.cetin@lokmanhekim.edu.tr., fakar@gazi.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Boks, rakibe vurma fırsatı vermeden rakibe doğru bir şekilde yumruk atmaya dayalı bir koordinasyon sporudur. Dünya Boks Federasyonu'na göre, modern bir boks maçı, her biri 3 dakikalık bir dinlenme aralığına bölünmüş, kısa süreli, yüksek yoğunluklu ve aralıklı aktiviteyle karakterize edilen belirli sayıda raunddan oluşmaktadır. Bununla birlikte, boks maçının hormonal durum üzerindeki etkisi hakkında sınırlı veri bulunmaktadır. Bu çalışmanın amacı, erkek elit boksörlerde katabolik ve anabolik hormonal yanıtın boks maçına bağlı değişikliklerini araştırmaktır.

Yöntem: Elit 20 erkek boksör, boksta 5 yıldan fazla deneyime sahip, gönüllü olarak bu çalışmaya katılmıştır. Metabolik hormonal durumun belirlenmesi için mücadeleden önce ve sonra boksörlerin venöz kan örnekleri alınmıştır. İnsülin (DRG Instruments GmbH, Almanya), insülin benzeri büyüme faktörleri (IGF-1), adrenokortikotropik hormon (ACTH), kortizol ve büyüme hormonu (Roche Diagnostic, İsviçre) plazma düzeyleri, üretici firmanın talimatlarına uygun olarak ticari ELISA kitleri kullanılarak ölçülmüştür.

Bulgular: Bu çalışmanın sonuçları, 9 dakikalık boks maçının: insülin, ACTH, kortizol ve büyüme hormonu dahil olmak üzere metabolik hormonların plazma düzeylerinde belirgin artışlara neden olduğunu göstermektedir. Bununla birlikte, plazma IGF-1 seviyelerinde anlamlı bir değişiklik olmamıştır.

Sonuç: Boks maçının metabolik ve stres hormonları üzerinde belirgin bir etkisi olduğu anlaşılmaktadır. Katabolik ve anabolik hormonların düzeyinde boks maçının neden olduğu artış yüksek enerji kullanımına işaret etmektedir. Boks maçı sırasında oluşan hormonal değişikliklerin anlaşılması, sporcu performansının iyileştirilmesi, etkin ve uygun antrenman planının düzenlenmesinde fonksiyonel bilgiler sağlayabilir.

BOXING MATCH AFFECTS HORMONAL STATUS IN MALE ELITE BOXERS

Introduction and Purpose: Boxing is a cooperating combat sport with correct punching to the opponent without receiving counter hit. According to World Boxing Federation, a modern day male boxing match consists of a determined number of rounds, each lasting 3 minutes divided by a 1 minute interval of rest, which is characterized by short duration, high intensity, and intermittent activity. However, there is a limited data about the influence of boxing match on hormonal status. The purpose of the present study was to investigate the match-induced changes in catabolic and anabolic hormonal response in male elite boxers.

Methods: High-level 20 male boxers, with more than 5 years' experience in boxing, voluntarily participated in this study. Venous blood samples of the boxers, before and after combat, were taken for determination of metabolic hormonal status. Measurement of plasma levels of insulin (DRG Instruments GmbH, Germany), insulin-like growth factors (IGF-1), ACTH, cortisol and growth hormone (Roche Diagnostic, Switzerland) were performed with commercial ELISA kits according to the manufacturer's instructions.

Results: We demonstrated that a 9-minutes boxing match caused a marked increases in plasma levels of metabolic hormones including insulin, ACTH, cortisol and growth hormone. However, there were no significant alteration in the plasma levels of IGF-1.

Conclusion: We showed that boxing match has a significant effects on metabolic and stress hormones. The boxing-induced changes may point out high-energy turnover in the company of both increased catabolic and anabolic hormonal response. The understanding of the hormonal alterations during boxing match can provide new insights for improvement of the performance of athletes and arrangement an effective and convenient training plan.

SB228

BOKS MAÇI ERKEK ELİT BOKSÖRLERDE İNFLAMASYON VE KAS HASARI BELİRTEÇLERİNİ YÜKSELTİR

***[1]Esra Şumlu*, [2]Yakup Kılıç , [3]Halit Bugra Koca, [4]Mehmet Bilgehan Pektaş, [5]Hasan Nedim Çetin, [1]Fatma Akar**

[1]Gazi Üniversitesi,Eczacılık Fakültesi, Farmakoloji Anabilim Dalı, ANKARA
[2]Fırat Üniversitesi,Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, ELAZIĞ
[3]Afyon Kocatepe Üniversitesi,Tıbbi Biyokimya Anabilim Dalı, Tıp Fakültesi, AFYONKARAHİSAR
[4]Afyon Kocatepe Üniversitesi,Tıbbi Farmakoloji Anabilim Dalı, Tıp Fakültesi, AFYONKARAHİSAR
[5]Sakarya Üniversitesi,Spor Bilimleri Fakültesi,Rekreasyon Bölümü, SAKARYA

***Email :** esrasmlu@gmail.com, yakupkilic@firat.edu.tr, bugrakoca@yahoo.com, mbpektas@hotmail.com, nedim.cetin@lokmanhekim.edu.tr., fakar@gazi.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Boks yüksek yoğunluklu ve koordinasyon gerektiren popüler bir dövüş sporudur. Üst düzey boks, sürdürülebilir sağlık durumun yanı sıra iyi teknik, taktik ve fiziksel yetenekler gerektirir. Boks maçının plazma inflamasyon ve kas hasarı göstergeleri üzerindeki etkisi hakkında sınırlı bulgu bulunmaktadır. Bu çalışmanın amacı, erkek elit sporcularda boks maçının inflamatuvar durum ve doku hasarı göstergelerindeki etkisini araştırmaktır.

Yöntem: Boksta 5 yıldan fazla deneyime sahip 20 erkek elit sporcu gönüllü olarak bu çalışmaya katılmıştır. Boksörlerin inflamasyon ve kas hasarı göstergelerinin belirlenmesi için müsabakadan önce ve sonra venöz kan örnekleri alınmıştır. İnterlökin-1β (IL-1β), interlökin-6 (IL-6) ve tümör nekroz faktörü alfa (TNF-α) (eBioscience, Avusturya); alanin aminotransferaz (ALT) ve aspartat aminotransferazın (AST) (Spinreact, İspanya) plazma seviyeleri üretici firmanın talimatına uygun olarak ticari ELISA kitleri ile belirlenmiştir.

Bulgular: Bu araştırmanın bulguları, 9 dakikalık bir boks maçının plazma inflamasyon (IL-1β, IL-6 ve TNF-α) ve kas hasarı göstergelerinde (ALT ve AST) anlamlı artışlara neden olduğunu göstermektedir.

Sonuç: Boks maçı, hem pro-inflamatuvar sitokinler (TNF-α ve IL-1β) ve hem de anti-inflamatuvar sitokinin (IL-6) plazma düzeyinde artışla birlikte, doku hasarı göstergelerinden ALT ve AST'de anlamlı derecede yükselmeye neden olmuştur. İnflamasyon ve kas hasarı göstergelerindeki yükselme travmatik yaralanmanın bir yansıması olabilir. Boks maçı sonucu oluşan değişikliklerle ilgili bulgularımız; atletik performans, antrenman planlaması ve boksörlerin iyileşme stratejilerinin geliştirilmesinde yararlı olabilir.

BOXING MATCH INCREASES INFLAMMATORY AND MUSCLE DAMAGE BIOMARKERS IN MALE ELITE BOXERS

Introduction and Purpose: Boxing is a popular combat sport that required a high intensity and cooperating activity. A high-level boxing requires a long-lasting healthy condition as well as well-built technical, tactical and physical skills. However, there is a limited data about the influence of boxing match on blood inflammatory and muscle damage biomarkers. The purpose of the present study was to investigate the match-induced changes in inflammatory status and tissue damage indicators in male elite boxers.

Methods: High-level 20 male boxers, with more than 5 years' experience in boxing, voluntarily participated in this study. Venous blood samples of the boxers, before and after combat, were taken for determination of the inflammatory and muscle damage biomarkers. Plasma levels of interleukin-1β (IL-1β), interleukin-6 (IL-6) and tumor necrosis factor alpha (TNF-α) (eBioscience, Austria); alanine aminotransferase (ALT) and aspartate aminotransferase (AST) (Spinreact, Spain) were determined with commercial ELISA kits according to the manufacturer's instructions.

Results: Our results indicated that a 9-minutes boxing match caused a significant increases in plasma inflammatory markers (IL-1β, IL-6 and TNF-α) and muscle damage indicators (ALT and AST).

Conclusion: We showed that, plasma levels of both pro-inflammatory cytokines (TNF-α and IL-1β) and anti-inflammatory cytokine (IL-6) as well as tissue damage biomarkers ALT and AST were significantly increased after the boxing bouts. The elevation in inflammatory and muscle damage indicators could be taken as a reflection of traumatic injury. Our findings on boxing match-induced changes could be useful for improvement of athletic performance, training plans and recovery strategies of boxers.

SB251

ADÖLESAN BİREYLERDE 6 AYLIK BADMİNTON ÇALIŞMALARININ BİYOKİMYASAL PARAMETRELERE ETKİSİ

[2]Ramazan Erdoğan, [1]Vedat Çınar, [1]Taner Akbulut

[1]Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi,Elazığ
[2]Gençlik Hizmetleri Ve Spor İl Müdürlüğü,Elazığ

Email : *ramaznerdogan@hotmail.com, ,*

Amaç: Araştırmada uzun süre uygulanan badminton antrenmanlarının bazı biyokimyasal parametrelere etkisini belirlemek amacıyla yapılmıştır. Yöntem: Araştırma grubunu 14-16 yaş grubunda yer alan 15 erkek gönüllü sporcu oluşturmuştur. Katılımcılara altı ay boyunca haftada 4 gün, günde 75 dakika olmak üzere badmintona yönelik antrenman programı uygulanmıştır. Antrenmanlar başlamadan önce ve sonunda olmak üzere sporculardan dinlenik durumda iki defa kan örnekleri alınmıştır. Alınan kan örneklerinde glukoz, üre, kreatinin, protein, albümin ve billurubin seviyeleri tespit edilmiştir. Elde edilen veriler SPSS 22 paket program kullanılarak analiz edilmiştir. Bulgular: Analiz sonucunda araştırma grubunun kreatinin, protein, albümin ve billurubin seviyelerinde farklılıklar tespit edilirken ($p<0,05$), glukoz ve üre seviyelerinde istatiksel olarak anlamlı farklılıklar belirlenmemiştir ($p>0,05$), Sonuç: Sonuç olarak uzun süre uygulanan badminton antrenmanlarının bazı biyokimyasal değerler üzerinde farklılıklar yarattığı belirlenmiştir. Bu sebeple antrenmanların genç sporcularda değişiklikler oluşturacağı düşünülmektedir.

EFFECT OF 6-MONTH BADMINTON EXERCISES ON BIOCHEMICAL PARAMETERS IN ADOLESCENT INDIVIDUAL

Purpose: The purpose of this study was to determine the effects of long-term badminton training on some biochemical parameters in the study. Method: The research group consisted 15 male volunteer athletes in the 14-16 age group. Badminton training program were given to participants a for six months, 4 days a week, 75 minutes a day. Blood samples were taken twice from athletes in the rest state before and after the training sessions. Glucose, urea, creatinine, protein, albumin, and glucuronide levels were determined in blood samples taken. The obtained data were analyzed using SPSS 22 packet program. Results: End of analyse; there were no significant differences in glucose and urea levels ($p>0,05$),when differences were observed in the creatinine, protein, albumin, and glucurin levels of the study group ($p<0,05$). Conclusion: As a result, it has been determined that long-term badminton training causes differences on some biochemical values. For this reason, it is considered that the training will cause changes in young sportsmen.

SB252

YÜKSEK ŞİDDETLİ İNTERVAL ANTRENMANLARIYLA BERABER VERİLEN E VİTAMİNİ TAKVİYESİNİN TİROİD HORMON METABOLİZMASINA ETKİSİ

***[1]Taner Akbulut*, [1]Vedat Çınar, [2]Ramazan Erdoğan**

[1]Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi,Elazığ
[2]Gençlik Hizmetleri Ve Spor İl Müdürlüğü,Elazığ

***Email :** akbuluttaner23@gmail.com, ,*

Amaç: Araştırmada sekiz hafta boyunca uygulanan tabata protokolüne göre uygulanan interval antrenmanla birlikte uygulanan E vitamini takviyesinin tiroid hormon metabolizması üzerine etkisinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Yöntem: Araştırma grubunu; interval antrenman grubu (n:6), interval antrenman+E vitamini takviye grubu (n:6) toplam 12 erkek gönüllü sporcu oluşturmuştur. İnterval antrenman grubuna sekiz hafta boyunca haftada 3 gün sadece tabata modeli interval antrenman uygulanmıştır, takviye grubuna antrenmanlara ek olarak E vitamini takviyesi yapılmıştır. Antrenmanlar başlamadan önce ve antrenmanlar sonunda olmak üzere sporcular dinlenik durumda iki kez kan örnekleri alınmıştır. Alınan kan örneklerinde T3, T4 ve TSH değerleri tespit edilmiştir. Verilerin analizinde SPSS 22 paket program kullanılarak analiz edilmiştir. Bulgular: Elde edilen verilere göre; gruplar arasında istatiksel olarak farklılıklar bulunmazken (p>0,05), Grup içi karşılaştırmalarda; antrenman grubunda T3, T4 ve TSH anlamlı olarak farklılıklar belirlenirken, takviye grubunda sadece TSH seviyesinde istatiksel olarak anlamlı farklılık belirlenmiştir. Sonuç: Sonuç olarak sekiz haftalık tabata antrenmanları ve E vitamini takviyesinin tiroid hormon metabolizmasını önemli derecede etkilediği belirlenmiştir. Tabata modeli interval antrenmanın tiroid hormon seviyesinde düşüşe yol açabileceği, E vitamini ile birlikte uygulandığında artış sağlayabileceği söylenebilir.

THE EFFECT OF HIGH INTENSIVE INTERVAL TRAINING APPLIED WITH VITAMIN E REINFORCEMENT ON THYROID HORMONE METABOLISM

Purpose: The purpose of this study was to determine the effect of vitamin E supplementation applied with interval training according to the tabata protocol for eight weeks on the thyroid hormone metabolism. Method: The study group consisted of 12 voluntary male sportsman; interval training group (n: 6), interval training + vitamin E supplement group (n: 6). Interval training group was only tabata model interval training for three days a week for eight weeks. Vitamin E supplementation was made to the supplement group in addition to the training. Blood samples were taken twice from the athletes in the rest state before and after training sessions. T3, T4 and TSH values were determined in the blood samples taken from the participants. In the analysis of the data, SPSS 22 package program was used. Results: According to the obtained data; There was no statistically significant difference between the groups (p>0,05). In intra group comparisons; T3, T4 and TSH were significantly different in the training group, there was significant difference in TSH level in the supplement group. Conclusion: As a result, it was determined that eight weeks of tabata training and Vitamin E supplementation significantly affect thyroid hormone metabolism. It can said tahat tabata model interval training may lead to decrease in thyroid hormone level and may increase when applied with vitamin E.

SB257

SPORCULARDA DİYAFRAM KAS KALINLIĞININ AEROBİK VE ANAEROBİK PERFORMANSLA İLİŞKİSİ

[1]Özgür Bostancı, [2]Ahmet Veysel Polat, [1]Serhat Erail

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

Email : *bostanci@omu.edu.tr, veyselp@hotmail.com, serhat_erail@hotmail.com*

GİRİŞ: Solunumun en önemli kası olan diyafragma,ventilasyonun %75'ini sağlar (Kartal, 2011). Literatürde sporcuların performansını sürdürebilmesinde en önemli faktörlerden biri olan solunum sistemi ve solunum kasları üzerine birçok çalışma yapılmıştır (Forbes S. ve ark.,2011; Vasconcelos ve ark., 2017). Fakat bu sistemin temel kası olan diyafragmanın kalınlığı çeşitli değişkenlere göre incelenmiş (Orrey, 2013; Ueki ve ark., 1995) olmasına rağmen, diyafragma kas kalınlığının doğrudan sportif performansla ilişkisi üzerine literatürde herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. AMAÇ: Sporcularda diyafragma kas kalınlığının aerobik ve anaerobik performansla ilişkisinin incelenmesidir. YÖNTEM: Araştırmaya, bireysel ve takım sporcularından 30 (20,37±2,74 yıl) ve 10 sedanter (23,60±2,91 yıl) olmak üzere toplam 40 kişi katılmıştır. Solunum fonksiyon testleri Spirometre ile, maksimal inspiratuar basınç (MIP) ve maksimal ekspiratuar basınç (MEP) microRPM cihazı, aerobik güç Yo-Yo İntermittent Endurance Test-1'le, anaerobik güç Wingate bisiklet testi ile ölçüldü. Diyafragma kalınlığı, ekspirasyon anında 8. ve 9. kostalar arasındaki interkostal aralıktan, inspirasyonda ise 10. ve 11. kostalar arasındaki interkostal aralıktan tespit edildi ve diyafragmaın en iyi görüldüğü yerden kalınlığı ölçüldü. Aerobik/anaerobik kontrol ve deney uygulamalarındaki farkının analizi için bağımsız t-testi ve değişkenler arasındaki ilişkinin kontrolü için Pearson korelasyonu yapıldı. BULGULAR: Takım sporcuları grubunda DKins (İnspirasyonda diyafragma kalınlığı) ve DKfark (Diyafragma kalınlığı inspirasyon ve ekspirasyon arası fark) parametreleri ile anaerobik performans arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki görüldü ($p<0,05$). Kontrol grubunun DKeks (Eksprasyonda diyafragma kalınlığı) , DKins ve DKfark parametreleri ile anaerobik ve aerobik performans arasında anlamlı bir ilişki bulunamadı ($p<0,05$). Bireysel ve takım sporcularında DKins ve DKfark parametreleri ile anaerobik performans arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edildi. DKins inceldikçe MaxVO2' nin daha iyi olduğu belirlendi. Solunum parametreleri incelendiğinde, bireysel sporcuların daha iyi olduğu görülse bile, sadece MEP değerinde anlamlı farklılık bulunmuştur. SONUÇ: DK (Diyafram kalınlığı)'nın yüksek olmasının bireysel ve takım sporcularında aerobik performansı etkilemediği, anaerobik perfomansı ise olumlu yönde etkilediği söylenebilir (p:0.023).

THE RELATIONSHIP OF AEROBIC AND ANAEROBIC PERFORMANCE WITH DIAPHRAGM MUSCLE THICKNESS IN ATHLETES

INTRODUCTION: Diaphragm, the most important part of breathing, provides 75% of ventilation (Kartal, 2011). The literature, many studies have been carried out on respiratory system and respiratory muscles which are one of the most important factors in the performance of athletes (Vasconcelos et al., 2017) and the study of various parameters on the diaphragm muscle thickness which is the main part of this system (Orrey, 2013) despite, there is no study has been found in the literature on the relationship between diaphragm muscle thickness and direct performance. AIM: The relationship between diaphragm muscle thickness in sports and aerobic and anaerobic performance is investigated. METHOD: Totaly 40 people of whom 30 (20.37±2.74 year) from individual and team athletes and 10 (23.60±2.91 year) sedentary participated as volunteer in this study. The respiratory function tests were measured with spirometry, maximal inspiratory pressure (MIP) and maximal expiratory pressure (MEP) were measured with microRPM device, aerobic power was measured with Yo-Yo İntermittent Endurance Test-1, anaerobic power was measured via Wingate bike test. The diaphragm thickness was determined from the intercostal space between 8th and 9th ribs during of expiration and the intercostal space between the 10th and 11th ribs during inspiration and the thickness was measured from where the diaphragm was seen best. Independent t-test was analysis of the difference between aerobic/anaerobic control and experimental applications. Besides, pearson correlation was used to control the relationship between variables. RESULTS:There was a positive relation with DKins and DKfark parameters and

anaerobic performance in athletes group ($p<0.05$). It was found that there was a significant positive correlation between DKins and DKfark parameters and anaerobic performance in individual and team athletes. It was determined that as DKins becomes thinner MaxVO2 becomes better. CONCLUSİON: Higher DKs did not affect aerobic performance in individual and team athletes, while anaerobic performance was positively correlated(p: 0.023).

SB274

TÜRK BİSİKLETÇİLERDE D VİTAMİNİ RESEPTÖR GENİ RS2228570 VE RS1544410 POLİMORFİZMLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Başak Funda Eken*, [2]İpek Yüksel, [2]Sezgin Kapıcı, [2]Canan Sercan, [2]Tugba Kaman, [3]Korkut Ulucan**

[1]Marmara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, İSTANBUL
[2]Üsküdar Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, İSTANBUL
[3]Marmara Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi, İSTANBUL

***Email :** accountexit@hotmail.com, ippekyuksel@gmail.com, sezginkapici@gmail.com, canan.sercan@uskudar.edu.tr, tugba.kaman@uskudar.edu.tr, korkutulucan@hotmail.com*

GİRİŞ-AMAÇ: D vitamini, kemik, kas gelişimini ve büyümesini düzenleyerek hücresel birçok metabolizmada önemli görevler üstlenen, kimyasal olarak yağda çözünen sterol yapılı bir moleküldür. Aynı zamanda vücutta mineral dengesinin korunmasını başlıca böbrek ve bağırsakta kalsiyum ve fosforun emilimini sağlayarak düzenlemektedir. D vitamini biyolojik aktivitesini hücre içerisinde yer alan reseptörüne bağlanarak göstermektedir. D vitaminin kas ve kemik gelişimindeki etkisinden dolayı sporcuların atletik performanslarında ve sağlığında önemli rol oynamaktadır. Bu nedenle çalışmamızda bisikletçilerin atletik performansına etkisi olduğu düşünülen D vitamini reseptörlerinden Fok1 (rs2228570) ve Bsm1 (rs1544410) gen polimorfizmlerinin dağılımını incelemeyi amaçladık. YÖNTEM : Çalışmamıza 39 Türk milli bisikletçi katılmıştır. Çalışmaya gönüllü katılan sporculara, çalışma öncesi yapılan analizler ve çıktıları hakkında detaylı bilgi verilmiş, kendilerinden imzalı bilgilendirme formları alınmıştır. Periferik kandan DNA izolasyonu İnvitrogen (Van Allen Way Carlsbad,CA,USA) kiti kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Tüm polimorfizmlerin genotiplemesi gerçek zamanlı PCR (RT-PCR) metodu ile belirlenmiştir. BULGULAR : Çalışmamıza katılan bisikletçilerde Fok 1(rs2228570) polimorfizminin CC,CT,TT genotiplerinin sayı ve yüzdeleri sırasıyla 20 (%51), 18(%46), 1(%3) olduğu bulunmuştur. Çalışma kohortumuzda C alleli 58 (%74), T alleli ise 20 (%26) olarak belirlenmiştir. Bsm 1 polimorfizmi (rs1544410) için 15 (%38) AA, 23(%59) AG, 1(%3) GG genotipinde olduğu saptanmış, allelik dağılımlarında ise A alleli 53 (%68), G alleli ise 25 (%32) olarak bulunmuştur. TARTIŞMA: Çalışma grubumuzda D vitamini reseptörünün Fok1 ve Bsm1 polimorfizmleri incelendiğinde Fok1 için CC genotipi ve C allelinin, Bsm1 içinde AG genotipinin ve A allelinin baskın olduğu gözlenmiştir. D vitamini metabolizmasına etki ettiği belirlenen D vitamini reseptör gen polimorfizmlerinin analiz edilmesi sonucu bu polimorfizmlerin atletik performansa etkilerinin belirlenmesidir.Bu çalışma ayrıca, bu aday genler hakkında toplumumuz için veri kaynağı oluşturulmasına öncülük etmesi beklenmektedir.

DETERMINATION OF VITAMIN D RECEPTOR RS2228570 AND RS1544410 POLYMORPHISMS IN TURKISH CYCLERS.

INTRODUCTION- OBJECTIVE: Vitamin D (VitD) is a chemically oil-soluble sterol-structured molecule that plays an important role in many cellular metabolisms by regulating bone, muscle growth and growth. At the same time, it regulates the preservation of mineral balance in the body by promoting the absorption of calcium and phosphorus in the kidney and intestine. VitD shows the biological activity of vitamins by binding to its receptor located in the cell. Vitamin D plays an important role in the athletic performance and health of athletes due to its effect on muscle and bone development. Therefore, we aimed to investigate the distribution of Fok1 (rs2228570), Bsm1 (rs1544410) gene polymorphisms in vitamin D receptors, which are thought to influence cyclists athletic performance. MATERIAL-METHOD:39 Turkish national cyclists participated in the study. Athletes participating voluntarily gave detailed information about the analyzes and outputs made before the work and signed informative forms were obtained from them. Peripheral blood samples were used for DNA isolation which was performed by using Invitrogen (Van Allen Way Carlsbad, CA, USA) kit. Genotyping of all polymorphisms was determined by real-time PCR (RT-PCR) methodology. RESULTS:The numbers and percentages of CC, CT, TT genotypes of polymorphism in FokI (rs2228570) were found to be 20 (51%), 18 (46%) and 1 (3%) respectively in cyclists who participated in my study. In our study cohort 58 (74%) were identified as C allele and 20 (26%) as T allele. It was found that 15 (38%)

AA, 23 (59%) AG, 1 (3%) GG genotype for Bsm1 polymorphism (rs1544410), In allelic distributions, 53 (68%) of the patients were A allele and 25 (32%) were G allele. DISCUSSION: In our cohort, CC genotype and C allele for Fok1, AG genotype and A allele for Bsm1 were reported to be dominant. The analysis of polymorphisms within vitamin D receptor genes have been shown to

SB276

GENÇ TÜRK FUTBOLCULARDA ACTN3 RS1815739 VE ACE RS4646994 POLIMORFIZMLERININ BELIRLENMESI

***[1]Korkut Ulucan*, [2]Alper Erdoğdu, [3]Sezgin Kapıcı, [1]Başak Funda Eken, [3]İpek Yüksel, [3]Tolga Polat, [3]Canan Sercan**

[1]Marmara Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi, İSTANBUL
[2]Başakşehir Futbol Kulübü, İSTANBUL
[3]Üsküdar Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, İSTANBUL

***Email :** korkutulucan@hotmail.com, alperibfk@gmail.com, sezginkapici@gmail.com, accountexit@hotmail.com, ippekyuksel@gmail.com, tpolat1453@gmail.com, canan.sercan@uskudar.edu.tr*

GİRİŞ: Spor genetiği çalışmaları sporcuların atletik performans ile ilişkili genetik varyantları belirleyerek sporcuların güçlü ve zayıf yönlerinin belirlenmesi ve sonrasında güçlendirilmesinde uygulanacak olan antrenman modellerine katkıda bulunmayı amaçlar. Bu disiplinde gerçekleştirilen en önemli çalışmalar ACTN3 rs1815739 ve ACE rs4646994 polimorfizmleridir. Bu çalışmamızda genç Türk futbolcularda ilgili genlerin allelik dağılımlarını belirlemeyi amaçladık.

MATERYAL-METOT: Çalışmamıza 44 Beşiktaş Özkaynak Futbol Okulları oyuncuları ve 21 Altınordu Futbol Kulübü U13 futbolcuları olmak üzere toplam 65 futbolcu gönüllü olarak katılmıştır. DNA izolasyonları için Invitrogen ticari kiti (Van AllenWay, Carlsbad, CA, ABD) kullanılmış, genotiplemeleri ise gerçek zamanlı polimeraz zincir reaksiyonu (qPCR) protokolü kullanılarak gerçekleştirilmiştir.

BULGULAR: Çalışma kohortumuzdaki tüm genotiplemeler başarı ile genotiplenmiştir. ACTN3 rs1815739 polimorfizmi için genç futbolcuların 25'i RR, 21'i RX ve 19'u XX genotipinde oldukları saptanmıştır. Allelik dağılımlara bakıldığında ise R alleli 71, X allei ise 59 olarak belirlenmiştir. ACE rs4646994 polimorfizminde ise DD, ID ve II genotipleri sırası ile 17, 30 ve 18 olarak saptamıştır. Allelik dağılımlara baktığımızda ise D alleli 64, I alleli ise 66 olarak belirlenmiştir.

TARTIŞMA: Elde ettiğimiz verilere göre çalışma grubumuzda güç odaklı RR genotipi ile ID genotipleri daha baskın olarak bulunmuştur. Allelik dağılımlarda ise güç odaklı R alleli ile dayanıklılık odaklı I alleli daha baskındır, ki bu sonuçlar futbol metabolizması ile uyumludur. Daha genel sonuçlara ulaşabilmemiz için yüksek sporcu sayılı çalışmalara ihtiyaç bulunmaktadır.

DETERMİNATION OF ACTN3 RS1815739 AND ACE RS4646994 POLYMORPHISMS IN YOUNG TURKISH FOOTBALL PLAYERS.

INTRODUCTION: Sports genetics studies aim to contribute to the training models that will be applied when determining the strengths and weaknesses of the athletes by strengthening their athletic performance by identifying the genetic variants associated with athletic performance. The most important studies performed in this discipline are ACTN3 rs1815739 and ACE rs4646994 polymorphisms. In this study, we aimed to determine the allelic distributions of the related genes in the young Turkish footballers.

MATERIALS-METHODS: A total of 65 football players, including 44 Beşiktaş Özkaynak Football School and 21 Altınordu Football Club U13 football players, were recruitted to the study. Invitrogen commercial kit (Van AllenWay, Carlsbad, CA, USA) was used for DNA isolation and genotyping was performed using the real-time polymerase chain reaction (qPCR) protocol.

RESULTS: All genotypes in our study cohort were successfully genotyped. For ACTN3 rs1815739 polymorphism, it was determined that 25 young soccer players had the genotype RR, 21 had RX and 19 had XX. When allele distributions are considered, R allele is

counted as 71 and X allele as 59. In ACE rs4646994 polymorphism, DD, ID and II genotypes were determined as 17, 30 and 18 respectively. When we look at allelic distributions, D allele was counted as 64 and I as 66.

DISCUSSION: According to our results, in our cohort, power oriented ID and RR genotypes were more dominant with respect to others. In allelic distributions, endurance related I allele and power related R allele were found to be more dominant, which is consistent with football metabolism. To reach more general results, we need high number of studies with extended athletes.

SB294

KISA SÜRELİ PSİKOLOJİK BECERİ ANTRENMAN PROGRAMININ ENGELLİ SPORCULARDA ZİHİNSEL DAYANIKLILIK ÜZERİNE ETKİSİ

***[1]Bülent Okan Miçooğulları*, [1]Bülent Miçooğulları, [2]Rıdvan Ekmekçi, [1]Selçuk Akpınar, [1]Uğur Ödek, [1]Özkan Beyaz**

[1]Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Beden Eğitimi Öğretmenliği Bölümü
[2]Pamukkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Denizli

***Email :** okanmicoogullari@gmail.com, okanmicoogullari@gmail.com, ridvanekmekci@gmail.com, sakpinar@nevsehir.edu.tr, ugurodek@nevsehir.edu.tr, ozkanbeyaz@nevsehir.edu.tr*

Giriş: Zihinsel dayanıklılığın, çok boyutlu olma ve başarılı spor performansı ile ilişkili önemli bir psikolojik temel olduğu düşünülmektedir. Zihinsel dayanıklılığın anahtar unsurları arasında özgüven, sorumluluk, müsabakalarda başarı ve meydan okuma, baskı altında psikolojik kontrolü koruma, toparlanma, sabır, ve konsantrasyon yer almaktadır. Bununla birlikte, zihinsel dayanıklılığa sahip sporcuların zor şartlara maruz kaldıklarında diğerlerine göre daha çok üstesinden geldiği kabul gören bir varsayımı ortaya koymuşlardır. Konu ile ilgili engelli sporculara ait bilimsel çalışmalar kısıtlıdır. Amaç Bu bağlamda engelli sporcuların müsabakalarda ve antrenmanlarda karşılaştıkları psikolojik baskılara nasıl cevaplar verdikleri ve bu cevapların onların performansına olan etkileri ile ilgili zihinsel dayanıklılık düzeyleri araştırılmıştır. Metot Araştırmaya Türkiye İşitme engelliler bayan ve erkek futbol takımı sporcuları katılmıştır. Spor ortamındaki zihinsel dayanıklılık seviyesini belirlemek amacıyla Sheard ve diğ. (2009) tarafından geliştirilen "Sporda Zihinsel Dayanıklılık Envanteri" kullanılmıştır. Sporcularımıza 2 haftalık psikolojik beceri antrenmanı uygulanmıştır. İstatistiksel analiz olarak çok yönlü MANOVA ve olası farklılıkların nerelerden kaynaklandığını bulmaya yönelik olarak ANOVA kullanılmıştır. Bulgular Çalışma sonucunda, bayan ve erkek işitme engelli milli takımlarının zihinsel dayanıklılık düzeyleri psikolojik beceri antrenman programı almadan önceki düzeylerinden daha yüksek çıkmıştır. Ayrı ayrı inceleyecek olursak, kadın işitme engelliler futbol takımımız antrenman programı uygulanmadan önce zihinsel dayanıklılık boyutunda toplam zihinsel dayanıklılık değerleri ortalaması 41 idi. Zihinsel dayanıklılık alt boyutları incelendiğinde ise kendine güven alt boyutunda ortalama değeri 18, devamlılık / bağlılık alt boyutunda 11 ve kontrol alt boyunda ortalama değer iken 13 olarak bulunmuştur. Uygulanan kısa dönem psikolojik beceri antrenmanları sonrasında elde edilen değerler ise toplam zihinsel değerlik boyutunda 49 değerine ulaşmıştır. Psikolojik beceri antrenmanları sonrası elde edilen değerler alt boyutlar düzeyinde incelendiğinde ise kendine güven alt boyutunda ortalama değeri 22, devamlılık / bağlılık alt boyutunda 13 ve kontrol alt boyunda ortalama değer iken 15 olarak bulunmuştur. Sonuç Elde edilen sonuçlar göstermiştir ki yapılan psikolojik beceri antrenmanları sporcularımızın zihinsel dayanıklılık ve psikolojik iyi oluş seviyelerini yükseltmiştir.

EFFECTS OF SHORT PSYCHOLOGICAL SKILL TRAINING PROGRAMME ON MENTAL TOUGHNESS OF HANDICAPPED ATHLETES

Introduction Gucciardi et al. (2009) suggest that mental toughness is more a function of environment than domains, and as such, mental toughness is potentially important in any environment that requires performance setting, challenges, and adversities. Playing soccer requires knowledge, experience, competence, good personality, optimum performance, and concentration. Also it requires quick and accurate response which means referees often have to make decisions under intense time pressure that may have a substantial impact on the outcome of a game. Aim Due to vital importance of mental toughness in sports and particularly in soccer, this paper focused on the comparison of sport mental toughness levels of soccer players after short intervention programme. Method Mental toughness was checked by Sports Mental Toughness Questionnaire. In the present study, a questionnaire was applied to all the soccer players (52 soccer players) who belonged to the Turkish Football Federation (TFF). The sample consisted of 26 male subjects, mean age was 25.10 years (SD = 4.54) and 26 female subjects mean age was 22.82 years (SD = 4.71). To determine the difference of Sport Mental Toughness level among soccer players MANOVA and One-Way ANOVA was used for normal distribution and Scheffé Test was used for determining the differences across scores with through SPSS Package 21.0.

Results & Conclusion The findings of this research paper showed that applied short mental toughness development programme was affective on the players' knowledge of mental toughness. There was a significant differences between the scores of pre-intervention scores and post-intervention scores.

SB296

MONOPALET SPORCULARINDA ALFA- AKTİNİN- 3 RS1815739 POLİMORFİZMİNİN DAĞILIMI VE BOY- KİLO İLİŞKİSİ

***[1]Canan Sercan*, [1]Nazlı Can Kavas, [1]İpek Yüksel, [1]Sezgin Kapıcı, [1]Tolga Polat, [2]Korkut Ulucan**

[1]Üsküdar Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Moleküler Biyoloji Ve Genetik, İstanbul, Türkiye
[2]Marmara Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi, Temel Tıp Bilimleri, Tıbbi Biyoloji Ve Genetik, İstanbul, Türkiye

***Email :** canan.sercan@uskudar.edu.tr, nazlicankavas@gmail.com, ippekyuksel@gmail.com, sezginkapici@gmail.com, tpolat1453@gmail.com, korkutulucan@hotmail.com*

GİRİŞ: Atletik performans, sayısız çevresel ve genetik faktörlerden etkilenen karmaşık bir insan özelliğidir. Atletik performansta etkili olan genetik faktörlerden bir tanesi ACTN3 genidir ve alfa- aktinin- 3 proteinini kodlar. Bu protein sarkomerlerin Z çizgilerinde yer alır, hem kas kasılmasında hem de hücre içi sinyal iletiminde aktif rol almaktadır. ACTN3 R577X polimorfizmi tek bazda oluşan bir değişimdir ve bu değişim alfa- aktinin- 3 proteinin üretimini azaltmaktadır ve kas gücünün zayıflamasına neden olmaktadır. Yapılan çalışmalar göstermektedir ki bu polimorfizm kas gücünün patlayıcı güç ve ya dayanıklılık odaklı güç olması ile bağlantılıdır. Bu çalışmamızda monopalet sporcularında ACTN3 R577X polimorfizmi dağılımlarını inceleyerek ve boy, kilo gibi faktörleri göz önünde bulundurarak sporcu performanslarına olan etkilerini analiz etmeyi amaçladık.

MATERYAL- METOT: Çalışmamıza 2 kadın 7 erkek olmak üzere 9 monopalet katılmıştır. Sporculardan DNA izolasyonu Invitrogen (Van Allen Way Carlsbad, CA, USA) kullanılarak elde edilmiştir. ACTN3 genotiplemeleri için gerçek zamanı polimeraz zincir reaksiyonu (qPCR) protokolü ile gerçekleştirilmiştir.

BULGULAR: 9 Monopalet sporcusundan 4'ü (%44,5) XX, 3'ü (%33,3) RX ve 2'si (%22,2) RR genotipinde olduğu gözlemlenmiştir. Allel dağılımlarında ise R alleli 7 (%38,9), X alleli ise 11 (%61,1) olarak bulunmuştur. Kohortumuzda boy aralığı 162 cm ile 185 cm arasındadır. Ağırlıkları göz önüne alındığında 61 kg ile 89 kg arasındadır.

TARTIŞMA: Çalışma kohortumuzda ACTN3 (R577X) polimorfizminde XX genotipinin ve X allelinin baskındır. R Allelinin patlayıcı güç, X allelinin ise dayanıklılık fenotipleri ile ilgili olduğu yapılan çalışmalar ile belirtilmiştir. Ortalamaya göre daha kısa ve daha zayıf sporcularda RR genotipine, uzun ve kilolu sporcularda ise RX genotipine daha çok rastlanmıştır. Çalışmamızda ki en büyük limitasyon çalışma grubumuzdaki denek sayısının azlığıdır. Bu tip allel analiz çalışmaları daha yüksek sayılarda yapıldığı takdirde amacına daha net ulaşmış olmaktadır.

RELATION OF ACTN3 R577X GENE DISTRIBUTION TO LENGTH AND WEIGHT IN FINSWIMMER

Introduction: Athletic performance is a complex human characteristic influenced by numerous environmental and genetic factors. One of the genetic factors that are effective in athletic performance is the ACTN3 gene, which encodes the alpha-actinin-3 protein. This protein is located in the Z lines of the sarcomere, and is active both in muscle contraction and intracellular signal transduction. Studies have shown that this polymorphism is related to the muscle power being focused on explosive power or resistance. In this study, we aimed to investigate the effects of ACTN3 R577X polymorphism on athletic performance, considering factors such as height and weight. Metarials and Methods: There are 9 finswimmer 2 female and 7 male. DNA isolation from the athletes was obtained using Invitrogen (Van Allen Way Carlsbad, CA, USA). Real-time polymerase chain reaction (qPCR) protocol for ACTN3 genotyping was performed. Results: 4 of 9 finswimmer (44.5%) was observed as XX, 3 (33.3%) as RX and 2 (22.2%) as RR genotype. Allel distributions are counted as 7 (38,9%) and 11 (61,1%) for R and X alleles, respectively. The highest athletes and the shortest athletes are recorded as 162 cm and 185 cm, respectively. When we consider the weights, the highest and the lowest weights in kg are

recorded as 61 and 89, respectively. Discussion: In our study cohort, ACTN3 (R577X) polymorphism was found to be dominant in the XX genotype and X allele. R allele is related to explosive power, and the X allele is related to endurance phenotypes. RR genotypes were more common in shorter and weaker athletes than the average, and RX genotypes were more common in higher and heavier athletes. The greatest limitation in our study is the small number of subjects in our study cohort. This type of allelic analysis studies are more clearly achieved if they are made at higher numbers.

SB297

PROFOSYONEL FUTBOLCULARDA PEROKSİZOM PROLİFERATÖR-AKTİVE RESEPTÖR RS4253778 VE ANJİYOTENSİNOJEN RS699 POLİMORFİZM DAĞILIMLARININ İNCELENMESİ

***[1]Canan Sercan*, [1]İpek Yüksel, [1]Sezgin Kapıcı, [2]Başak Funda Eken, [1]Nazlı Can Kavas, [3]Fatih Bilici , [2]Korkut Ulucan**

[1]Üsküdar Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Moleküler Biyoloji Ve Genetik, İstanbul, Türkiye
[2]Marmara Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi, Temel Tıp Bilimleri, Tıbbi Biyoloji Ve Genetik, İstanbul, Türkiye
[3]Muş Alparslan Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Muş, Türkiye

***Email :** canan.sercan@uskudar.edu.tr, ippekyuksel@gmail.com, sezginkapici@gmail.com, accountexit@hotmail.com, nazlicankavas@gmail.com, f.bilici@alparslan.edu.tr, korkutulucan@hotmail.com*

GİRİŞ: İnsan genom projesinin önemli başarılarından birisi, insanlarda atletik performansa etki eden genlerin ve tek nükleotid polimorfizmlerinin (SNP) belirlenmesi olmuştur. Bu genlerdeki polimorfizmler, bireylerin sportif faaliyetlere olan yatkınlıklarının belirlenmesinde rol oynadığı bugüne kadar yapılan çalışmalar ile belirlenmiştir. Bu çalışmada atletik performansa etkisi olduğu bilinen PPARA (rs4253778) ve AGT (rs699) polimorfizimlerinin, profossyonel futbolcular arasındaki dağılımını belirlemeyi amaçladık.

YÖNTEM: Çalışmamıza 37 profossyonel futbolcu gönüllü olarak katılmıştır. Sporcularden DNA izolasyonu Invitrogen (Van Allen Way Carlsbad, CA, USA) kullanılarak tamamlanmıştır. Genotipleme işlemleri gerçek zamanlı PCR (qPCR) ile tamamlanmıştır. BULGULAR: PPAR analizinde 37 futbolcudan 23'ünün (%62) GG, 13'unun (%35) GC ve 1'inin (%3) CC genotipinde olduğu belirlenmiştir. Allel dağılımları incelendiğinde G Allelinin %80 oranında, C Allelinin ise %20 oranında olduğu gözlemlenmiştir. AGT genine bakıldığında ise 11 Futbolcunun (%30) GG, 16'sinin (%43) GA VE 10'unun (%27) genotipinde olduğu saptanmıştır.. Allel dağılımları % 51G, %49 A şeklindedir.

TARTIŞMA: Çalışma kohortumuzda PPAR rs4253778 polimorfizminde GG genotipi ve G allelinin baskın olduğu, AGT rs699 polimorfizminde ise GA ve G Allelinin baskın olduğu saptanmıştır. PPAR ve AGT genlerindeki polimorfizmlerin sporcu olmayı hedefleyen bireyler için bireysel antrenman geliştirmede ve branş içi yönlendirmelerde etkin olduğunu düşünmekteyiz.

DISTRIBUTION OF PEROXISOME PROLIFERATOR-ACTIVATED RECEPTORS (PPAR) RS4253778 AND ANGIOTENSINOGEN (AGT) RS699 POLYMORPHISMS IN SOCCER PLAYERS

INTRODUCTION One of the achievements of the human genome project has been the identification of genes that affect athletic performance. The polymorphisms in these genes have been determined by studies, which play a role in state the susceptibility of individuals to sporting activities. In this study, we aimed to determine the distribution of PPARA (rs4253778) and AGT (rs699) polymorphisms, which are known to affect the athletic performance, among the soccer players. METHOD: 37 professional volunteers participated in the study. DNA isolation from the athletes was completed using Invitrogen (Van Allen Way Carlsbad, CA, USA). Genotyping was completed by real-time PCR (qPCR). RESULTS: In PPAR analysis, it was determined that 23 (62%) of the 37 soccer players were GC, 13 (35%) GC and 1 (3%) CC genotype respectively. When allele distributions were examined, it was observed that 80% of G allelin and 20% of C allelin were observed. When the AGT gene is analyzed, 11 footballers (30%) were found to have GG, 16 (43%) GA and 10 (27%) genotypes. Allele distributions are 51% G and 49% C. DISCUSSION: Our results indicate that the GG genotype and G allele predominates in the PPAR rs4253778 polymorphism, wherease GA and G allelin predominate in the AGT rs699 polymorphism. We consider that polymorphisms in the PPARA and AGT genes are effective in determining personal exercise. But we need more studies to fulfill our results.

SB298

ELİT ERKEK BOKSÖRLERDE MODEL ÇALIŞMASININ KARACİĞER ENZİM DÜZEYLERİ ÜZERİNDEKİ AKUT ETKİSİNİN İNCELENMESİ

***[1]M.Fatih Bilici*, [1]M.Zahit Kahraman, [1]Ömer Kaynar, [1]Sedat Okut**

[1]Muş Alparslan Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Muş

***Email :** f.bilici@alparslan.edu.tr, mz.kahraman@alparslan.edu.tr, o.kaynar@alparslan.edu.tr, s.okut@alparslan.edu.trs.okut@*

Bu çalışmanın amacı, elit erkek boksörlerde yapılan model çalışmasının karaciğer enzim düzeyleri üzerindeki etkisinin araştırılmasıdır. Çalışmaya, sağlıklı ve Türk milli takımında yer alan 22 elit erkek boksör (XYaş: 18,36±6,18 yıl, XV.A.:65,23±11,75 kg, XBoy:174,18±8,67 cm) gönüllü olarak katılmıştır. Model çalışmasından önce ve sonra boksörlerden kan örnekleri alınmıştır. Biyokimyasal analizler için alınan kan örnekleri 1 saat içerisinde laboratuvar ortamına taşınmış, 4000 rpm devirde 10 dakika santrifüj edilmiştir. Serumların analizi otoanalizör cihazında fotometrik yöntemle yapılmıştır. Araştırmada elde edilen verilerin analizi SPSS istatistik programı kullanılarak yapılmıştır. İstatistiksel analizlerde Shapiro-Wilk testi ve Paired t testi kullanıldı. Model çalışmasından sonra elit boksörlerin AST (Asparatat Amino Transferaz) ve LDH (Laktat Dehidrogenaz) serum düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı bir artış olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$). ALT (Alanin Amino Transferaz) ve GGT (Gama Glutamil Transferaz) serum düzeylerinde azalma olsa da bu farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı belirlenmiştir ($p>0,05$).

INVESTİGATİON OF THE ACUTE EFFECT OF MODEL STUDY ON LİVER ENZYME LEVELS OF ELİTE BOXERS

The purpose of this study is to investigate the effect of model work on liver enzyme levels of elite male boxers. 22 Turkish elite boxers (XAge: 18,36±6,18 year, XWeight:65,23±11,75 kg, XHeight:174,18±8,67 cm) participated voluntarily to study. Blood samples were taken from boxers before and after model training. Blood samples for biochemical analyzes were transferred to the laboratory in 1 hour and centrifuged at 4000 rpm for 10 minutes. Serum analysis was done by photometric method in the autoanalyzer. Analysis of the data obtained in the study was done using SPSS statistical program. Shapiro-Wilk test and Paired t test were used for statistical analysis. A statistically significant increase in serum levels of AST (Asparate Amino Transferase) and LDH (Lactate Dehydrogenase) of elite boxers was found after model training ($p<0,05$). Serum levels of ALT (Alanine Amino Transferase) and GGT (Gamma Glutamyl Transferase) decreased, but this difference was not statistically significant ($p> 0,05$).

SB321

GENÇ FUTBOLCULARDA ŞUT ATMA HIZI İLE BACAK SERTLİĞİ ARASINDAKİ İLİŞKİSİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

[1]Abdullah Kılcı, [1]Cumhur Boyraz, [1]Selcen Korkmaz Eryılmaz, [1]Selçuk Karakaş, [2]Özgür Günaştı, [3]Çiğdem Özdemir, [3]Kerem Tuncay Özgünen

[1]Çukurova Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Adana
[2]Çukurova Üniversitesi, Tıp Fakültesi Fizyoloji Anabilim Dalı, Adana
[3]Çukurova Üniversitesi, Tıp Fakültesi Fizyoloji Anabilim Dalı, Adana

Email : *abdullahkilci89@gmail.com, cumhur_boyraz@hotmail.com, selcen_korkmaz@yahoo.com, selcukk.12@gmail.com, ogunasti@gmail.com, cozdemir@cu.edu.tr, kozgunen@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Futbolda şut atma esnasında gerçekleştirilen geriye çekme ve ileri savurma fazları, eksantrik-konsantrik kontraksiyonların birbirini takip ettiği gerilme-kısalma döngüsü olarak tanımlanan hareket aktivitesidir. Bacak sertliği(Stiffness, BS) ise tekrarlayan gerilme-kısalma döngüsü aktivitelerinde oluşan elastik enerjinin etkili bir şekilde depolanması ve tekrar kullanılması için önemlidir. Çalışmamızın amacı, futbolcularda şut atma hızı ve bacak sertliği arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Yöntem: Çalışmamıza Adana Bölgesi Amatör Ligler'de mücadele eden takımlarda yer alan 13 sporcu (Yaş:16.7±0.6yıl, Boy:175.7±5.9cm, Vücut Ağırlığı:70.2±12.5kg) katılmıştır. Çalışmamızın ilk aşamasında futbolculardan dominant bacakla 11metre mesafeden standart futbol kalesine hedef gözetmeksizin maksimum hızda 5 adet şut atmaları istenmiştir. Top hızı değerleri 'Bushnell Radar Speed Gun' marka radar ile ölçülmüş ve en yüksek veri değerlendirmeye alınmıştır. İkinci aşamada ise futbolcular kontakt mat üzerinde 5 tekrarlı maksimal (5max) ve 2.5Hz'lik metronom hızı ile 20 tekrarlı submaksimal (20submax) dikey sıçrama testi uygulanmıştır. 5max ve 20submax sıçrama testleri esnasında yerle temas ve havada kalış süresi video kamerayla (240fps GoPro3) kayıt altına alındıktan sonra Kinovea Programı(Boston, USA) ile analiz edilerek BS (sırası ile, BSmax, BSsubmax) verileri hesaplanmıştır. BS verileri vücut ağırlığına normalize edilmiştir. Maksimum dikey sıçrama (DS) yüksekliği kontakt mat(Microgate- Witty) ile belirlenmiştir. Veriler arasındaki ilişki Pearson korelasyon analizi yapılarak değerlendirilmiştir (ortalama±standart sapma). Bulgular: Şut hızı değerleri ile BSmax, BSsubmax ve maksimum sıçrama yüksekliği(SYmax) arasında istatistiksel açıdan ilişkiye rastlanmamıştır ($p>0.05$). DS ile BSmax ve BSsubmax arasında istatistiksel açıdan herhangi bir ilişkiye rastlanmamıştır ($p>0.05$). Sonuç: Bacak sertliği, ardışık olarak tekrarlayan uzama-kısalma döngüsü aktivitelerinde performansı belirlerken, şut ve sıçrama aktiviteleri tek bir uzama-kısalma döngüsü gösteren balistik bir harekettir. Bacak sertliği ile şut ve maksimal sıçrama performansı arasında ilişkinin görülmemesi uygulanan hareket paternlerinin farklılığından kaynaklanabilir. Öte yandan bacak sertliği ve şut ilişkisinin değerlendirilmesinde harekete katılan kas gruplarının farklılığı ve şut atma tekniği de göz önünde bulundurulmalıdır. Anahtar Kelimeler: Dikey sıçrama, futbol, uzama-kısalma döngüsü

EVALUATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN THE BALL VELOCITY AND LEG STIFFNESS IN YOUNG SOCCER PLAYER

Introduction and Aim: The motion activities during soccer kick, back-swing and forward swing phases, are defined as the stretching-shortening cycle followed by eccentric-concentric contractions. Leg stiffness(LS) is important for effective storage and reutilization of elastic energy in repetitive stretch-shortening cycle activities. The purpose of this study was to examine the relationship between the ball speed and leg stiffness in soccer players. Method: 13 soccer players (Age:16.7±0.6years, Height:175.7±5.9cm, Body Weight:70.2±12.5kg) from amateur leagues took part in the study. Participants were performed 5 kicks at maximum speed regardless of the target with the dominant leg at 11-m distance from the standard soccer goal. The ball speed was measured with 'Bushnell Radar Speed-Gun' and the highest data was recorded. They performed two vertical jump tests of a 5repeated maximal hopping(5max) and a 20repeated submaximal hopping at a metronome frequency of 2.5Hz(20submax) on the contact mat. During the 5max and 20submax

vertical tests, the contact and flying times were recorded by video camera (240fps,-GoPro3), and then LS(LSmax, LSsubmax,respectively) was calculated by analyzing with the Kinovea Software(Boston, USA). LS data was normalized relative to body mass. The maximum vertical jump height(VJ) was determined by the contact mat(Microgate-Witty). The relationship between the data was assessed by Pearson-correlation analysis(means±SD). Results: There were no statistically significant relationship between ball velocity values and LSmax, LSsubmax, and VJ($p>0.05$). There were no significant relationship between VJ and LS($p>0.05$). Conclusion: As leg-stiffness determines performance in successive recurring stretch-shortening-cycle activities, kicking and jumping are ballistic movement that shows a single stretch-shortening-cycle. Differences between the motion patterns could be a reason of the absence of relationship between LS vs kicking and LS vs VJ. Evaluation of the relationship between ball speed and leg- stiffness, the differences of the muscle groups involved in the movement and the kick technique must also be considered. Keywords: Soccer, stretch-shortening-cycle, vertical jump

SB326

DÜZENLİ AEROBİK EGZERSİZİN KAN NİTRİK OKSİT VE ENDOTELYAL NİTRİK OKSİT SENTAZ (eNOS) PROTEİN DÜZEYİ ÜZERİNE ETKİLERİ VE eNOS İNTRON 4A/B POLİMOFİZMİNİN ROLÜ

***[1]Yeliz Yol Uçar*, [1]Faruk Turgay, [1]Oya Yiğittürk, [2]Semih Aşıkovalı, [2]Burak Durmaz**

[1]Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İZMİR
[2]Ege Üniversitesi, Tıp Fakültesi, İZMİR

***Email :** yeliz_yelapa_54@hotmail.com, fturgay@yahoo.com, oyayigitturk@hotmail.com, semihasikovali@gmail.com, burak.durmaz@ege.edu.tr*

DÜZENLİ AEROBİK EGZERSİZİN KAN NİTRİK OKSİT VE ENDOTELYAL NİTRİK OKSİT SENTAZ (eNOS) PROTEİN DÜZEYİ ÜZERİNE ETKİLERİ VE eNOS İNTRON 4a/b POLİMOFİZMİNİN ROLÜ

ÖZET

Giriş ve Amaç: Nitrik oksit (NO) , endotelyal nitrik oksit sentaz protein (eNOS) düzeyi ve eNOS intron 4a/b polimorfizmi (eNOSP) koroner kalp hastalığı risk faktörleridir. Aerobik antrenmanın NO ve eNOS üzerindeki muhtemel etkisinde eNOSP'nin rolü belirsizdir. Bu çalışmanın amacı; düzenli aerobik antrenmanın kan NO , endotelyal nitrik oksit sentaz protein (eNOS) düzeyi üzerine etkisi ve eNOSP'nin rolünü araştırmaktır.

Metodlar: 46 antrene erkek futbol hakemi (23,26±2,84 yaş) ve kontrol grubu (KG) olarak 43 sedanter (23,16±3,28 yaş)'den alınan tokluk kan serum örneklerinden NO, eNOS ve okside LDL (oksLDL) düzeyleri ELISA yöntemiyle, total antioksidan/oksidan statüsü (TAS/TOS), tiyobarbitürik asit ile reaksiyona giren maddeler (TBARS) düzeyleri spektrofotometrik olarak analiz edildi. eNOSP, lökosit genomik DNA örneklerinden polimeraz zincir reaksiyonu-restriksiyon fragman uzunluğu polimorfizmi analizi ile belirlendi.

Bulgular: Genotip dışı sporcu ve kontrol grupları arasında NO, eNOS, TOS ve TBARS düzeyleri için anlamlı fark bulunmadı. Ancak kontrol grubunun oksLDL düzeyi sporcu grubundan anlamlı olarak daha büyük(p=0,011); TAS düzeyi ise daha küçüktü (p=0,000). Sporcu ve kontrol genotip grupları; a taşıyıcı grubu (aT,aT=aa+ab) ve b homozigot grubu (bb) arasında NO ve eNOS için analmlı bir fark saptanmadı ayrıca bu parametreler üzerinde belirtilen polimorfizmin herhangi bir rolü gözlenmedi. Sonuçlar: Bu bulgular düzenli aerobik egzersizin kan NO ve eNOS düzeyleri üzerinde anlamlı bir etkisi bulunmadığını, ayrıca eNOS 4a/b polimorfizminin de bu sonuçlar üzerinde anlamlı bir rolü olmadığını gösterir.

Anahtar kelimeler: Aerobik egzersiz, Nitrik oksit, endotelyal nitrik oksit sentaz enzimi, eNOS intron 4a/b polimorfizmi

THE EFFECTS OF REGULAR AEROBIC EXERCISE ON BLOOD NITRIC OXIDE AND ENDOTHELIAL NITRIC OXIDE SYNTHASE (eNOS) PROTEIN LEVELS AND THE ROLE OF eNOS INTRON 4A/B POLYMORPHISM

THE EFFECTS OF REGULAR AEROBIC EXERCISE ON BLOOD NITRIC OXIDE AND ENDOTHELIAL NITRIC OXIDE SYNTHASE (eNOS) PROTEIN LEVELS AND THE ROLE OF eNOS INTRON 4a/b POLYMORPHISM

ABSTRACT Introduction and Aim: Nitric oxide (NO), endothelial nitric oxide synthase (eNOS) protein levels and eNOS intron 4a/b polymorphism (eNOSP) are risk factors for coronary artery diseases. The role of eNOSP is not clear in possible effect of aerobic

exercise on NO and eNOS. The aim of this study is to investigate the effect of regular aerobic exercise on blood NO and eNOS levels and the role of eNOSP.

Methods: 46 well trained male soccer refree as athletic group (23,26±2,84 yaş) and 43 sedantery male (23,16±3,28 yaş) as control group (CG) participated in this study. Post prandial blood serum samples is used to determine NO, eNOS and oxLDL levels measured by ELISA and total antioxidant /oxidant status (TAS / TOS), thiobarbituric acid reactive substances (TBARS) levels determined by spectrophotometrically, eNOSP was identified from leukocyte genomic DNA samples by the polymerase chain reaction- restriction fragment length polymorphism analysis. Results: No significant difference was found between the non-genotypic athletic group and CG for NO, eNOS, TOS and TBARS levels. However, the oxLDL level of the CG were significantly greater than the athletic group (p = 0.011), but TAS level was lower (p = 0,000). There was no significant difference for NO and eNOS between the a carrier group (aC, aC = a+ab) and the b homozygous group (bb), and the role of polymorphism was not found on the results.

Conclusions: These findings suggest that regular aerobic exercise has not a significant effect on blood NO and eNOS levels and that eNOS intron 4a/b polymorphism does not play a role on these results.

Keywords: Aerobic exercise, Nitric oxide, endothelial nitric oxide synthase, eNOS intron 4a/b polymorphism

SB327

FLEKSÖR DİGİTORUM SUPERFİCİALİS KASININ MAKSİMUM KASILMA SIRASINDA UZUN DALGA KIZILÖTESİ SALINIM YOLUYLA SICAKLIĞININ ÖLÇÜLMESİ: BİR VAKA RAPORU

***[1]Abdullah Ruhi Soylu*, [2]Abdullah Ruhi Soylu, [3]Ömer Burak Tor, [3]Zeynep B. Ecemiş, [3]Gamze Çobanoğlu, [3]Nihan Kafa, [3]Nevin A. Güzel, [4]Çiğdem Ayhan**

[1]Hacettepe Ün. Tıp Fakültesi, Biyofizik A.D. ANKARA
[2]Hacettepe Ün. Tıp Fak., Biyofizik A.D. ANKARA
[3]Gazi Ün. Sağlık Bilimleri Fak., Fizyoterapi Ve Rehabilitasyon B. ANKARA
[4]Hacettepe Ün. Sağlık Bilimleri Fak. Fizyoterapi Ve Rehabilitasyon B. ANKARA

***Email :** arsoylu@hacettepe.edu.tr, arsoylu@hacettepe.edu.tr, omerburaktor@gmail.com, zeynepartann@gmail.com, fztgamze7@gmail.com, fztnihankafa@gmail.com, nevinag@yahoo.com, cayhan@hacettepe.edu.tr*

GİRİŞ VE AMAÇ: Kas dokusu aktive olduğunda ısı ürettiği ve bu ısının infrared (IR) dalgalar yoluyla ölçülebildiği bilinmektedir. Amaç bir kasın, bir maksimum kasılma olayı sırasındaki ısı artış eğimi (sıcaklık/zaman) ve süresini ölçmekti. Bunun için, kas ısı saçılmasını minimum derecede engelleyecek üzerindeki yağ dokusu çok az olan m. fleksör digitorum longus kasını (FDS) seçtik. Sonuçların gelecek egzersiz fizyoloji çalışmaları için bir başlangıç noktası olarak faydalı olabileceğini düşündük.

YÖNTEM: Isı ve nem kontrollü bir odada (27 C) yaklaşık 5-15 mikrometre bant genişliği olan, medical kullanıma uygun temassız olarak IR dalga ölçümü yoluyla sıcaklık ölçen sensörü FDS kas göbeğinin 1.2cm üzerine yerleştirdik. 15 dk dinlenmiş denek (27y, 70kg, 181cm) dominant kolunu konforlu bir masanın üzerine koyarak FDS kasını 12s boyunca maksimum derecede kastı. Bu işlem 192s lik aralarla tekrarlandı. Sıcaklık ölçüm frekansı 10 Hz'di.

BULGULAR: 7 ölçümün ortalaması alınarak (Her kasılma 12s dinlenme, 12s kasılma ve 180s dinlenme) kaydedildi. FDS sıcaklığı, 10s boyunca saniyede 0.0013 C arttı, 21s boyunca sabit kaldı ve saniyede 0.0014 C hızla 9s de düştü. Sıcaklık yükselişi maksimum kasılmanın bitmesinden 5s sonra başladı.

SONUÇ: Uzun dalga foton emisyonu yoluyla sıcaklık değişimi bir denek üzerinden kaydedildi. FDS'nin 12s'lik kasılması 40s'lik (=10+21+9) sıcaklık artışına yol açtı. Sıcaklığın eğim, süre ve maksimum artışı farklı kasılmalar, süreler ve kaslar için spor bilim araştırmaları sırasında ölçülebilir. Metodin yararını öğrenmek için ileri çalışmalar gerekmektedir.

LONG WAVELENGTH INFRARED PHOTON EMISSION BASED TEMPERATURE MEASUREMENT OF FLEXOR DIGITORUM SUPERFICIALIS MUSCLE DURING MAXIMUM VOLUNTARY CONTRACTION: A CASE STUDY

INTRODUCTION AND AIM: It is known that when muscle tissue is activated it produces heat and the heat can be measured via long wave infrared (IR) photons. Aim was to measure duration and slope (temperature/time) of the produced heat of a muscle for a maximum force production event. We selected forearm flexor digitorum superficialis (FDS) muscle because of minimum blocking effect of the very thin fat tissue. The results might be useful for exercise physiology as a starting point for further studies.

METHOD: A 5-15 micrometer bandwidth, medical grade contactless IR sensor for temperature measurement was placed 1.2 cm above the FDS muscle belly center in a temperature and moisture controlled room (27-degree C). A rested (15 min) healthy male subject (Age:27y, Weight:70kg, Height:181cm) put his dominant forearm on a comfortable table and contracted his hand maximally during 12s. That procedure repeated 7 times with 192s breaks. Forearm temperature (based on longwave IR photons) sampling rate was 10 Hz.

RESULTS: Mean of the temperature signals of 7 recorded contractions (Each contraction has 12s rest, 12s maximal contraction and 180s rest period) were used. FDS temperature increased linearly 0.0013 degree-Celsius/s in 10s, stayed flat at maximum temperature for 21s, then decreased with 0.0014 degree-Celsius/s slope in 9s. Rise of temperature started 5s later after the end of the maximal contraction.

CONCLUSION: Temperature change via longwave IR photon emission were recorded for a subject. 12s of maximum contraction of FDS produced 40s (=10+21+9 s) of temperature increase for our subject. Slope, duration and maximum increment of temperature variables can be measured for different contraction levels, durations and muscles for further sport science researches. Further studies are required to investigate benefits of the method.

SB333

HENTBOLCULARDA ANTRENMAN ÖNCESİ AKUT ENERJİ İÇECEĞİ KULLANIMININ ELEMENT METABOLİZMASINA ETKİSİ

***[1]Aykut Dündar*, [1]Aykut Dündar, [2]Vedat Çınar, [3]Zarife Pancar**

[1]ADIYAMAN ÜNİVERSİTESİ BESYO/ADIYAMAN
[2]FIRAT ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ/ELAZIĞ
[3]GAZİANTEP ÜNİVERSİTESİ BESYO/GAZİANTEP

***Email :** adundar@adiyaman.edu.tr, adundar@adiyaman.edu.tr, vcinar@firat.edu.tr , zarifepancar@gantep.edu.tr*

Amaç: Araştırmada antrenman öncesi aktif olarak hentbol oynayan sporculara akut enerji içeceği uygulamasının bazı elementler üzerinde yaratacağı etkilerin belirlenmesi amaçlanmıştır. Yöntem: Araştırma grubuna 23 genç erkek hentbolcu gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılar rastgele iki gruba ayrılmıştır. Birinci grup, antrenmandan önce akut enerji içeceği takviyesi alan uygulama grubu (n:12), ikinci grup sadece antrenmana katılan kontrol grubunu (n:11) oluşturmuştur. Antrenmandan önce ve sonra olmak üzere katılımcılardan iki defa kan örnekleri alınmıştır. Alınan kan örneklerinde demir, kalsiyum, fosfor, magnezyum, sodyum, potasyum ve klor seviyeleri belirlenmiştir. Elde edilen verilerin analizinde SPSS 22 paket program kullanılmıştır. Gruplar arası farklılıkların tespitinde Bağımsız t testinden, grup içi farklılaşmanın belirlenmesinde ise Eşleştirilmiş örneklerde t testinden faydalanılmıştır. Bulgular: Analiz sonucunda; Gruplar arası son test karşılaştırmalarında magnezyum ve klor değerlerinde farklılıklar olduğu belirlenmiştir ($p<0,05$). Grup içi ön-son test karşılaştırmalarında ise; Kontrol grubunda herhangi bir farklılık bulunmazken ($p>0,05$), uygulama grubunun tüm parametrelerinde farklılaşma oluştuğu tespit edilmiştir ($p<0,05$). Sonuç: Sonuç olarak antrenman öncesi akut enerji içeceği kullanan sporcuların elemenet metabolizmasında kullanmayanlara oranla ciddi etkiler oluştuğu düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Antrenman, mineral, enerji içeceği

THE EFFECT OF USE OF ACUTE ENERGY BEVERAGES BEFORE TRAINING IN HANDBALL PLAYERS ON ELEMENT METABOLISM

Purpose: In the study, it was aimed to determine the effects of acute energy drink application on some elements to sportsmen who are actively playing handball before training. Method: 23 young male handball players voluntarily participated in the research group. Participants were randomly divided into two groups. The first group, the treatment group receiving acute energy drink supplementation before training (n: 12), the second group consisted only of the control group (n: 11) participating in the training. Blood samples were taken twice from participants before and after the training. Iron, calcium, phosphorus, magnesium, sodium, potassium and chlorine levels were determined in the blood samples taken. SPSS 22 package program was used in the analysis of the obtained data. An independent t test to detect differences between groups, In case of intra-group differentiation, t test was used for paired samples. Results: As a result of analysis; Differences in magnesium and chlorine values were determined in post-test comparisons between the groups ($p <0.05$). In the first and last test comparisons within the group; When there is no difference in the control group ($p <0.05$), it was determined that there was a variation in all parameters of the application group ($p <0,05$). Conclusion: As a result, it is considered that the athletes who use acute energy drink before training have serious effects compared to those who do not use it in element metabolism.

Key words: Training, mineral, energy drink

SB335

SPORCULARDA AKUT ENERJİ İÇECEĞİ TAKVİYESİNİN TİROİD METABOLİZMASINA YANITLARI

***[1]Aykut Dündar*, [1]Aykut Dündar, [2]Vedat Çınar, [2]Taner Akbulut**

[1]ADIYAMAN ÜNİVERSİTESİ BESYO/ADIYAMAN
[2]FIRAT ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ/ELAZIĞ

***Email :** adundar@adiyaman.edu.tr, adundar@adiyaman.edu.tr, vcinar@firat.edu.tr , takbulut@firat.edu.tr*

Amaç: Bu araştırmanın amacı sporculara antrenman öncesi uygulanan enerji içeceği takviyesinin tiroid ve parathormon üzerindeki etkilerin incelenmesidir. Yöntem: Araştırma grubunu 12 uygulama, 11 kontrol grubu olmak üzere toplam 23 gönüllü erkek hentbolcü oluşturmuştur. Kontrol grubu sadece birim antrenmana katılırken, uygulama grubuna antrenman öncesi enerji içeceği takviyesi verilmiştir. Antrenman başlamadan önce ve antrenman sonrasında katılımcılardan iki defa kan örnekleri alınmıştır. Alınan kan örneklerinde TSH, FT3, FT4 ve Parathormon seviyeleri tespit edilmiştir. Elde edilen verilerin analizinde SPSS 22 paket program kullanılmış ve anlamlılık düzeyi $p<0.05$ olarak kabul edilmiştir. Verilerin analizinde; gruplar arası karşılaştırmalar için Independent Samples t testi, grup içi karşılaştırmalarda ise Paired Samples t testi kullanılmıştır. Bulgular: Analiz sonucunda gruplar arası ön test karşılaştırmalarında fark bulunmazken ($p>0,05$), son test karşılaştırmalarında TSH, FT3, FT4 seviyelerinde anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($p<0,05$). Grup içi değerlendirmelerde ise; kontrol grubunun ön test-son test değerleri arasında herhangi bir farklılık görülmezken, uygulama grubunun tüm parametrelerinde farklılıklar olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$). Sonuç: Sonuç olarak birim antrenmandan önce uygulanan akut enerji uygulamasının tiroid hormon metabolizması üzerinde önemli etkiler oluşturabileceği söylenebilir. Bu durumun performans üzerinde de etkiler yaratacağı düşünülebilir.

Anahtar Kelimeler: Hentbol, tiroid, parathormon

RESPONSES OF ACUTE ENERGY BEVERAGE REINFORCEMENT TO THYROID METABOLISM IN ATHLETES

Purpose: The purpose of this study is to examine the effects of energy drink supplementation on the thyroid and parathormone before sports training. Method: A total of 23 volunteer male handball players including 12 practice teams and 11 control groups constituted the research group. While the control group only participated in unit training, the training group was given energy drink supplement before training. Two blood samples were taken before and after the training session. TSH, FT3, FT4, and parathormone levels were determined in the blood samples taken. SPSS 22 package program was used for the analysis of the obtained data and the level of significance was accepted as $p <0.05$ In the analysis of the data; Independent Samples t test was used for intergroup comparisons and Paired Samples t test was used for intra- group comparisons. Results: There was no difference in pre-test comparisons between the groups as a result of the analysis ($p> 0.05$), There were significant differences in TSH, FT3, FT4 levels in post-test comparisons ($p <0,05$). In group evaluations; if there is no difference between the pre-test and post-test values of the control group, it was determined that there were differences in all parameters of the application group ($p <0,05$). Conclusion: As a result, it can be said that acute energy application before unit training may have important effects on thyroid hormone metabolism. This can also be considered to have an impact on performance.

Key words: Handball, thyroid, parathormon

SB350

ATLETLERDE KREATİN TAKVİYESİNİN GLUKOZ, İNSÜLİN, KORTİZOL VE ACTH METABOLİZMASINA ETKİSİ

[1]Ercan Tizar, [1]Taner Akbulut, [1]Mehmet Tekdemir, [1]Vedat Çınar

[1]Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi ELAZIĞ

Email : *, , ,*

Atletlerde Kreatin Takviyesinin Glukoz, İnsülin, Kortizol ve ACTH Metabolizmasına Etkisi

Ercan Tizar, Taner Akbulut, Mehmet Tekdemir , Vedat Çınar

Özet

Amaç: Bu çalışmada uzun mesafe antrenmanları ile birlikte uygulanan kreatin takviyesinin atlerde glukoz, insülin, kortizol ve ACTH seviyelerine etkilerinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Yöntem: Araştırma grubunu 17 erkek atlet oluşturmuştur. Katılımcılar; haftada 6 gün, günde 150 dakika uzun mesafe koşuları yapan kontrol grubu (n.8) ve bu antrenmanlara ek olarak dört hafta boyunca kreatin takviyesi alan uygulama grubu (n:9) grubu olmak üzere rastgele iki gruba ayrılmıştır. Dört haftalık süreçten önce ve sonra olmak üzere katılımcılardan dinlenik durumda iki defa kan örnekleri alınmıştır. Alınan kan örneklerinde glukoz, insülin, kortizol ve ACTH seviyeleri tespit edilmiştir. Veriler SPSS 22 paket program kullanılarak analiz edilmiştir. Araştırma grubunun ön-son test verilerinin karşılaştırılması için Paired Samples T testi kullanılmıştır. Bulgular: Kontrol grubunun ön test son test değerleri analiz edildiğinde; ölçümler arasında bir farklılık olmadığı belirlenmiştir ($p>0,05$). Uygulama grubunda ise glukoz seviyesinde anlamlı bir farklılık bulunmazken ($p>0,05$), insülin, kortizol ve ACTH seviyelerinde anlamlı bir farklılaşma olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$). Sonuç: Sonuç olarak antrenmanlara ek olarak uygulanan kreatin takviyesinin glukoz dışında diğer tüm parametrelerde değişikliğe sebep olduğu görülmüştür. Bu sebeple kreatin uygulamasının hematolojik parametler üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Kreatin takviyesi, atlet, biyokimya

EFFECT OF THE CREATINE SUPPLEMENTATION ON GLUCOSE, INSULINE, CORTISOL AND ACTH METABOLISM IN ATHLETES

Effect of the Creatine Supplementation on Glucose, Insuline, Cortisol and ACTH Metabolism in Athletes

Ercan Tizar, Taner Akbulut, Mehmet Tekdemir , Vedat Çınar

Abstract

Purpose: In this study, it is aimed to determine the effects of creatine supplement applied with long distance training on the levels of glucose, insulin, cortisol and ACTH levels.

Method: The research group consisted of 17 male athletes. Participants are; a control group (n.8) with 6 days / week, 150 minutes / day long distance training, and in addition to this trainings as application group (n: 9) taking creatine supplementation for four weeks. Blood samples were taken twice from the participants in the relaxed state, before and after the four week period. Glucose, insulin, cortisol and

ACTH levels were detected in the blood samples taken. The data were analyzed by the SPSS 22 packet program. PairedSamples T test was used to compare the pre-test data of the study group.

Findings: When the pre-test post-test values of the control group were analyzed, There was no difference found between the measurements (p> 0,05). In the treatment group, while there was no significant difference in glucose level (p> 0,05), it was determined that there was a meaningful differentiation in the insulin, cortisol and ACTH levels (p <0.05).

Result: In conclusion, it has been observed that creatine supplementation, in addition to training, leads to changes in all other parameters except glucose. Therefore, it can be said that creatine application has a crucial effect on hematological parameters.

Key Words: Creatine Supplementation, athlete, biochemistry

SB353

ELİT ATLERDE KREATİN TAKVİYESİNE ENDOKRİN YANITLAR

[1]Vedat Çınar, [1]Ercan Tizar, [1]Mehmet Tekdemir, [1]Taner Akbulut

[1]Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi ELAZIĞ

Email : *, ercantizar@gmail.com, mehmet.tekdemir@gmail.com,*

Elit Atlerde Kreatin Takviyesine Endokrin Yanıtlar

Vedat Çınar ,Ercan Tizar, Mehmet Tekdemir, Taner Akbulut

Özet

Amaç: Araştırmada antrenmanlara ek olarak uygulanan kreatin takviyesinin uzun mesafe koşucularında Tiroid hormonları, LH ve FSH değerlerinde oluşturacağı etkilerin belirlenmesi amaçlanmıştır. Yöntem: Araştırma grubuna 19-22 yaş grubunda yer alan 17 elit erkek atlet gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılar antrenman grubu(n:8) ve takviye grubu (n:9) olmak üzere iki gruba bölünmüştür. Antrenman grubu haftada 6 gün, günde 150 dakika olmak üzere rutin antrenmanlarına devam etmiştir. Takviye grubu ise rutin antrenmanlara ek olarak dört hafta boyunca kreatin takviyesi almıştır. Takviyeler başlamadan önce ve bittikten sonra olmak üzere katılımcılardan 2 defa dinledik durumda kan örnekleri alınmıştır. Alınan kan örneklerinde TSH, T3, T4, LH ve FSH seviyeleri tespit edilmiştir. Elde edilen verilerin analizinde SPSS 22 paket program kullanılmıştır. Gruplar arası farklılıkların analizinde Independent Samples t testi, grup içi farklılıkların belirlenmesinde ise Paired Samples t testinden faydalanılmıştır. Bulgular: Analiz sonucunda antrenman grubunun ön test son test TSH, T3, T4, LH ve FSH değerleri arasında farklılaşma görülmemiştir ($p>0,05$). Takviye grubunun ön test son test değerleri karşılaştırıldığında; TSH, T3, T4 seviyelerinde anlamlı farklılaşmalar görülürken ($p<0,05$), LH ve FSH seviyelerinde ise anlamlı farklılıkların olmadığı belirlenmiştir ($p>0,05$). Sonuç: Sonuç olarak elit düzeydeki atletlerin uyguladığı antrenmanlara ek olarak verilen kreatin takviyesinin özellikle tiroid hormonlarında önemli değişiklikler oluşturduğu, buna bağlı olarak da sağlık ve performansı etkileyebileceği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Atlet, Kreatin, antrenman

ENDOCRINE RESPONSES TOWARDS CREATINE SUPPLEMENTATION IN ELITE ATHLETES

Endocrine Responses towards Creatine Supplementation in Elite Athletes

Vedat Çınar ,Ercan Tizar, Mehmet Tekdemir, Taner Akbulut

Abstract

Purpose: The aim of the study is to determine the effects of creatine supplementation, which is applied in addition to the training, on long-distance runners, in the levels of thyroid hormones, LH and FSH.

Method: Seventeen elite male athletes participating in the 19-22 age groups volunteered for the research group. Participants were separated into two groups: the training group (n: 8) and the supplement group (n: 9). The training group continued their routine training for 6 days a week, 150 minutes a day. The supplement group took creatine supplementation for four weeks in addition to routine training. Blood samples were taken when participants were listening 2 times before and after the reinforcements started. TSH, T3, T4,

LH and FSH levels were determined in the taken blood samples. SPSS 22 package program was used in the analysis of the obtained data. Independent samples t test was used in analyzing the differences between groups, and Paired Samples t test was used in determining of intra-group differences.

Findings: As a result of the analysis, there was no difference between pre-test post-test TSH, T3, T4, LH and FSH values of the training group ($p > 0,05$). When the pre-test post-test values of the supplement group are compared; While there were significant differences in TSH, T3, T4 levels ($p < 0,05$), there are no significant differences determined in LH and FSH levels ($p > 0,05$).

Result: As a result, in addition to the training performed by the elite athletes, it is thought that the creatine supplement, which is given in addition to this, leads to significant changes in the thyroid hormones that may affect the health and performance.

Key Words: Athlete, Creatine, Training

SB416

HIIT VE CONTİNİOUS AEROBİC ANTRENMANLAR EŞLİĞİNDE KULLANILAN ELEKTROSTİMÜLASYON UYGULAMALARININ KUVVET, DAYANIKLILIK, IGF-1 VE IGFBP-1 PARAMETRELERİ ÜZERİNE ETKİSİ

***[1]Gökhan Umutlu*, [1]Leyla Saraç, [1]Nasuh Evrim Acar, [2]Ayhan Taner Erdoğan**

[1]Mersin Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu, Mersin
[2]Uluslararası Final Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu, Girne

***Email :** gokhanumutluu@gmail.com, lsarac@mersin.edu.tr, nasuhacar@mersin.edu.tr, erdogan.a.t@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Kuvvet ve dayanıklılık antrenmanları organizma üzerinde farklı adaptasyonlar sağlamaktadır. Bu çalışmada HIIT ve Continious Aerobic(CA) antrenmanı eşliğinde kullanılan Elektrostimülasyon(NMES) uygulamasının izokinetik pik tork kuvvet, dayanıklılık, IGF-1 (İnsülin Benzeri Büyüme Faktörü-1) ve IGFBP-1(İnsülin Benzeri Büyüme Faktörü Bağlayıcı Protein-1) parametreleri üzerine etkisi incelendi. Yöntem: Araştırmaya gönüllü olarak 30 erkek öğrenci katıldı ve tüm katılımcılar ön test 60 o/sn ve 180o/sn izokinetik pik tork kuvvet ve VO2max değerlerine göre randomize olarak HIIT, HIIT+NMES, CA, CA+NMES ya da kontrol gruplarına atandı, haftada 3 gün 8 hafta antrenmanlara tabi tutuldu. Tüm antrenmanlarda oksijen kinematikleri kayıt edildi, 8 hafta sonunda sporcular son test izokinetik kuvvet, dayanıklılık ve VO2maks ölçümlerine tabi tutuldu. Kontrol grubu sadece ön ve son test ölçümlerine dahil edildi. Sporcuların ön ve son testlerde her test öncesi (pre 15 dk), 15-30 dakika sonra (post) ve testten 24 saat sonra (24h post) kan ölçümleri alındı. Serum örneklerinde IGF-1 ve IGFBP-1 analizleri biyokimya laboratuvarında sandviç ELISA yöntemi kullanılarak çalışıldı. Bulgular: Gruplar arasında izokinetik kuvvet, dayanıklılık, VO2maks, IGF-1 ve IGFBP-1 açısından fark olup olmadığını test etmek için Kruskal-Wallis H analizi yapıldı ve 60o/sn Ex.PTSağ(x2(4)=12,53, p=0,014); 60o/sn Ex.PTSol(x2(4)=10,26, p=0,036); 60o/sn Flex.PTSol(x2(4)=12,57, p=0,014); 180o/sn Flex.PTSağ(x2(4)=9,94, p=0,042); 180o/sn Flex.PTSol(x2(4)=13,22, p=0,010) değerleri arasında anlamlı bir fark bulundu. Grup içi ön test ve son test ortalamalarını karşılaştırmak için uygulanan Wilcoxon İşaretli Sıralar test analizi sonuçlarına göre ise ön test ve son test HIIT grubu IGFBP-130 dk post(Z=-2,02, p=0,04); 180o/sn Flex.PTSağ(Z=-2,20, p=0,028); HIIT+NMES IGF-124 h post(Z=-1,99, p=0,046); 180o/sn Ex.PTSağ(Z=-2,20, p=0,028); 180o/sn Flex.PTSağ(Z=-2,023, p=0,043); 180o/sn Flex.PTSol (Z=-2,20, p=0,028); CA 180o/sn Ex.PTSağ (Z=-2,00, p=0,05); 180o/sn Flex.PTSağ(Z =-1,99, p=0,05); 180o/sn Flex.PTSol (Z =-2,20, p=0,028); CA+NMES IGFBP-115 dk pre (Z=-1,99, p=0,05); IGFBP-124h post (Z=-2,20, p=0,03); 180o/sn Ex.PTSağ(Z=-2,00, p=0,05) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulundu. Sonuç: HIIT ve CA antrenmanları eşliğinde kullanılan NMES uygulamalarının kuvvet, dayanıklılık ve hormonel düzeyde önemli artışlar sağladığı görülmüştür.

THE EFFECTS OF HIIT AND CONTINIOUS AEROBIC TRAININGS COUPLED WITH ELECTROSTIMULATION APPLICATIONS ON STRENGTH, ENDURANCE, IGF-1 AND IGFBP-1 PARAMETERS

Abstract and Purpose: Strength and endurance trainings induce different adaptations on human organism. It was aimed to investigate the effects of NMES application coupled with HIIT and Continuous Aerobic trainings on isokinetic peak torque, endurance, IGF-1 and IGFBP-1 parameters in this study. Method: A total of 30 male students participated in this study voluntarily and the participants assigned to HIIT, HIIT+NMES, CA, CA+NMES and control group according to their strength, endurance, IGF-1 and IGFBP-1 pre-test results. All participants underwent training sessions 3 times per week throughout 8 weeks and were participated post tests following this process. Oxygen kinematics were recorded during all training sessions. Control group were recruited only pre and post test measurements. Serum IGF-1 and IGFBP-1 blood samples were collected 15 min pre, 30 min post and 24 hour post after the tests and were analyzed using ELISA method. Findings: A Kruskal-Wallis H test was run to compare intergroup differences in strength, endurance, IGF-1 and IGFBP-1 parameters among groups and it was reported significant differences in 60 o/sec Ex.PTRight(x2(4)=12,53, p=0,014); 60o/sec Ex.PTLeft(x2(4)=10,26, p=0,036); 60 o/sec Flex.PTLeft(x2(4)=12,57, p=0,014); 180o/sec

Flex.PTRight(x2(4)=9,94, p=0,042); 180 o/sec Flex.PTLeft(x2(4)=13,22, p=0,010) parameters, respectively. Additionally, Wilcoxon Signed-Ranks test results indicated significant intragroup differences in pre and post measurements in HIIT group in terms of IGFBP-1 30 min post(Z=-2,02, p=0,04); 180 o/sec Flex.PTRight(Z=-2,20, p=0,028); HIIT+NMES IGF-124 h post(Z=-1,99, p=0,046); 180 o/sec Ex.PTRight(Z=-2,20, p=0,028); 180 o/sec Flex.PTRight(Z=-2,023, p=0,043); 180 o/sec Flex.PTLeft (Z=-2,20, p=0,028); CA 180 o/sec Ex.PTRight (Z=-2,00, p=0,05); 180 o/sec Flex.PTRight(Z =-1,99, p=0,05); 180 o/sec Flex.PTLeft (Z =-2,20, p=0,028); CA+NMES IGFBP-1 15 min pre (Z=-1,99, p=0,05); IGFBP-1 24h post (Z=-2,20, p=0,03); 180 o/sec Ex.PTRight(Z=-2,00, p=0,05), respectively. Conclusion: It could be speculated that NMES application coupled with HIIT and Continuous Trainings induce different improvements in terms of strength, endurance, IGF-1 and IGFBP-1 parameters.

SB457

NÖROMÜSKÜLER ELEKTROSTİMULASYON VO2MAX'I GELİŞTİRMEDE ETKİLİ BİR YÖNTEM MİDİR?

***[1]Gökhan Umutlu*, [1]Leyla Saraç, [1]Nasuh Evrim Acar, [2]Ayhan Taner Erdoğan**

[1]Mersin Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu, Mersin
[2]Uluslararası Final Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu, Girne

***Email :** gokhanumutluu@gmail.com, lsarac@mersin.edu.tr, nasuhacar@mersin.edu.tr, erdogan.a.t@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Araştırmalar nöromusküler elektrostimülasyon (NMES) antrenmanının kas kuvvetinde önemli derecede artış sağladığını ve NMES ile dinamik istemli aktivitelerin sportif performansı da arttırabileceğini belirtmişlerdir. Bu çalışmada yüksek (%120-VO2max) ve düşük yoğunluktaki (%65-VO2max) antrenmanlara ek olarak kullanılan elektrostimülasyon uygulamasının vVO2max, TLIM ve kan laktat konsantrasyonları üzerindeki etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Yöntem: Araştırmaya gönüllü olarak 30 erkek öğrenci katıldı ve tüm katılımcılar ön test VO2max ve vVO2max değerlerine göre randomize olarak HIIT, HIIT+NMES, Continious Aerobic (CA), Continious Aerobic+NMES ya da kontrol gruplarına atandı, haftada 3 gün 8 hafta antrenmanlara tabi tutuldu. Tüm antrenmanlarda oksijen kinematikleri kayıt edildi, ve vVO2max testinin her kademesi sonunda ve TLim testi öncesi ve sonrasında katılımcıların kulak memesinden kan örneklemi alınarak kan laktat düzeyleri belirlendi ve 8 hafta sonunda sporcular son test vVO2max ve TLIM ölçümlerine tabi tutuldu. Bulgular: Gruplar arasında VO2max, vVO2max ve TLIM açısından fark olup olmadığını test etmek için Kruskal-Wallis H analizi yapıldı ve vVO2maxAbsolute(x2(4)=16,10, p=0,003); vVO2maxRölatif(x2(4)=14,16, p=0,007); TLimVO2maxAbsolute(x2(4)=17,16, p=0,002); TLimVO2maxRölatif(x2(4)=11,97, p=0,018); kan laktat konsantrasyonu (x2(4)=12,79, p=0,012) değerleri arasında anlamlı bir fark bulundu. Grup içi ön test ve son test ortalamalarını karşılaştırmak için uygulanan Wilcoxon İşaretli Sıralar test analizi sonuçlarına göre ise ön test ve son test HIIT grubu TLimVO2max (Z=-1,99, p=0,046); HIIT+NMES grubu VA:(Z=-2,03, p=0,04); vVO2maxAbsolute (Z=-2,20, p=0,028); vVO2maxRölatif (Z=-2,20, p=0,028); TLimVO2maxAbsolute (Z=-2,20, p=0,028); TLimVO2maxRölatif (Z=-2,20, p=0,028); CA grubu vVO2maxAbsolute (Z=-2,20, p=0,028); vVO2maxRölatif (Z=-2,20, p=0,028); TLimVO2maxAbsolute (Z=-1,99, p=0,046); TLimVO2maxRölatif (Z=-1,99, p=0,046); kan laktat konsantrasyonu (Z=-2,20, p=0,028); CA+NMES grubu RHR (Z=-2,023, p=0,043); vVO2maxAbsolute (Z=-2,20, p=0,028); vVO2maxRölatif (Z=-2,20, p=0,028); vVO2maxWatt (Z=-2,12, p=0,034) parametreleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulundu. Sonuç: Düşük ve yüksek yoğunluklu antrenmanlara ek olarak kullanılan NMES uygulamalarının VO2 düzeylerini arttırmada etkili olduğu ancak vVO2max'a ulaşılan anaerobik eşik şiddetini geliştirmede sadece düşük yoğunluklu antrenmanlara (%65-VO2max) ek olarak kullanılan NMES uygulamalarının etkili olduğu ileri sürülebilir.

IS NEUROMUSCULAR ELECTROSTIMULATION AN EFFECTIVE TOOL TO IMPROVE VO2MAX ?

Abstract and Purpose: Studies have indicated that neuromuscular electrostimulation (NMES) application results in significant increases in muscle strength and dynamic voluntary activities may also increase sport performance. The purpose of this study was to examine the effects of NMES applications in addition to high (%120 of VO2max) and low (%65 of VO2max) intensity trainings on vVO2max, TLim and blood lactate concentrations. Method: A total of 30 male students participated in this study voluntarily and the participants assigned to HIIT, HIIT+NMES, CA, CA+NMES and control group according to their vVO2max, VO2max and TLim pre-test results. All participants underwent training sessions 3 times per week throughout 8 weeks and were participated post tests following this process. Oxygen kinematics were recorded during all training sessions. Blood samples were drained from the earlobe to determine blood lactate concentration prior to exercise and at the end of every stage in vVO2max and before and after TLim testing sessions. Findings: A Kruskal-Wallis H test was run to compare intergroup differences in vVO2max, TLim and blood lactate concentrations among groups and it was reported significant differences in vVO2maxAbsolute(x2(4)=16,10,p=0,003); vVO2maxRelative(x2(4)=14,16, p=0,007); TLimVO2maxAbsolute(x2(4)=17,16,p=0,002); TLimVO2maxRelative(x2(4)=11,97, p=0,018); blood lactate concentrations (x2(4)=12,79, p=0,012) parameters, respectively. Additionally, Wilcoxon Signed-Ranks test results indicated significant intragroup differences in pre

and post measurements in HIIT group in terms of TLimVO2max:(Z=-1,99, p=0,046); HIIT+NMES Weight:(Z=-2,03, p=0,04); vVO2maxAbsolute:(Z=-2,20,p=0,028); vVO2maxRelative:(Z=-2,20, p=0,028); TLimVO2maxAbsolute:(Z=-2,20,p=0,028); TLimVO2maxRelative:(Z=-2,20, p=0,028); CA vVO2maxAbsolute:(Z=-2,20, p=0,028); vVO2maxRelative:(Z=-2,20, p=0,028); TLimVO2maxAbsolute:(Z=-1,99,p=0,046); TLimVO2maxRelative:(Z=-1,99, p=0,046); blood lactate concentration:(Z=-2,20, p=0,028); CA+NMES RHR:(Z=-2,023, p=0,043); vVO2maxAbsolute:(Z=-2,20, p=0,028); vVO2maxRelative:(Z=-2,20, p=0,028); vVO2maxWatt: (Z=-2,12, p=0,034) respectively. Conclusion: It could be speculated that NMES application coupled with high and low intensity trainings could be effective to improve VO2max performance. However, it was found that NMES application was more effective in improving the anaerobic threshold capacity at a training intensity at % 65 of VO2max.

SB462

AMERİKAN FUTBOLCULARI, FUTBOLCULAR VE SEDANTER BİREYLERİN SEGMENTAL VÜCUT KOMPOZİSYON ANALİZLERİ VE BAZAL METABOLİZMA HIZLARININ KARŞILAŞTIRILMASI

[1]Pamukkale Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Denizli

Giriş ve Amaç: Futbol, sporcuların aerobik, anerobik, kuvvet, güç, koordinasyon, sürat gibi birçok özelliğini etkileyen yüksek şiddetli, aralıklı yüklenmeleri, dayanıklılığı, çabuk sprintleri, koordinasyonu ve dengeyi kapsamına alan bir spor dalıdır. Amerikan futbolu da üst düzey dayanıklılık, kuvvet, esneklik, sürat, çabukluk ve strateji gibi sportif performans ve kontrol gerektiren bir takım ve temas sporudur. Bu çalışma, üniversitemiz Amerikan futbol ve futbol takımı sporcularının bazı fizyolojik ve fiziksel özelliklerinin mevcut durumunun tespiti ve sedanter öğrencilerle karşılaştırılması amacıyla gerçekleştirilmiştir.

Yöntem: Çalışmaya 48 erkek sporcu (29'u Amerikan futbol ve 19'u futbol oyuncusu) (ort yaş 21,73±2,47) ve 42 sedanter üniversite öğrencisi (ort yaş 23,16±1,46) dahil edilmiştir. Deneklerin bazal metabolizma hızı (BMH) (Fitmate-Med), biyoempedans ölçümleri (Tanita- BC 418 MA), nabız ve kan basıncı ölçümleri yapılmıştır. Sonuçlar ANOVA ve Spearman testleriyle değerlendirilmiştir.

Bulgular: Futbolcuların toplam yağ yüzdeleri, visseral yağlanmaları ve gövde yağ kitleleri sedanterlere göre düşük saptanmıştır ($p<0,05$). Öte yandan, Amerikan futbolcularında kilo, vücut kitle indeksi (VKİ), toplam kas/yağ/sıvı, sağ-sol bacak-kol yağ, gövde kas/yağ, kemik mineral ağırlıkları, hücre içi-dışı sıvı miktarları, visseral yağlanmaları ve BMH'leri her iki gruptan da istatistiksel olarak yüksek bulunmuştur ($p<0,05$). Nabız ve kan basıncı açısından gruplar arasında fark saptanmamıştır. Deneklerimizin BMH'leri ile vücut kas kitleleri, sıvı, kemik mineral ağırlıkları arasında pozitif korelasyon bulunmuştur ($p<0,05$).

Sonuç: Sonuçlar kapsamında, Amerikan futbolcularının BMH'lerinin yüksek olmasında vücut kas kitleleleri, sıvı ve kemik mineral ağırlıklarının temel belirleyici olduğu ileri sürülebilir. Yapılan sporun özellikleri, antrenman şiddet ve tipi vücut kompozisyonunun belirlenmesinde etkin rol oynamaktadır.

COMPARISON OF SEGMENTAL BODY COMPOSITION AND BASAL METABOLIC RATE AMONG AMERICAN FOOTBALL, SOCCER PLAYERS AND SEDENTARY SUBJECTS

Introduction and aim: Soccer is a sport that covers high-intensity intermittent loads, durability, quick sprints, coordination and balance that affect athletes' aerobic and anerobic strength, power, coordination and speed. American football is also a team and contact sport that requires performance and control such as high level of durability, strength, flexibility, speed and strategy. This study was conducted to determine some physiological and physical characteristics of American football and soccer players of our University team and to compare them with sedentary students.

Methods: The study included 48 male sportsmen (29 American football, 19 soccer) (mean age 21.73 ± 2.47), 42 sedentary students (mean age 23.16 ± 1.46). Body composition (Tanita-BC 418 MA) and basal metabolic rate (BMR) (Fitmate-Med), were measured. Results were evaluated by ANOVA and Spearman tests.

Results: Soccer players' total body fat mass, visceral and trunk fat mass were lower than sedentary subjects ($p <0.05$). On the other hand, body weight, body mass index, total muscle/fat/fluid weight, right-left leg-arm muscle-fat mass, trunk muscle-fat mass, bone mineral weights, intra-extracellular fluid amounts, visceral fat mass and BMR of the American footballers were higher than controls and soccer players ($p <0.05$). Heart rate and blood pressure were similar. There was a positive correlation between BMR and body muscle mass, fluid and bone mineral weights ($p <0.05$).

Conclusions: It can be suggested that, body muscle mass, fluid and bone mineral weights are the main determinants of the high level of BMR in American footballers. The characteristics of the sports, training intensity and type seem to play an important role in determining body composition

SB470

ADOLESAN SPORCULARDA SOLUNUM PARAMETRELERİNİN BRANŞLARA GÖRE KARŞILAŞTIRMASI

[2]Ercüment Erdoğan, [1]Zübeyde Şenel, [1]Tuğba Yayla

[1]Ordu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü- Ordu
[2]Ordu Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu-Ordu

Email : *ercumenterdogan22@hotmail.com, zbydsnl_28@hotmail.com, tugbaayayla@gmail.com*

Amaç: Bu araştırmada, yüzme, judo ve güreş gibi farklı spor branşları ile ilgilenen sporcularda solunum parametreleri karşılaştırılarak branşlar arasındaki farklılığın ortaya koyulması amaçlanmıştır. Metot: Çalışmaya, Judo(n=19,yaş=12.63), Yüzme(n=19,yaş=11.36) ve Güreş(n=19, yaş=13.84) branşından 10-15 yaş grubundan toplam 57 gönüllü sporcu katılmıştır. Çalışmaya katılan sporcuların boy kilo ölçümleri ile spirometri testi uygulanmıştır. Testlerden elde edilen veriler SPSS 22. programında tanımlayıcı istatistikleri, Kruskal-wallis test ve Post hoc(Dunnet) testi ile değerlendirilmiştir. Bulgular: Farklı branşlardaki sporcuların solunum parametreleri karşılaştırıldığında FVC (p=0,151)FEV1/FVC(p=0,937)PEF(p=0,306) FEF 25- 75.(p=0,226) ve MVV(p=0,113)değerinde branşlar arasında istatistiksel olarak fark bulunmamıştır(p>0,05). FEV1 değerinde güreş ve yüzme branşları arasında(p=0,050)anlamlı fark bulunmuştur (p<,05). Sonuç olarak; çalışmadan elde edilen bulgulara göre solunum özelliklerinin ölçüm yapılan branşlarda farklılık göstermediği sadece 1. saniyedeki zorlu ekspirasyon (FEV1)değerinde güreş branşındaki sporcuların yüzme branşından daha yüksek değerlere sahip oldukları tespit edilmiştir. Anahtar kelimeler; Solunum Parametreleri, Güreş, Yüzme, Judo, Spirometri.

EXAMINATION OF SOMATOTYPE CHARACTERISTICS OF SUBSTRUCTURE ATHLETES IN DIFFERENT BRANCHES

Objective: The aim of this study is to compare the respiratory parameters of athletes engaged in swimming, judo and wrestling. Method: Study sample consisted of 19 judoists (mean age: 12.63), 19 swimmers (mean age: 11.36) and 19 wrestlers (mean age: 13.84) aged between 10 and 15. Participants' height and weight were measured using the spirometry test. Data were analyzed using the Statistical Package for Social Sciences (SPSS), version 22. at a significance level of 0.05. Descriptive statistics, Kruskal-Wallis test and Post hoc test (Dunnet) were used. Findings: Participants' FVC (p = 0.151) FEV1/FVC (p = 0.937) PEF (p = 0.306) FEF25-75 (p = 0.226) and MVV (p = 0.113) values did not significant differ by branch (p>0.05). There was a statistically significant difference in FEV1 (p = 0.050) between the wrestlers and swimmers (p<0.05). Conclusion: Results indicate that participants' respiratory characteristics do not differ by branch and that wrestlers' forced expiratory volume in 1 second (FEV1) values are significantly higher than those of swimmers. Keywords: Respiratory Parameters, Wrestling, Swimming, Judo, Spirometry.

SB480

SPORCULARDA NAZAL SEPTAL DEVİASYONUN CERRAHİ OLARAK DÜZELTİLMESİNİN AEROBİK PERFORMANSI ETKİLEYEN BAZI PARAMETRELER ÜZERİNE ETKİLERİ

[1]Birgül Arslan, [2]Murat Turhan, [3]Ayşen Türk, [2]Aslı Bostancı, [1]Tuba Melekoğlu

[1]AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ, SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ, ANTALYA
[2]AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ, TIP FAKÜLTESİ, ANTALYA
[3]ANTALYA EĞİTİM VE ARAŞTIRMA HASTANESİ, ANTALYA

Email : *, , , , tubasn@hotmail.com*

Amaç: Bu çalışmanın amacı nazal septal deviasyonun cerrahi olarak düzeltilmesinin sporcularda aerobik performansı etkileyen bazı parametreler üzerine etkilerini incelemektir.

Yöntem: Araştırmaya Akdeniz Üniversitesi Hastanesi Kulak, Burun ve Boğaz Polikliniğine burun tıkanıklığı şikayetleri ile başvuran ve cerrahi operasyon kararı alan 11 gönüllü sporcu deney grubu olarak ve benzer fiziksel aktivite düzeyine sahip 11 eşleştirilmiş gönüllü kontrol grubu olarak katılmıştır. Araştırmaya katılan gönüllülerin antropometrik değerleri, burun tıkanıklık düzeyleri ve maksimal aerobik performans testi (Bruce Testi) esnasındaki kalp atım sayısı, solunum parametreleri, oksijen tüketimi gibi bazı parametreleri, cerrahi operasyon öncesinde ve 2 ay sonrasında değerlendirilmiştir. Verilerin dağılımı incelendikten sonra, gruplar arası ve grup içi farklılıkları istatistiksel olarak değerlendirmek için Bağımsız ve Bağımlı Örneklem T-Testleri kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırmaya katılan ameliyat grubunun cerrahi operasyon sonrasında burun tıkanıklık düzeylerine ve yaşam kalitelerine dair parametrelerinde dikkati çeken düzelmeler tespit edilmiştir. Diğer taraftan uygulanan kademeli olarak artan maksimal aerobik performans testinde, maksimal koşu süreleri ve ulaşılan seviyeler değişmezken, test esnasında kalp atımı, solunum değerleri ve oksijen tüketim parametrelerinde iş ekonomisinin arttığını düşündüren değişiklikler tespit edilmiştir.

Sonuç: Araştırmamızdan elde edilen sonuçlara göre, sporcularda nazal septal deviasyonun cerrahi yöntemlerle düzeltilmesinin, egzersiz esnasında iş ekonomisini arttırarak, özellikle uzun süreli aerobik çalışma gerektiren branşlarda performansı geliştireceği düşünülmektedir. Bununla birlikte, burun solunumunun iyileşmesine bağlı olarak, yaşam ve uyku kalitesinin artmasının; toparlanma süreçlerini destekleyeceği ve dolaylı olarak egzersiz performansını arttıracağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: burun, septal deviasyon, aerobik kapasite, oksijen tüketimi, septoplasti

EFFECTS OF SURGICAL CORRECTION OF NASAL SEPTAL DEVIATION ON SOME PARAMETERS AFFECTING AEROBIC PERFORMANCE IN SPORTS

Objective: The aim of this research was to examine the effect of surgical correction of nasal septal deviation on some parameters affecting aerobic performance of athletes.

Methods: Eleven volunteers, who admitted to Otolaryngology Polyclinic of Akdeniz University Hospital with complaints of nasal obstruction and decision of surgical operation, and 11 paired volunteers with the same level of physical activity participated in this study as the experimental and control groups respectively. The anthropometric values, nasal obstruction level measurements and some parameters such as heart rate, respiratory parameters, oxygen consumption during maximal aerobic performance test (Bruce Test) of the volunteers participating in the study were evaluated before surgery and following 2 months. Independent and Dependent Sample T-Tests were used to statistically assess inter-group and intra-group differences after the distribution of data was examined.

Results: Remarkable improvements were determined in the parameters of nasal obstruction and quality of life in the experimental group. On the other hand, the maximal running times and the levels during the gradually increasing maximal aerobic performance test remained constant, with creating an impression of increased work economy by the parameters of heart rate, respiration and oxygen consumption.

Conclusions: According to our results, surgical correction of nasal septal deviation in the athletes seems to increase work economy during the exercise and it may improve the performance especially in the sports branches contains long-term aerobic work. Furthermore, it can be concluded that increased quality of life and sleep quality as a result of enhanced nasal ventilation may support recovery processes, thereby enhancing exercise performance, as a secondary benefit.

Key words: nasal, septal deviation, aerobic capacity, oxygen consumption, septoplasty

SB512

MENSTRUAL DÖNGÜ ESNASINDA FARKLI SEVİYEDE ENERJİ HARCAMASININ DEĞERLENDİRİLMESİNDE SENSEWEAR ARMBANDIN GEÇERLİĞİ

***[1]Fatma Mertoğlu*, [1]Mehmet Gören Köse, [1]Ayşe Kin İşler, [1]Tahir Hazır**

[1]Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Egzersiz Ve Spor Bilimleri Bölümü, Spor Ve Antrenörlük ABD

***Email :** fatmamertoglu@gmail.com, gorenkose@hacettepe.edu.tr, ayse.kinisler@hacettepe.edu.tr, thazir@hacettepe.edu.tr*

Giriş ve Amaç:Bu çalışmanın amacı, menstrual döngünün midfoliküler(MF) ve luteal fazında(LF) farklı şiddette egzersizler esnasında enerji harcamasının değerlendirilmesinde sensewear armbandın(SWA) geçerliğini belirlemektir. Yöntem:Çalışmaya düzenli menstrual döngüye sahip n = 20 gönüllü spor okulu öğrencisi(Yaş = 20.6 ± 1.6 yıl, Menstrual döngü = 28.8 ± 2.1 gün) katılmıştır. Katılımcılar menstrual döngünün MF(7 - 9. Günler) ve LF'da(21-23. Günler) koşu bandında maksimal oksijen tüketiminin % 35 ve % 75'inde 10'ar dakika koşu egzersizi yapmışlardır. Menstrual döngünün fazları hormon analizi ile teyit edilmiştir. Koşu egzersizleri esnasında indirekt kalorimetrik yöntem(İKY) ve SWA ile enerji harcaması ölçülmüştür. Verilerin analizinde 2 x 2 x 2 (Yöntem x Menstrual Faz x Şiddet) Çok Yönlü Varyans Analizi kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkiler Pearson korelasyon katsayısı(r) ile belirlenmiştir. Bulgular:Enerji harcaması üzerine hem yöntem hem de menstrual faz etkisi anlamlı bulunmamıştır($p>0.05$). %75 şiddette enerji harcaması % 35'den anlamlı derecede yüksektir($p<0.05$). Yöntem x Menstrual Faz, Menstrual Faz x Şiddet ve Yöntem x Menstrual Faz x Şiddet etkileşim istatistikleri anlamlı değildir. Yöntem x Şiddet etkileşimi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur($p<0.05$). MF fazda IKY ve SWA'da ölçülen enerji değerleri arasındaki ilişkiler(% 35 için $r = 0.382$, % 75 için $r = 0.147$) anlamlı değildir($p>0.05$). Buna karşılık LF'de İKY ve SWA'da ölçülen enerji değerleri arasında anlamlı ilişkiler(%35 için $r = 0.495$, % 75 için $r = 0.748$) saptanmıştır($p<0.05$). Sonuç:Bu çalışmanın bulguları, menstrual döngünün farklı fazlarında enerji harcamasının benzer olduğunu, SWA'nın harcanan enerjiyi geçerli bir şekilde ölçtüğünü göstermiştir.

VALIDITY OF SENSEWEAR ARMBAND IN THE ASSESSMENT OF ENERGY EXPENDITURE AT DIFFERENT LEVELS DURING MENSTRUAL CYCLE

The purpose of this study was to determine the validity of SenseWear Armband (SWA) in assessing the energy expenditure at different exercise intensities during midfollicular (MP) and luteal (LP) phases of the menstrual cycle. Twenty volunteer women sport school students (age=20.6±1.6 yrs, Menstrual cycle=28.8±2.1 days) with regular menstrual cycle participated in this study. Participants performed treadmill running exercise for 10 minutes at 35% and 75% of their VO2max in MP (7-9 days) and LP (21-23 days) of the menstrual cycle. The phases of the menstrual cycle were confirmed with hormonal analysis. Energy expenditure during running exercise was measured with indirect calorimetric method (ICM) and SWA. For data analysis 2x2x2 (Methods x Menstrual Phase x Intensity) 3-way analysis of variance was used. Correlations among variables were determined with Pearson's r coefficient. No significant method and menstrual phase effect was found in energy expenditure ($p>0.05$). Energy expenditure at 75% intensity was significantly higher than energy expenditure at %35 intensity ($p<0.05$). There was no significant Method x Menstrual Phase, Menstrual Phase x Intensity, and Method x Menstrual Phase x Intensity interaction effect ($p>0.05$), however Methods x Intensity interaction effect was significant ($p<0.05$). At MP the correlations between energy values from ICM and SWA was not significant (for 35% $r=0.382$, for 75% $r=0.147$, $p>0.05$). In contrast significant correlation was found between energy values from ICM and SWA at LP (for 35% $r=0.495$; for 75% $r=0.748$; $p<0.05$). The results of the present study indicated that energy expenditure at different menstrual phases was similar and SWA was a valid method assessing energy expenditure.

SB513

ELİT TÜRK KADIN VOLEYBOLCULARDA PATLAYICI KUVVET PERFORMANSI VE GÜÇ/KUVVETLE BAĞLANTILI GEN POLİMORFİZMLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN BELİRLENMESİ

***[1]Esin Ergin*, [2]Nurten Dinç, [3]Tahir Atik , [4]Selda Bereket Yücel, [5]Esra Işık**

[1]AYDIN ADNAN MENDERES ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ AYDIN
[2]MANİSA CELAL BAYAR ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ MANİSA
[3]EGE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ İZMİR
[4]MARMARA ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ İSTANBUL
[5]EGE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ İZMİR

***Email :** esinergin7@gmail.com, nurten.dinc@hotmail.com , tahiratik@yahoo.com , seldabereket@hotmail.com , esrabadak36@gmail.com*

Amaç: Bu çalışma Elit Türk kadın voleybolcularda literatürde güç\kuvvet ile bağlantılı bulunan NOS3 (rs2070744), AMPD1 (rs17602729), PPARG (rs1801282) ve HIF1A (rs11549465) gen polimorfizmlerinin patlayıcı kuvvet ile ilişkisini ortaya koymayı amaçlamıştır. Gereç ve Yöntem: Bu çalışmaya 18 yaş üzeri Türkiye Sultanlar ve 1. Liglerinde oynayan 72 elit Türk kadın voleybolcu (22,36±4,2 yıl, 180,10±7,0 cm, 66,91±8,8kg, 18,93±4,4 kg/cm2) gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılardan araştırma sürecinde sıçrama testleri öncesinde ön koldan 2cc venöz kan örneği alınmıştır. Ardından antropometrik ölçümleri alınan katılımcıların patlayıcı kuvvet performanslarını değerlendirebilmek amacıyla sıçrama testleri (statik dikey sıçrama, yaylanarak sıçrama) uygulanmıştır. Alınan kan örneklerinde NOS3 (rs2070744), AMPD1 (rs17602729), PPARG (rs1801282) ve HIF1A (rs11549465) polimorfizm analizleri çalışılmıştır. Verilerin istatistiksel analizinde; genotip dağılım incelenmiş ve normallik testi uygulanmıştır. Verilerin normal dağılım göstermemesi nedeniyle patlayıcı kuvvet ve ilgili gen polimorfizmleri arasındaki ilişkiyi belirlemekte Kruskal-Wallis testi yapılmıştır. Bulgular: İstatistiksel analiz sonuçlarına göre NOS3 (rs2070744) polimorfizminde genotipler %11,1 CC, %38,9 TT, %48,6 CT; AMPD1(rs17602729) polimorfizminde, %84,7 CC, %2,8 TT, %11,1 CT; HIF1A (rs11549465) polimorfizminde, %63,9 CC, %2,8 TT, %31,9 CT ve PPARG (rs1801282) polimorfizminde, %79,2 CC, %0 GG, %98,6 CG dağılım göstermektedir. Ayrıca, genotipler ile voleybolcuların statik dikey sıçrama ve yaylanarak sıçrama testleri için sırasıyla NOS3 (p=0,52 ve p=0,55), AMPD1(p=0,59 ve p=0,71), HIF1A (p=0,69 ve p=0,55), PPARG (p=0,96 ve p=0,77) genlerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farka rastlanmamıştır. Sonuçlar: Bu bulgular Elit Türk kadın voleybolcularda NOS3 (rs2070744), AMPD1 (rs17602729), PPARG (rs1801282) ve HIF1A (rs11549465) polimorfizmleri ile patlayıcı kuvvet arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkinin olmadığını ortaya koymuştur. Anahtar kelimeler: NOS3, AMPD1,HIF1A, PPARG, voleybol, patlayıcı kuvvet

DETERMINATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN EXPLOSIVE POWER AND STRENGTH/POWER RELATED GENE POLYMORPHISMS IN ELITE TURKISH WOMAN VOLLEYBALL PLAYERS

introduction: This study aims to present the relationship between the NOS3 (rs2070744), AMPD1 (rs17602729), PPARG (rs1801282) and HIF1A (rs11549465) gene polymorphisms associated with strength/power and explosive power in the literature among elite Turkish women volleyball players. Materials and Methods: 72 elit Turkish women volleyball players, over the age of 18, (22,36±4,2 years, 180,10± 7,0 cm, 66,91± 8,8 kg, 18,93± 4,4 kg/cm2) participated voluntarily in this work. 2cc venous samples were taken from the participants before the performance tests in the research process. Performance tests (static vertical jump and counter movement jump) were then applied to evaluate the explosive power performances of participants whose anthropometric measurements have been received. In the blood samples which have been taken, NOS3 (rs2070744), AMPD1 (rs17602729), PPARG (rs1801282) and HIF1A (rs11549465) polymorphism analyzes were performed. In the statistical analysis of the data, genotype distribution values were examined and normality test was applied. Kruskal-Wallis test was used to determine the relationship between explosive power and

related gene polymorphisms as the data were not normally distributed. Results: According to the statistical analysis results, genotype distributions of the groups are genotypes for NOS3 (rs2070744) polymorphism %11,1 CC, %38,9 TT, %48,6 CT; AMPD1(rs17602729) polymorphism, %84,7 CC, %2,8 TT, %11,1 CT; HIF1A (rs11549465) polymorphism, %63,9 CC, %2,8 TT, %31,9 CT ve PPARG (rs1801282) polymorphism, %79,2 CC, %0 GG, %98,6 CG Furthermore, no statistically significant difference was found in the NOS3 (p=0,52 and p=0,55), AMPD1 (p=0,59 and p=0,71) HIFIA (p=0,69 and p=0,55), PPARG (p=0,96 and p=0,77) genes for static vertical jump and counter movement jump tests of the volleyball players and genotypes. Results: These findings show that there is no statistically significant relationship between NOS3 (rs2070744), AMPD1 (rs17602729) PPARG (rs1801282) and HIF1A (rs11549465) polymorphisms and explosive power in elite Turkish female volleyball players. Key words: NOS3, AMPD1 HIF1A, PPARG, volleyball, explosive power

SB533

YAŞLILARDA BEYİN TÜREVLİ NÖROTROFİK FAKTÖR (BDNF) ÜZERİNE FİZİKSEL EGZERSİZİN ETKİSİ: DENEYSEL ÇALIŞMALARIN SİSTEMATİK DERLEMESİ

***[1]Yakup Zühtü Birinci*, [2]Şenay Şahin, [2]Şerife Vatansever**

[1]MEB-Hacı Sevim Yıldız-2 Mesleki Ve Teknik Anadolu Lisesi, BURSA
[2]Uludağ Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, BURSA

***Email :** ykpbirinci@gmail.com, skoparan2013@gmail.com, serifevatansever@yahoo.com*

GİRİŞ ve AMAÇ

BDNF, merkezi sinir sisteminde yüksek konsantrasyonlarda, esas olarak hipokampüs, serebral korteks, hipotalamus ve serebellumun beyin bölgelerinde bulunan bir proteindir. BDNF nörojenez, dendritik büyüme ve nöronların uzun süreli güçlendirilmesi de dahil olmak üzere sinir gelişimi ve işleyişinde rol oynamaktadır. Egzersiz kaynaklı BDNF artışı ile uzamsal zeka, hafıza, duygu-durum ve yürütücü işlevlerde gelişmelerin görüldüğü bir çok kanıtla ortaya koyulmuştur. Buradan hareketle bu çalışmanın amacı; yaşlı bireylerde fiziksel egzersizin BDNF üzerine etkisini analiz eden çalışmaların sistematik bir şekilde gözden geçirilmesidir. METOD Derleme için Uludağ Üniversitesi E-Kütüphanesi, Pubmed, Web of Science, Science Direct ve Google Scholar veritabanlarında 2000 yılından 2018'e kadar ‘‘physical exercise’’, ‘‘physical activity’’, ‘‘BDNF’’, ‘‘neuroplasticity’’, ‘‘neurotrophins’’, ‘‘neuroplasticity proteins’’, ‘‘aging’’, ‘‘elderly’’ anahtar kelimeleri kullanılarak arama yapıldı ve PRISMA kılavuzlarına göre gözden geçirildi. Derlemeye katılımcıları yaşlılar olan, BDNF’nin ölçüldüğü ve akut ya da kronik egzersizin etkilerinin değerlendirildiği çalışmalar dahil edilmiştir. Fiziksel egzersizin yaşlılarda BDNF üzerine etkisinin olup olmadığı sorusuna cevap verebilecek çalışmalara ulaştırabilir nitelikte katılım ve dışlama kriterleri seçilmiştir. BULGULAR Sunulan çalışma kapsamında 10 randomize kontrollü çalışma ve 3 randomize kontrollü olmayan çalışma analiz edildi. Çalışmaların 11'i BDNF düzeylerinde egzersize bağlı bir artış saptamıştır. Ancak, 13 çalışmadan 2’si, egzersiz sonrası BDNF düzeylerinde farklılık göstermediğini ortaya koymuştur. 5 çalışma, aerobik egzersizin BDNF seviyelerini arttırmak için diğer egzersiz çeşitlerinden daha iyi olabileceğini gösterdi. 1 çalışma, çok yüksek sayıda tekrarlı karışık-düşük şiddetli direnç egzersizlerinin, yaşlı erkek katılımcılarda dolaşımdaki BDNF'yi arttırabildiğini gösterdi. SONUÇ Fiziksel egzersizin BDNF seviyelerini modüle ettiğini gösteren kanıtlar vardır, ancak yaşlılarla az sayıda çalışma yapılmıştır. Ayrıca, bu popülasyonda BDNF'nin periferik seviyelerini arttırmak için fiziksel egzersiz programlarının önerilerinde (yoğunluk, egzersiz tipi, sıklık, süre) bir eksiklik olduğu görülmektedir. İnsanlarda egzersiz, BDNF ye etkisi aracılığıyla nöral dokunun iyileşmesi ve bakımına yol açabilirse, nöromüsküler bozukluklarla ve sedanter bir yaşam tarzıyla ilişkili olan bilişsel hastalıklarla mücadelede güçlü bir silah haline gelebilir. Keywords: BDNF, Fiziksel Egzersiz, Yaşlılar

THE EFFECT OF PHYSICAL EXERCISE ON BRAIN-DERIVED NEUROTROPHIC FACTOR (BDNF) IN THE ELDERLY: A SYSTEMATIC REVIEW OF EXPERIMENTAL STUDIES

Introduction and Objective There is a wealth of evidence that exercise improves both cognition, mood with evidence suggesting that brain-derived neurotrophic factor (BDNF) activity may mediate these effects. The objective of this study was to conduct a systematic review of studies that analyzed the effect of physical exercise on the BDNF in elderly individuals. Methods We conducted a search in Uludağ University E-Library, Pubmed, Web of Science, Science Direct and Google Scholar from 2000 to 2018, using the following keywords: ‘‘physical exercise’’, ‘‘physical activity’’, ‘‘BDNF’’, ‘‘neuroplasticity’’, ‘‘neurotrophins’’, ‘‘neuroplasticity proteins’’, ‘‘aging’’, ‘‘elderly’’ and reviewed according to PRISMA guidelines. The articles were considered for inclusion in the review if they were studies with elderly, assessed BDNF and evaluated an acute exercise or chronic exercise (training). Inclusion and exclusion criteria were selected to be able to give an answer to the question of whether physical exercise has an effect on BDNF in the elderly. Results Ten randomized controlled trial and three randomized non-controlled trial studies were analyzed. Eleven of the studies showed an exercise-induced increase in BDNF levels. But two of thirteen studies showed no differences on BDNF levels after exercise. And six studies

showed aerobic exercise can be better for increasing BDNF levels. One study showed that only the mixed-low-resistance training program with a very high number of repetitions at a sufficiently high external resistance was able to increase circulating BDNF in older male participants.

Conclusion Evidence suggests that physical exercise modulates BDNF levels, but just few studies have been conducted with the elderly. It is also apparent that there is a deficiency in the recommendations of physical exercise programs (intensity, type of exercise, frequency, duration) to increase the levels of BDNF in this population. Keywords: BDNF, Physical Exercise, Elderly

SB534

GÜZEL SANATLAR, YABANCI DİLLER, BİLGİSAYAR-ÖĞRETİM TEKNOLOJİLERİ ÖĞRENCİLERİ VE ELİT KARATECİLERİN REAKSİYON ZAMANLARI İLE AKADEMİK BAŞARILARININ KARŞILAŞTIRILMASI

[2]Şenay ŞAHİN, [1]Yakup Zühtü Birinci, [3]Şerife Vatansever, [4]Nilay Cesur, [5]Serkan Pancar

[1]MEB-Hacı Sevim Yıldız-2 Mesleki Ve Teknik Anadolu Lisesi, BURSA
[2]Uludağ Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, BURSA
[3]Uludağ Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, BURSA
[4]Gençlik Ve Spor İl Müdürlüğü, BURSA
[5]MEB-Yeniceabat Anadolu Lisesi

Email : *skoparan2013@gmail.com, ykpbirinci@gmail.com, serifevatansever@yahoo.com, nilsucesur@hotmail.com, sdpancar@gmail.com*

GİRİŞ Reaksiyon zamanı, bir uyaranın ortaya çıkışı ve hareketin başlatılması arasında geçen süreç olarak tanımlanır. Uyaranın duyu organı tarafından alınmasını, bilginin sinir hücreleri yoluyla beyine ve beyinde işlendikten sonra kas hareketine iletilmesini içerir. Sporcular açısından başarı, çokça uyarandan doğru motor yanıtı ortaya çıkarabilmeyle ilişkilidir. Benzer şekilde akademik başarının dikkat, konsantrasyon, uyarılma düzeyi ve bilgi işlem hızına uygun olarak olumlu yollarla geliştirilebileceği de yaygın olarak bilinmektedir. Bu yönüyle bu çalışmanın amacı, güzel sanatlar, yabancı diller, bilgisayar-öğretim teknolojileri öğrencileri ve elit karate sporcuları arasındaki reaksiyon zamanını karşılaştırmaktır.

METHOD Görsel uyaranlara karşı reaksiyon zamanı bilgisayar tabanlı bir reaksiyon zamanı protokolü kullanılarak kaydedildi. Gruplar arasındaki sürekli değişkenleri karşılaştırmak için One Way ANOVA testi kullanıldı. İstatistiksel analizler için SPSS v.24 programı kullanıldı. Çalışma kapsamında 79 erkek ve 65 kadından oluşan toplam 144 katılımcı gönüllü olmuştur. Bu katılımcılar, 30 (17 erkek, 13 kadın) spor yapmayan, 86 (46 erkek, 40 kadın) güzel sanatlar, yabancı diller ve bilgisayar-öğretim teknolojileri bölümlerinde okuyan Uludağ Üniversitesi öğrencisi ve 29 (17 erkek, 12 kadın) elit karateciden oluşmaktadır. Katılımcıların yaş, kilo, boy ve vücut kütle indeksi ortalamaları sırasıyla 22.4±2.71 yaş, 68.05±15.28 kg., 171.33±9.22 cm., 21.89±4.52 kg/m2'dir.

BULGULAR Elit karatecilerin akademik başarıları güzel sanatlar, yabancı diller, bilgisayar-öğretim teknolojileri ve kontrol grubu ile karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı seviyede düşük olduğu saptanmıştır. Ancak, reaksiyon zamanı performansları incelendiğinde elit karate sporcuları ve tüm gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmıştır. Elit karateciler, akademik başarılarının düşük olmasına rağmen daha hızlı reaksiyon zamanı göstermiştir.

SONUÇ Sonuç olarak, akademik başarının reaksiyon zamanını olumlu etkileyebildiği bilinmektedir. Benzer şekilde, reaksiyon zamanının spor başarısı açısından çok daha önemli olması ve elit sporcuların motor tepkiye hazırbulunuşluklarının yüksek seviyede olması , gruplar arasındaki RT performanslarının farklılığını da açıklamaktadır. Anahtar Kelimeler: Akademik Başarı, Eğitim, Reaksiyon Zamanı

THE COMPARISON OF REACTION TIMES AND ACADEMIC ACHIEVEMENTS OF ART, FOREIGN LANGUAGES, COMPUTER-INSTRUCTIONAL TECHNOLOGY STUDENTS AND ELITE KARATE ATHLETES

Introduction and Objective Reaction Time (RT) is defined as the process that elapses between the accruing of a stimulus and initiation of the movement. And It is widely known that academic achievement can develop in positive ways in comply with attention, concentration, arousal level and information process speed.In this aspect our objective in this study was to compare RT between students of art, foreign languages (FL),computer-instructional technologies (CIT) and elite karate athletes (EKA). Methods RT against visual stimuli were recorded using a computer-based RTdeviceand body mass index (BMI) was recorded by a Bioelectrical Impedance Analyzer device (TANITA, TBF300 Japan).The One Way ANOVA test was used to compare continuous variables between groups. SPSS v.24 program was used for statistical analyzes. A total of 144 participants composed of 79 males and 65 females volunteered in the context of the study. Eighty six (46 male, 40female) university students and thirty sedantary (17 male, 13 female) who are not engaged in sports and twenty nine (17 male, 12female) EKA were included in the study after being informed about the study and obtaining their consents. Results Comparing the academic achievements with the EKA group and art, CIT, EKA and control groups; it was observed that all the groups are better than EKA. However, a significant difference was found between elite karate athletes and all groups in RT performances. EKA groups have shown faster RT , even though the academic achievement of the athletes is low. Conclusion In conclusion, it is known that academic achievement can effects RT performance positively. Similarly, the more importance of RT in terms of sporting success also explains the difference of the RT performances between the groups. In our view, the high level of elite athletes' readiness to motor response causes their fast reaction time. Keywords: Reaction Time, Sports, Academic Achievement, Education

SB536

SEZON ÖNCESİ ANTRENMAN DÖNEMİNDE ELİT GENÇ FUTBOLCULARDAKİ HEMATOLOJİK DEĞİŞİMİN İNCELENMESİ

[1]Özdemir Atar, [2]Gökmen Özen, [3]Hürmüz Koç, [2]Hüseyin Özden Yurdakul, [4]Bayram Pehlivan

[1]Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Antrenörlük Eğitimi Bölümü, ÇANAKKALE
[2]Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Bölümü, ÇANAKKALE
[3]İÇanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Antrenörlük Eğitimi Bölümü, ÇANAKKALE
[4]İstanbul Gelişim Üniversitesi Hareket Ve Antrenman Bilimleri Anabilim Dalı, İSTANBUL

Email : *ozdemiratarr@hotmail.com, gokmenozen44@gmail.com, hurmuzkoc@gmail.com, yurdakul@comu.edu.tr ,*

Amaç: Bu araştırmanın amacı futbolcularda sezon öncesi hazırlık döneminde uygulanan antrenmanların genç sporcular üzerinde yarattığı metabolik stresin hematolojik parametrelerdeki etkisinin incelenmesidir. Yöntem: Araştırmaya ülkemizde süper lig düzeyinde mücadele eden bir futbol takımının U19 takımda yer alan 14 erkek sporcu katıldı. Araştırmada sporcuların 6 hafta süren hazırlık kampının öncesinde ve kampın bitişinde alınan kan örnekleri laboratuvar koşullarında analiz edilerek hematolojik parametrelerdeki değişim incelendi. SPSS 15 paket programında Wilcoxon İşaretli Sıralar test değerleri hesaplanarak elde edilen veriler karşılaştırmaları yapıldı. İstatistiksel anlamlılık düzeyi $p > .05$ olarak kabul edildi. Bulgular: Araştırma verilerinin istatistiksel analiz sonuçlarına göre; sporcuların hazırlık kampı öncesi ve sonrası diastolik kan basıncı ve dinlenim kalp atım hızı ortalamalarında düşüş, hematolojik parametrelerden lenfosit (LYM %), ortalama eritrosit hemoglobini (MCH), ortalama eritrosit hemoglobin konsantrasyonu (MCHC) ortalamalarında ise artış yönünde istatistiksel olarak anlamlı farklılar olduğu tespit edildi ($p < .05$). Sonuç: Araştırma sonucunda genç futbolcularda sezon öncesi hazırlık kampındaki yoğun antrenman programının dayanıklılığın artışına işaret eden diyastolik kan basıncı ve dinlenim kalp atım hızında bir düşüş meydana gelmiştir. Hematolojik parametreler incelendiğinde genel olarak artış görülen parametrelerin ortalama değerleri sağlıklı yetişkinler için öngörülen referans aralıktadır. Sporcuların MCH ve MCHC düzeylerinde artışın antrenman döneminde metabolizmanın artan oksijen ihtiyacına bağlı olarak meydana gelen bir değişim olarak düşünülmektedir. Lenfosit yüzdesinde meydana gelen artış ise hazırlık döneminde yapılan antrenmanların enfeksiyon durumlarından bağımsız olarak sporcuların immün fonksiyonları üzerinde olumsuz bir etki yaratmadığını göstermektedir. Anahtar Kelimeler: Antrenman, Futbol, Sezon öncesi, Hematoloji

EXAMINATION OF HEMATOLOGICAL CHANGES DURING A PRE-SEASON PREPARATION TRAINING PERIOD IN ELITE YOUNG SOCCER PLAYERS

Purpose: The aim of this study is to examine whether a high volume of pre-season soccer-specific preparation training can lead to a change of the hematological parameters in elite young soccer players. Methods: A total of 14 elite young male soccer players who competed in the under-19 league in our country had participated in the study as volunteers. In this study, the changes in hematological parameters of participants were examined by analyzing the blood samples taken before and after the pre-season preparation training period. The data obtained were compared with the Wilcoxon Signed Ranks test in the SPSS 15 packet program. Significance level $p<0.05$ was used in all statistical analyses. Results: The results of the Wilcoxon Signed Ranks revealed that a significant decrease was found in the blood pressure and resting heart rate mean values of before and after the pre-season preparation training period of the participants while a significant increase was found in the means of participants' lymphocyte (LYM%), mean erythrocyte hemoglobin (MCH) and mean erythrocyte hemoglobin concentration (MCHC) values ($p <.05$). Conclusion: As a result of this research, the pre-season preparation training period leads to an increase in young players' the diastolic blood pressure and resting heart rate which were the indicators of athletic endurance. When the hematological parameters are examined, the mean values of the parameters that increase were in the between reference ranges for healthy adults. The increase in participants' the levels of MCH and MCHC is thought to be due to the increased oxygen demand of the metabolism during the training period. The increase in the percentage of lymphocytes

indicates that the pre-season preparation training does not have a negative effect on the immunity of the young players, regardless of the disease infections. Keywords: Hematology, Preseason, Soccer, Training.

SB574

SPORCULARIN ZİHİNSEL DAYANIKLILIK SEVİYELERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Muhammet Cihat Çiftçi*, [2]Atahan Altıntaş, [3]Baki Yılmaz**

[1]Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi , Ankara
[2]Başkent Üniversitesi , Ankara
[3]Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Ankara

***Email :** mcihatciftci@gmail.com, atahana@baskent.edu.tr, bakiyilmaz14@hotmail.com*

Araştırmanın amacı sporcuların zihinsel dayanıklılık seviyelerinin çeşitli parametrelere göre incelenmesidir. Araştırma genel tarama modelinden ilişkisel tarama modeliyle gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın evreni Ankara ilindeki sporculardan oluşmaktadır. Örneklem grubu ise ulaşılabilir örneklem yöntemiyle seçilmiş amatör, profesyonel ve milli sporculardan oluşmaktadır. Araştırmaya toplamda 191 sporcu gönüllü olarak katılmıştır (130 Erkek, 61 Kadın, Yaş Ortalamaları 21.80±3.96). Katılımcıların zihinsel dayanıklılık düzeylerini belirlemek için Sheard, Golby ve Van Wersch (2009) tarafından geliştirilen Türkçe'ye geçerliliği ve güvenirliği Altıntaş ve Koruç (2016) tarafından uygulanan Sporda Zihinsel Dayanıklılık Envanteri kullanılmıştır. Envanter güven, devamlılık ve kontrol olmak üzere üç alt boyut ve toplamda 14 maddeden oluşmaktadır. Envanterin Türkçe uyarlama çalışmasında Cronbach alfa iç tutarlık katsayıları Güven için 0.84, Devamlılık için 0.51, Kontrol için 0.79 bulunmuştur. Envanterin bu araştırma için alfa iç tutarlılık katsayıları ise Güven için 0.73, Devamlılık için 0.63, Kontrol için 0.74 bulunmuştur. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistik, T Testi, Tek Yönlü Varyans Analizi (Anova) kullanılmıştır. Bulgularda eğitim seviyesinin arttıkça zihinsel dayanıklılığın arttığı, bireysel takım sporcularının zihinsel dayanıklılık puanlarının takım sporu yapan sporculardan daha yüksek olduğu, kadınların ise kontrol alt boyutunda erkeklerden daha yüksek puan aldıkları bulunmuştur ($p<0.05$). Spor yapma yılı ve sporculuk seviyelerinin ise zihinsel dayanıklılığı etkilediği tespit edilmiştir ($p<0.05$). Sonuç olarak sporcuların zihinsel dayanıklılık düzeylerinin cinsiyet, branş, eğitim durumu, spor yapma yılı değişkenlerine göre farklılık gösterdiği incelenmiştir.

EXAMINING THE MENTAL TOUGHNESS LEVEL OF ATHLETES

The purpose of the study aims to provide information about influence of some variables on the mental toughness level of the athletes. Therefore, this study has been conducted with relational survey model which is one of the general survey model. The population of the study was composed of athletes from Ankara. In the structure of the study, a convenience sampling method was prefered. The sample group was composed of amateur, professional and national athletes. 191 athletes have participated voluntarily in this research (130 Male, 61 Female, Age Means 21.80±3.96). Sport Mental Toughness Questionnaire was used in order to determine participant's mental toughness level. SMTQ was developed by Sheard, Golby and Van Wersch (2009) and adapted to Turkish version by Altıntaş and Koruç. It consists 14 items and three sub-dimensions such as confidence, control and constancy. In adaptation study to Turkish version, consistency coefficients of SMTQ were found for Confidence 0.84, for Control 0.79 and for Constancy 0.51. In this study, internal consistency coefficients of SMTQ were found for Confidence 0.73, for Constancy 0.63 and for Control 0.74. Descriptive statistics, T Test, Anova were used in the analysis of the data. Findings show that mental toughness level increases as the education level is higher, individual sport athletes had higher mentally toughness scores than team sport athletes ($p<0.05$). Women scored higher on Control sub-dimension than men ($p<0.05$). In fact sport participation year and level of athletes was related with mental toughness ($p<0.05$). Consequently, mental toughness level of athletes differ according to the sex, branch, education grade, and participation duration variables.

SB624

AKUT EGZERSİZİN İRİSİN SEVİYESİNE ETKİSİ

[1]Tuğba Onat, [2]Hamza Küçük, [2]Seydi Ahmet Ağaoğlu, [3]Bahattin Avcı

[1]Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı, SAMSUNS
[2]Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, SAMSUN
[3]Ondokuz Mayıs Üniversitesi Tıp Fakültesi Tıbbi Biyokimya Anabilim Dalı, SAMSUN

Email : *tuba-onat@hotmail.com, hamza.kucuk@omu.edu.tr, ahmetsa@omu.edu.tr, b.avci@omu.edu.tr*

Giriş ve Amaç Son yıllarda, kasların endokrin fonksiyonunun tespit edilmesi önemli bir gelişmedir. Kaslar salgıladıkları miyokin adı verilen proteinlerle metabolizmalarını hem lokal olarak (parakrin) yönetirler, hem de kan dolaşımına salgıladıkları proteinlerle karaciğer ve yağ hücrelerindeki metabolik olayları etkileyebilirler. İrisin miyokinler arasında yeni tanımlanan ve egzersizi glikoz homeostazına bağlayan bir hormondur. Bu çalışmanın amacı akut olarak yapılan egzersizin irisin seviyesine etkisinin araştırılmasıdır.

Yöntem Çalışmaya deney grubu olarak 23 futbolcu, kontrol grubu olarak 19 sedanter katılmıştır. Katılımcılar 15 dakikalık ısınmanın ardından 6 temel core kuvvet egzersizi yapmıştır. Daha sonra katılımcılar 30 saniye dinlenmeli 10x20 metre tekrarlı sprint koşusu yapmışlardır (Set arası 3 dakika dinlenmeli toplam 2 set). Son olarak katılımcılar maksimum kalp atım hızının %80 temposunda 4x1200 metre (4x4.5 dk=18- 20 dakika; setler arası 3 dakika dinlenme) aralıklı koşular yapmışlardır. Çalışma öncesi ve sonrası katılımcılardan 5 ml kan alınmıştır. Serum irisin seviyesinin tespiti ELISA testi ile yapılmıştır. Gruplar arası farklılığın tespit edilebilmesi için Tekrarlayan Ölçümlerde ANOVA testi yapılmıştır.

Bulgular Yapılan analiz sonucuna göre futbolcuların antrenman öncesi serum seviyesi 25,02 ug/ml; antrenman sonrası 27,42 ug/ml olarak bulunmuştur. Sedanterlerin ön test serum irisin seviyesi 13,11 ug/ml; son test değerleri 14,15 ug/ml olarak tespit edilmiştir.

Sonuç Çalışma sonuçlarına göre gruplar arasında futbolcuların lehine farklılık tespit edilirken (p=0,001), grup içi farklılık tespit edilmemiştir (p=0,318). Bu sonuçlara göre futbolcuların irisin seviyesinin sedanterlerden yüksek olduğu, akut olarak yapılan egzersizin irisin seviyesine etki etmediği söylenebilir. Metabolik hastalıkların önlenebilmesinde önemli bir etkisi olan irisin hormonu ile ilgili farklı antrenman programlarının da uygulanarak, bu hormonun değişiminin araştırılması önerilebilir.

THE EFFECT OF ACUTE EXERCISE ON THE IRISIN LEVEL

Introduction and Aim The identification of endocrine functions of muscles has been a significant development recently. Muscles can both direct their metabolisms locally (paracrine) with proteins they release which are called myokine and also affect the metabolic events in liver and fat cells with the proteins they release to the blood circulation. Irisin is a recently defined hormone among myokines which connects exercise to the glucose homeostasis. The aim of this study is to look into the effect of exercise done as acute on the irisin level.

Method 23 footballers as experimental group and 19 sedanters as control group participated in the study. The participants did 6 basic core strength exercises after 15-minute warm-up. Later, the participants did 10 x 20m. repetitive sprints with 30 seconds rest (2 sets with 3-minute set breaks). Finally, the participants ran 4 x 1200m. (4 x 4,5m.; 18-20m. , 3-minute breaks between the sets) at max. heart beat %80 pace. 5 ml blood was taken from the participants before and after the study. The measurement of the level of serum irisin was carried out by ELISA Test. Repetad Measures ANOVA Test was carried out in the repetitive measurements to determine the differences between the groups.

Findings According to the analysis result, the serum level of footballers was measured 25.02 ug/ml before the training, and 27.42 ug/ml after the training. The pre-test serum irisin level of sedanters was measured 13.11 ug/ml, and the 27.42 ug/ml after the training.

Result According to the results of the analysis, no difference was determined within the groups (p=0.318) while there is a difference in favor of footballers between the groups. It can be said that the footballers have higher levels of irisin than sedanters and exercise done as acute doesn't affect the irisin level according to these results.

SB629

KUVVET ANTRENMANLARININ TESTOSTERON ÜZERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

***[1]Abdüsselam Turgut*, [2]Serhat Varol**

[1]Hitit Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, ÇORUM
[2]Milli Savunma Üniversitesi, ANKARA

Email : *abdusselamturgut@gmail.com, serhatvarol78@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Kuvvet, bir kas ya da kas grubunun bir dirence karşı koyabilme yeteneği olarak tanımlanmaktadır (Günay ve ark., 2017). Ayrıca birçok spor dalında başarı için gerekli bir özelliktir. Sistemli bir şekilde hazırlanmış kuvvet antrenmanları mekanik stres, nöromotor kontrol, metabolik talepler ve endokrin aktiviteleri gibi çoklu faktörlerin kombinasyonları ile birlikte kasın boyutu ve kuvvetini geliştirdiği bilinmektedir (Ahtianien ve ark. 2005). Bu çalışmanın amacı farklı protokol ve sürelerde uygulanan kuvvet antrenmanlarının testosteron üzerindeki etkilerini incelemektir. Yöntem: Araştırma derleme olarak hazırlanmıştır. Konu ile ilgili Türkçe ve İngilizce kelimeler Google Scholar, PubMed ve EBSCO akademik arama motorları ile aratılmış ve ilgili olan makaleler seçilmiştir. Bulgular: Ahtianien ve arkadaşlarının 2003 yılında yaptıkları çalışmada 21 hafta uyguladıkları kuvvet antrenmanının testosteron üzerine etkisini incelemişler ve sonuç olarak antrenmanlardan önce ve sonra ölçülen testosteron seviyelerinde değişiklik olmadığı bulunmuştur. Ahtianien ve arkadaşlarının 2004 yılında yaptıkları çalışmada kuvvet antrenmanlarının akut olarak testosteron seviyesini yükselttiği bulunmuştur. Ahtianien ve arkadaşları 2005 yılında yaptıkları çalışmada altı aylık kuvvet antrenmanının etkilerini incelemişler ve sonuç olarak antrenmanlardan önce ve sonra ölçülen testosteron seviyelerinde değişiklik olmadığı bulunmuştur. Crewther ve arkadaşlarının 2016 yılında yaptıkları çalışmada 4 haftalık kuvvet antrenmanının testosteron üzerine etkisini incelemişler ve sonuç olarak testosteron seviyelerinde artış olduğu bulunmuştur. Rahimi ve arkadaşlarının 2010 yılında yaptıkları çalışmalarında farklı dinlenme süreleri ile uygulanan kuvvet antrenmanın testosteron üzerine akut etkilerine incelemişler ve antrenman sırasında 120 saniyelik dinlenme süresi kullanıldığında kısa dinlenme sürelerine kıyasla daha fazla testosteronu artırdığı bulunmuştur. Sonuç: İncelenen çalışmalarda uzun süre uygulanan kuvvet antrenmanlarının testosteron üzerine olumlu etkisi olmadığı ancak kuvvet antrenmanlarının akut olarak testosteron seviyelerini artırdığı görülmüştür. Bu artışın yapılan antrenmandaki dinlenme sürelerinin ve çalışmanın şiddeti ile de değişebildiği görülmüştür.

INVESTIGATION OF THE EFFECTS OF STRENGTH TRAINING ON TESTESTERON

Introduction and aim: Strength is defined as the ability of a muscle or muscle group to resist a resistance (Günay et al., 2017). It is also a necessary feature for success in many sports. Systemic strength training is known to develop muscle strength and strength in combination with multiple factors such as mechanical stress, neuromotor control, metabolic demands and endocrine activity (Ahtianien et al., 2005). The purpose of this study is to examine the effects of force training on testosterone on different protocols and durations. Method: The research was prepared as a review. Turkish and English words related to the subject were searched and related articles were selected with Google Scholar, PubMed and EBSCO academic search engines. Findings: Ahtianien et all examined the effect of strength training on testosterone for 21 weeks in the study they conducted in 2003 and found that there was no change in the testosterone levels measured before and after the training. Ahtiainen et all in 2004 found that strength training increased acutely the testosterone level. Ahtianien et all. examined the effects of six-month strength training in the study they conducted in 2005 and found that there was no change in testosterone levels measured before and after training. Crewther et all studied the effect of 4 weeks of strength training on testosterone in a study conducted in 2016 and found that there was an increase in testosterone levels. Rahimi et all in 2010 studied the acute effects of strength training on testosterone with different resting periods and found that when using a 120-second rest period during training, they increased more testosterone than short rest periods. Results: It has been observed that long-term strength training in the studies examined was not positively effect on testosterone, but strength training increased acutely in testosterone levels.

SB666

'İRİSİN' AEROBİK Mİ, ANAEROBİK Mİ?

***[1]Hamza Küçük*, [1]Mehmet Yalçın Taşmektepligil, [2]Bahattin Avcı**

[1]Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, SAMSUN
[2]Ondokuz Mayıs Üniversitesi Tıp Fakültesi Tıbbi Biyokimya Anabilim Dalı, SAMSUN

***Email :** hamza.kucuk@omu.edu.tr, myalcint@omu.edu.tr, b.avci@omu.edu.tr*

Giriş ve Amaç

İrisin, egzersizin metabolizma üzerindeki yararlı etkilerine aracılık ettiği öne sürülen kas dokusu tarafından salgılanan yeni bir hormondur. İrisin çoğu beyaz yağ dokusunda bulunan kahverengi yağ fenomenini indükler, bu da enerji tüketimini arttırarak metabolik parametreleri iyileştirir. Bu nedenle irisin, kardiyovasküler hastalıklar, tip 2 diyabet veya yağlı karaciğer hastalığı gibi farklı durumlara karşı hipotetik koruyucu bir rol oynayabilir. Bu çalışmanın amacı egzersiz hormonu olarak bilinen irisinin, aerobik kapasite ile mi yoksa anaerobik kapasite ile mi ilişkisi olduğunu araştırmaktır.

Yöntem

Çalışmaya 21 futbolcu katılmıştır. Aerobik kapasitenin tespit edilebilmesi için YO YO testi, anaerobik kapasitenin tespit edilebilmesi için RAST testleri uygulanmıştır. İrisin seviyesinin tespit edilebilmesi için çalışma öncesi katılımcılardan 5 ml kan alınmıştır. Serum irisin konsantrasyonları ELISA testi ile çalışılmıştır. İrisin seviyesi ile aerobik kapasite ve anaerobik kapasite arasındaki ilişkiyi tespit etmek amacıyla Pearson korelasyon analizi yapılmıştır.

Bulgular

Yapılan analiz sonucuna göre irisin seviyesi 38,17 ug/ml, aerobik kapasite 55,32 kg/ml, anaerobik kapasite 494,55 watt olarak bulunmuştur. Aerobik kapasite ile irisin arasında yüksek ilişki bulunmuştur ($p<0,001$). Benzer şekilde anaerobik kapasite ile irisin arasında da yüksek ilişki tespit edilmiştir ($p<0,001$).

Sonuç

Bu çalışma sonuçlarına göre irisin hormonunun hem aerobik kapasite ile hem de anaerobik kapasite ile yüksek ilişkili olduğu söylenebilir. Futbolcuların aerobik ve anaerobik kapasitelerinin yüksek olmasının bu sonuçlara etki ettiği ifade edilebilir. Aerobik kapasite veya anaerobik kapasitenin hangisinin daha baskın olduğunu tespit edebilmek için bu iki kapasiteye ait antrenman programlarının uygulanması ve durumun ön test ve son test olarak farklı testlerle de ölçülmesi önerilebilir.

IS 'IRISIN' AEROBIC OR ANAEROBIC?

Introduction and Aim

Irisin is a novel hormone secreted by muscle tissue that has been proposed to mediate the beneficial effects of exercise on metabolism. Irisin seems to induce a brown-like phenotype in some white adipocytes, which improves multiple metabolic parameters by increasing energy expenditure. Therefore, irisin could play a hypothetical protective role against different conditions, such as cardiovascular diseases, type 2 diabetes mellitus or fatty liver disease. The aim of this study is to investigate whether irisin, known as the hormone of exercise, is related to aerobic capacity or anaerobic capacity.

Method

21 footballers participated to the study. In order to be able to identify the aerobic capacity, the YoYo Test was conducted and RAST Tests were conducted to identify the anaerobic capacity. 5 ml of blood was taken from each participants before the study to identify the level of irisin. Serum irisin concentrations was carried out with ELISA Test. With the aim of identifying the correlation between the level of irisin and aerobic/anaorebic capacity, Pearson Correlation Analysis was made.

Findings

According to the result of the analysis, the level of the irisin was measured 38,.7 ug/ml, aerobic capacity 55.32 kg/ml, anaorebic capacity was 494.55 watt. It was found that there is a high correlation between aerobic capacity and irisin ($p<0.001$). Similarly, a high correlation was found between anaerobic capacity and irisin ($p<0.001$).

Result

According to results of this study, hormone has high correlation with both aerobic and anaerobic capacity. That footballers have high aerobic and anaerobic capacity can be said to have affected these results. It is advisable to conduct training programmes belonging to these two capacities and measure the condition with different tests.

SB671

ELİT SPORCULARDA TEKRARLAYAN LATERAL PATELLAR İNSTABİLİTE İÇİN MEDİAL PATELLAFEMORAL LİGAMENT REKONSTRUKSİYONU CERRAHİSİNİ TAKİBEN SPORA DÖNÜŞ VE FONKSİYONEL PERFORMANS

[1]Burak Ulusoy, [2]Burak Ulusoy, [3]Gülcan Harput, [4]Ramazan Akmeşe, [3]Taha İbrahim Yıldız, [4]Niyazi Ercan, [5]Nevin Ergun

[1]Çankırı Karatekin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ankara
[2]Çankırı Karatekin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı
[3]Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ankara
[4]Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi, Ankara
[5]Sanko Üniversitesi, Gaziantep

Email : *fztburakulusoy@gmail.com, , aktasgulcan@yahoo.com, rakmese@yahoo.com, yldztahaibrahim@gmail.com, dr.niyaziercan@gmail.com, nergun@gmail.com*

Giriş ve amaç Rekürren lateral patellar instabiliteyi tedavi etmek için medial patellofemoral ligament (MPFL) rekonstrüksiyonu ve tibial tüberkül osteotomisi yaygın olarak kullanılmaktadır, ancak bu prosedürleri takiben spora geri dönme konusunda sınırlı miktarda veri mevcuttur. Bu çalışmanın amacı, tekrarlayan lateral patellar instabilitesi olan elit sporcularda MPFL rekonstrüksiyonunu içeren cerrahi stabilizasyonun ardından başarılı spora dönüş de dahil olmak üzere fonksiyonel sonuçlarla ilişkili hasta faktörlerini değerlendirmektir. Yöntem 2015 ve 2018 yılları arasında tekrarlayan lateral instabilite için birincil MPFL rekonstrüksiyonu geçirmiş sporcular aynı merkezde çalışmaya dahil edildi. VKİ, cinsiyet, yaş ve yaralanma öncesi Tegner skoru dahil olmak üzere hasta demografik bilgileri kaydedildi. Tüm hastalara standart bir rehabilitasyon / post-operatif protokol uygulandı ve izokinetik güç ve fonksiyonel testler ameliyat sonrası 6 ayda yapıldı. Final Tegner skorları, spora durumu ve Kujala skorları en az 2 yıl içinde toplandı. Kategorik değişkenler için Ki-kare analizi ve sürekli değişkenler için Wilcoxon rank-sum analizi kullanıldı. Bulgular veSonuçlar tekrarlayan patellar instabilite için birincil MPFL rekonstrüksiyonu uygulanmış yaş ortalaması 19.7±3.6 yıl ve vücut kitle indeksi 23.6±2.0 olan 8 erkek sporcu ortalama 23.4 ± 9.5 süre ile takip edildi.Operasyondan 6 ay sonra toplanan izokinetik veriler, kontralateral bacağına göre sırasıyla 8.5±10.8% ve 6.9±10%'lük ortalama diz fleksiyonu ve ekstansiyon gücü defisitleri gösterdi. Sekiz sporcunun yedisi (% 85) ortalama 13.2±5.9 ay içinde spora dönebildi. Son kontrolde Kujala ve Tegner skorları sırasıyla 92.2±7.0 and 4 idi.Tekrarlayan lateral patellar instabilite için MFPL rekonstrüksiyonunu içeren cerrahi stabilizasyon, elit sporcuları spora geri döndürmek için etkili bir prosedürdür. Bu sonuçlar spora geri dönen hastalara iyi klinik sonuçlar ve düşük nüks oranı ile güvenliğini sağlamak için kullanılabilirler; bununla birlikte, lateralize bir tibial tüberkül gibi predispozan faktörler, gerektiğinde ele alınmalıdır, ancak sporculara, daha yavaş bir iyileşme ve daha uzun bir spor süresinin beklenmesi gerektiği konusunda danışmanlık yapılmalıdır. Anahtar kelimeler: medial patellofemoral ligament, spora dönüş, izokinetik, fonksiyonel performans

FUNCTIONAL TESTING AND RETURN TO SPORT FOLLOWING STABILIZATION SURGERY FOR RECURRENT LATERAL PATELLAR INSTABILITY IN ELITE ATHLETES

Purpose :Medial patellofemoral ligament (MPFL) reconstruction and tibial tubercle osteotomy are commonly used to treat recurrent lateral patellar instability, yet there are limited available data on return to sport (RTS) following these procedures. The purpose of this study is to evaluate patient factors associated with excellent functional outcomes, including successful RTS, following surgical stabilization including MPFL reconstruction in elite athletes with recurrent lateral patellar instability. Methods:Athletes undergoing primary MPFL reconstruction for recurrent lateral instability from 2015 to 2018 were identified at a single institution. Patient demographic information, including BMI, gender, age, and pre-injury Tegner score, was recorded. All patients underwent a standardized rehabilitation/post-operative protocol, with isokinetic strength and functional testing being performed at 6 months post-

operatively. Final Tegner scores, RTS status, and Kujala scores were collected at minimum of 2 years. Chi-squared analysis for categorical variables and Wilcoxon rank-sum analysis for continuous variables were used. Results :Eight men athletes at a mean age of 19.7±3.6 years; BMI 23.6±2.0 underwent primary MPFL reconstruction for recurrent patellar instability with a mean follow-up of 23.4±9.5 months. Isokinetic data collected at 6 months post-operatively demonstrated mean knee flexion and extension strength deficits of 8.5±10.8% and 6.9±10.0%, respectively, compared to the contralateral leg . Seven of the eight (87,5%) athletes were able to RTS at a mean of 13.2±5.9 months. Kujala and Tegner scores at final follow-up were 92.2±7.0 and 4, respectively. Surgical stabilization including MFPL reconstruction for recurrent lateral patellar instability is an effective procedure for returning athletes to competitive sports. However, strength deficits persist at 6 months after surgery, which may delay return to sport. These results can be used to counsel patients that return to sports is safe with good clinical outcomes and low rate of recurrence,but athletes should be counselled that a slower recovery and longer return to sport time may be expected.

SB672

ÖN ÇAPRAZ BAĞ YARALANMASI SONRASI GEÇEN SÜRENİN VE DİZ EKLEMİNDEKİ İNSTABİLİTENİN DİZ ÇEVRESİ KAS KUVVETİNE ETKİSİ

***[1]Taha İbrahim Yıldız*, [1]Serdar Demirci, [2]Burak Ulusoy, [1]Volga Bayrakcı Tunay, [3]Egemen Turhan**

[1]Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ankara
[2]Çankırı Karatekin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çankırı
[3]Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi, Ankara

***Email :** yldztahaibrahim@gmail.com, fztserdar@hotmail.com, fztburakulusoy@gmail.com, volgamel@yahoo.com, egemen.turhan@hacettepe.edu.tr*

Amaç: Cerrahi öncesi kas kuvveti, ön çapraz bağ rekonstrüksiyonu sonrası diz fonksiyonelliğinin belirlenmesinde önemli rolü vardır. Bu çalışmanın amacı, ön çapraz bağ yaralanması sonrası, cerrahiye kadar geçen sürenin ve diz eklemindeki laksitenin kas kuvvetine etkisinin araştırılmasıdır. Yöntem: Çalışmaya, ortopedi uzmanı tarafından ön çapraz bağ rüptürü tanısı ile cerrahi öncesi kliniğimize yönlendirilen 32 hasta (yaş: 26 ± 9.8 yıl, vücut kitle indeksi (VKİ): 25.6 ± 3.1 kg/m2) dahil edildi. Çalışmaya, yaralanmalarının üzerinden 3 aydan daha az zamanın geçtiği ve revizyon cerrahisi geçirmeyecek olan hastalar dahil edildi. Hastaların, Quadriseps Femoris(QF) ve Hamstring(HS) kaslarının konsantrik kas kuvvetleri 60°/s ve 180°/s açısal hızlarda izokinetik (IsoMed®2000 D&R GmbH, Almanya) dinamometre ile ölçüldü. QF ve HS kas kuvvet defisitleri ile yaralanma sonrası geçen süre ve diz eklemindeki laksite arasındaki ilişki Pearson Korelasyon analizi ile test edildi. Bulgular: Yaralanma sonrası geçen süre ile 60°/sn ve 180°/sn açısal hızlardaki QF kuvvet defisitleri arasında negatif yönlü, orta kuvvette ilişki tespit edildi (sırasıyla p=0.01, r=-0.44 ve p=0.005, r=0.48). Yaralanma sonrası geçen süre ile 60°/sn açısal hızdaki HS kuvvet defisiti arasında negatif yönlü, zayıf kuvvette (p=0.05, r=-0.34) ve 180°/sn açısal hızdaki HS kuvvet defisiti arasında negatif yönlü, orta kuvvette ilişki tespit edildi (p=0.002, r=-0.53). Diz eklemi laksitesi ile 60°/sn ve 180°/sn açısal hızlardaki QF ve HS kas kuvvet defisitleri arasında ilişki gözlenmedi (p>0.05). Tartışma: Çalışma sonucunda, yaralanma sonrası ilk haftalarda daha fazla kuvvet defisiti olduğu tespit edildi. Cerrahi öncesi kas kuvveti, cerrahisi sonrası rehabilitasyonun başarısını etkileyen önemli faktörlerden bir tanesidir. Bu nedenle yaralanma sonrası erken dönemde kuvvet defisini azaltmaya yönelik rehabilitasyon yaklaşımları üzerinde durulmalıdır. Anahtar Kelime: Ön çapraz bağ, kas kuvveti, rehabilitasyon

THE EFFECTS ELAPSED TIME AND JOINT LAXITY ON QUADRICEPS AND HAMSTRING MUSCLE STRENGTH ON PATIENTS WITH ANTERIOR CRUCIATE LIGAMENT INJURY

Purpose: Preoperative muscle strength is important factor in determining knee function after anterior cruciate ligament (ACL) reconstruction. The aim of this study was to investigate the effects of knee laxity and elapsed time after injury on Quadriceps Femoris (QF) and Hamstring (HS) muscle strength. Methods: Thirty-two patients (age: 26.8±9.8 year, body mass index (BMI): 25.6 ± 3.1 kg/m2) diagnosed with ACL injury were included to the study. Patients who will not undergo revision surgery and with less than 3 months elapsed time after the injury were only included to the study. QF and HS muscle strength were measured at 60°/s and 180°/s angular velocities with isokinetic dynamometer (IsoMed®2000 D&R GmbH, Germany). The relationship between QF and HS muscle strength deficits and elapsed time and knee laxity were analysed with Pearson Correlation analyses. Results: There were negatively fair correlation between the elapsed time after injury and QF strength deficit at 60°/s (p=0.01, r=-0.44) and 180°/s (p=0.005, r=0.48) angular velocities. There were negatively weak correlation between elapsed time after injury and HS strength deficit at 60°/s velocity (p=0.05, r=-0.34) and fair correlation between elapsed time and HS strength deficit at 180°/s angular velocity (p=0.002, r=-0.53). There were no correlation between QF and HS strength deficits and knee laxity. Conclusion: The results of the study indicate that, in the early periods of post-injury there are more strength deficits on both QF and HS muscles. Pre-surgery QF and HS strength are important factor affecting the success of post-surgical rehabilitation. Therefore, treatment strategies for recovering muscle strength should be considered before ACL surgery. Key words: Anterior cruciate ligament, muscle strength, rehabilitation

SB675

ELİT BADMİNTON VE KARATE SPORCULARININ PARMAK VURU TESTLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Engin Sağdilek*, [2]Şenay Şahin, [3]Erhan Kızıltan, [4]Canan Bastık**

[1]Bursa Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Biyofizik Anabilim Dalı
[2]Bursa Uludağ Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Antrenörlük Bölümü
[3]Başkent Üniversitesi Tıp Fakültesi Fizyoloji Anabilim Dalı
[4]Bursa Teknik Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü

Email : *esagdilek@hotmail.com, skoparan2013@gmail.com, erhankiziltan@gmail.com, canan_bastik@hotmail.com*

Giriş ve Amaç: Parmak vuru testi (PVT), üst ekstremite motor becerilerinin nicel değerlendirilmesinde kullanılan bir testtir. Maksimal istemli hareketi enerji tüketimi ve yorgunlukla ilişkilendiren çalışmalar, hareketin polifazik davranışına vurgu yapmaktadır. Daha önceki çalışmamızda elit sporcular ile sporcu olmayanlar arasında PVT'nin zamansal değişiminin farklı olduğunu göstermiştik. Bu çalışmamızda da farklı elit sporcular arasında PVT'nin zamansal değişimleri incelenmiştir.

Yöntem: Çalışmamıza 18-31 yaş arasında 17 erkek elit karate sporcusu ve 16-22 yaş arası 20 erkek elit badminton sporcusu katılmıştır. PVT, özel bir programla, deneklerden klavye üzerinde belirlenen tuşa sağ el işaret parmaklarıyla 20 s süreyle maksimal ardışık vuru yapmaları istenerek kaydedilmiştir. Veriler temporal davranış farklılıklarını yansıtan 3 periyoda bölünerek analiz edilmiştir.

Bulgular: Hareketin temporal davranışı, vurular arası sürenin zaman tabanındaki değişimi ile değerlendirilmiştir. Badminton grubunun 20 s süreli vuru performans değişimleri polifazik bir davranış deseni sergilerken, karate grubunun davranış deseni monofaziktir. Hareketin, 4. ve 15. saniyelerinde değişen performansı ile uyumlu 3 periyoda bölünerek incelenmesinde, badminton ve karate grupları arasında hiçbir periyodda korelasyon saptanmamıştır. Regresyon doğrusu eğimleri, Periyod-2 ve Periyod-3'te iki grup arasında benzerlik gösterirken Period-1'de eğim ters yönlüdür (badminton grubu yavaş bir başlangıcı takiben artan bir performans sergilerken, karate grubu harekete çok yüksek performansla başlayıp giderek yavaşlamaktadır).

Sonuç: Periyod-1, hızla tekrarlanan hareketlerin ilk 5 s içindeki performans iyileşmesini yansıtmaktadır. Anaerobik sistemde depolanmış hazır enerjinin kullanımının yanı sıra, motor programın belleğe yerleşmesi sürecini de içermektedir. Çalışmamızda karate grubunun badminton grubuna göre harekete daha yüksek bir performansla başlıyor olması ve Periyod-1 eğimlerinin zıt yönlü olması, motor programın kalıcı bellekte yerini aldığının göstergesi olarak kabul edilebilir. Periyot-1'deki bu farklılığın özellikle yaşla ilişkili olabileceğini de düşünmekteyiz. Bir ön çalışma niteliğindeki bu araştırma, PVT'nin, hareket devresinin ve egzersizin etkinliğinin değerlendirilmesinde kullanılabilecek kolay bir araç olduğunu düşündürmektedir.

INVESTIGATION OF FINGER TAPPING TESTS OF ELITE BADMINTON AND KARATE ATHLETES

Introduction and Aim: The finger tapping test (FTT) is a test used in the quantitative evaluation of upper extremity motor skills. The studies that relate the maximal voluntary movement to energy consumption and fatigue emphasize the polyphasic behavior of the movement. In our previous study we showed that the temporal variation of FTT is different between elite and non-athletes. In this study, temporal changes of FTT among different elite athletes were also investigated.

Methods: 20 badminton and 17 karate athletes were participated in our study. With a special program, FTT was recorded by asking the subjects to make a maximal sequential beat for 20 seconds with the right hand index finger. The data were analyzed by dividing into 3 periods reflecting temporal behavioral differences.

Results: The temporal behavior of movement was assessed by the change in time base of inter tapping intervals. While the badminton group tapping performance variations display a polyphasic behavior pattern, the change of the karate athletes is monophasic. The slope of the regression line shows the similarity between the two groups in Period-2 and Period-3, whereas in Period-1 the slope is opposite (while the badminton group performs increasing following a slow start, the karate group starts with very high performance and slows down).

Conclusion: Period-1 reflects the performance improvement in the first 5 second of rapidly repetitive movements. In addition to the use of stored energy in the anaerobic system, also includes the motor program process of placing in memory. The fact that the karate group in our study starts with a higher performance in motion than the badminton group and the opposite direction of the Period-1 slopes can be regarded as an indication that the motor program is in permanent memory. We also think that this difference in Period-1 may be particularly related to age.

SB681

ERKEK SPORCULARDA MONOKARBOKSİLAT TAŞIYICI 1–T1470A POLİMORFİZMİNİN KAN LAKTAT BİRİKİMİ VE LAKTAT ELİMİNASYON HIZI ÜZERİNE ETKİLERİ

***[1]Zafer Bilgin*, [1]Faruk Turgay, [1]Oya Yiğittürk, [1]Görkem Aybars Balcı, [2]Semih Aşıkovalı, [2]Burak Durmaz, [1]Onur Oral**

[1]Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Spor Sağlık Bilimleri Anabilim Dalı, İzmir
[2]Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi Tıbbi Genetik Anabilim Dalı, İzmir

***Email :** zaff23@gmail.com, fturgay@yahoo.com, oyayigitturk@hotmail.com, gorkem.aybars.balci@ege.edu.tr, semih.asikovali@ege.edu.tr, burak.durmaz@ege.edu.tr, dronuroral@hotmail.com*

ÖZET

Giriş ve Amaç: Laktadın hücrelerden eliminasyonu (LE), monokarboksilat taşıyıcı proteinler (MCTs) aracılığıyla gerçekleştirilir. MCT'lerdeki bir polimorfizm LE'yi etkileyebilir. Anaerobik spor yapan kişilerde MCT1-T1470A polimorfizmi (MCT1P)'nin kan laktat birikimi (LA) ve laktat eliminasyon hızı (LEH) üzerine etkisi belirsizdir. Bu çalışmanın amacı; erkek sporcularda MCT1P'nin kan LA ve LEH üzerine etkilerinin araştırılmasıdır.

Metodlar: 42 anaerobik spor yapan antrene erkek sporcu (yaş; 21,78±2,67) ve kontrol grubu olarak 39 sedanter bireylerden (yaş; 23,02±3,28) alınan kan örneklerinden hemogramlar bakıldı. Dayanıklılık performanslarını belirlemek için yoyo aralıklı toparlanma testi (seviye 1) uygulandı. Bu maksimal test bitiminden 5, 15 ve 30 dk. sonra parmak ucundan kan örneklerinden laktat konsantrasyonları (YSI 1500 laktat analizörü ile) belirlendi. Aynı testin bitiminden 15dk ve 30dk'daki laktat değerleri ile 5dk'daki laktat değeri arasındaki farkın sırasıyla 10 ve 25'e bölünmesiyle elde edilen LEH'ler; LEH-15 ve LEH-30 şeklinde isimlendirildi. MCT1P, periferik kandan elde edilen genomik DNA'lardan polimeraz zincir reaksiyonu sonrasında restriksiyon fragman uzunluğu polimorfizmi analizi ile belirlendi. Bulgular: Yoyo testi sonrası elde edilen laktat değerleri ve laktat eliminasyon hızları (LEH-15 ve LEH-30) için sporcu ve kontrol grupları arasında anlamlı fark saptanmadı (p>0,05). Sporcu (n=24) ve kontrol (n=24) genotip grupları; T allelini taşıyan taşıyıcı grup (TTG; T+TA) ve A allelini homozigot (AA) olarak taşıyan A homozigot grup (AHG) arasında belirtilen laktat değerleri ve LEH'ler için anlamlı bir fark saptanmadı (p>0,05). Bu sonuçlar üzerinde belirtilen polimorfizmin herhangi bir rolü gözlenmedi. Sonuçlar: Bu bulgular anaerobik spor yapan erkek sporcularda maksimal bir test sonrası MCT1-T1470A polimorfizminin laktat birikimi ve LEH'ler üzerinde anlamlı bir rolü olmadığını işaret eder. Anahtar kelimeler: monokarboksilat taşıyıcı, laktat eliminasyonu, MCT1 T1470A polimorfizmi.

THE EFFECTS OF MONOCARBOXYLATE TRANSPORTER 1–T1470A POLYMORPHISM ON BLOOD LACTATE ACCUMULATION AND LACTATE ELIMINATION RATE IN MALE ATHLETES

ABSTRACT Introduction and Aim: Elimination of lactate from cells is facilitated via monocarboxylate transporters (MCTs). A polymorphism in MCTs can effect lactate elimination. The effects of MCT1-T1470A polymorphism (MCT1P) on blood lactate accumulation (LA) and lactate elimination rate (LER) are unclear in anaerobic sportsmen. The purpose of this study is to investigate the effects of MCT1P on blood LA and LER in male athletes. Methods: Blood samples were taken from 42 anaerobically trained athletes (ages; 21,78±2,67) and 39 sedantary males (ages; 23,02±3,28). Hemograms were determined by venous blood samples.Yoyo intermittent recovery test (level 1) was used for endurance performance. 5, 15 and 30 minutes after the maximal Yoyo test, blood samples were taken from finger tips to determine LA (by YSI 1500 lactate analyzer). To obtain LER-15, the difference between the LA values of 5th min and 15th min was divided by 10, and to obtain LER-30, the difference between the LA values of 5th min and 30th min was divided by 25. After polymerase chain reaction-analysis using the genomic DNA samples from the peripheral blood; MCT1P was determined by restriction fragment length polymorphism analysis. Results: There was no significant difference between athletes and control groups for LA values and for LEH-15 and LEH-30 (p> 0.05). There was no significant difference for LA values and LEHs

between T carrier (TT + TA) and homozygous groups A (AA) of total 48 people ($p > 0.05$). No role of this polymorphism on these results was observed.

Conclusions: These findings suggest that MCT1-T1470A polymorphism has no significant role on lactate accumulation and lactate elimination rate after a maximal exercise test in anaerobically trained male athletes.

Keywords: monocarboxylate transporter, lactate elimination, MCT1 T1470A polymorphism

SB739

STZ İLE DİYABET OLUŞTURULAN RATLARDA QUERCETİN UYGULAMASININ VE EGZERSİZİN PLAZMA SİTOKİN DÜZEYLERİNE ETKİSİ

[1]Bingöl Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, BİNGÖL

Email :

Bu çalışmada streptozotosin (STZ) ile deneysel diyabet oluşturulan sıçanlarda koruyucu amaçla quercetin uygulamasının ve egzersizin plazma sitokin (IL-1, TNF-α, IL-6 ve IL-10) düzeylerine etkilerinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Çalışmada canlı ağırlıkları birbirine yakın 32 adet yetişkin erkek Wistar Albino sıçan kullanıldı. Denemede kullanılan hayvanlar Kontrol (K), Quercetin (Q), Egzersiz (E), Diyabet (D), Diyabet + Quercetin (DQ), ve Diyabet + Egzersiz (DE) olmak üzere 6 eşit gruba ayrıldı. D, DQ ve DE gruplarına 60 mg/kg STZ tek doz enjekte edildi (i.p). Q ve DQ grubuna (diyabet oluştuktan sonra) ise 15 mg/kg canlı ağırlık/gün quercetin deneme boyunca enjekte (i.p) edildi. E ve DE gruplarına ise deneme boyunca yüzme egzersizi yaptırıldı. Deneme sonunda alınan kan örneklerinde IL-1, TNF-α, IL-6 ve IL-10 düzeyleri belirlendi. D grubunda IL-1, TNF-α, IL-6 düzeylerinin önemli düzeyde arttığı, IL-10 düzeyinin ise azaldığı belirlenmiştir ($p<0.05$). Qercetin ve egzersiz uygulaması yaptırılan gruplarda ise bu parametrelerin kontrol grubundaki değerlere yaklaştığı gözlenmiştir. Sonuç olarak; STZ ile diyabet oluşturulan ratlarda incelenen parametrelerde meydana getirdiği olumsuz etkilerinin iyileştirilmesinde, quercetin ve düzenli yüzme egzersiz uygulamasının olumlu etkileri olduğu belirlenmiştir.

EFFECT OF QUERCETIN ADMINISTRATION AND EXERCISE ON PLASMA CYTOKINE LEVELS IN RATS WITH STZ INDUCED DIABETES

In this study, it was aimed to determine the effects of preventive quercetin administration and exercise on plasma cytokine (IL-1, TNF-α, IL- 6, and IL-10) levels in rats with streptozotocin (STZ) induced experimental diabetes. 32 adult male Wistar Albino rats of similar liveweight were used in the study. Animals used in the study were assigned into 6 groups containing an equal number of rats as the Control group (C), Quercetin group (Q), Exercise group (E), Diabetes group (D), Diabetes + Quercetin group (DQ), and Diabetes + Exercise group (DE). A single dose of intraperitoneal (i.p.) 60 mg/kg STZ was injected into the rats in the D, DQ, and DE groups. 15 mg/kg live body weight per day quercetin was injected i.p. throughout the trial into the rats in the Q and DQ groups after the development of diabetes. On the other hand, the rats in E and DE groups were given blocks of swimming exercises during the experiment. The levels of IL-1, TNF-α, IL-6, and IL-10 were determined in the blood samples collected from the rats at the end of the trial. In group D; IL-1, TNF-α, and IL-6 levels were significantly increased but the levels of IL-10 decreased ($p <0.05$). In the groups where quercetin and exercise were given to the rats, the levels of these parameters were observed to approach the values observed in the control group. In conclusion; in the rats with STZ induced diabetes, it was determined that the administration of quercetin and the practice of regular swimming exercises improved the untoward consequences favorably in the parameters examined in the study.

SB746

SANAL GERÇEKLİK UYGULAMASININ DİZ OSTEOARTRİTLİ YAŞLILARDA FİZİKSEL FONKSİYONLAR, DENGE VE AĞRI ÜZERİNDEKİ ETKİLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Gülşen Taşkın*, [2]Fatma Neşe Şahin**

[1]Başkent Üniversitesi Ankara
[2]Ankara Üniversitesi Ankara

Email : *gulsentaskin@hotmail.com, nesehome@hotmail.com*

Amaç: Bu çalışma; 65 yaş ve üzerindeki diz osteoartritli yaşlılarda sanal gerçeklik uygulamasının fiziksel fonksiyonlar, denge ve ağrı üzerindeki etkilerini incelemek amacıyla yapılmıştır. Yöntem: Çalışmaya Başkent Üniversitesi Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Merkezine başvuran, ACR kriterlerine göre bilateral diz osteoartiriti tanısı konmuş, 65 yaş ve üzerindeki (n=60 yaş ortalaması: 73,6±6,2, n=48 (%80)'i kadın ve n=12 (%20)'si erkektir) denek katıldı. Denekler basit rasgele yöntem ile randomize edilerek eşit sayıda iki gruba ayrıldı. Birinci grup (SG grubu=30) deneklere günlük fizyoterapi programı ile birlikte üç hafta boyunca haftada beş gün yaklaşık 20 dk "Microsoft Xbox 360 KinectTM" cihazı ile denge egzersizi verildi. İkinci gruptaki (kontrol grubu) deneklere yalnızca fizyoterapi programı uygulandı. Sosyodemografik ve klinik parametreleri kayıt edildi. Deneklere çalışmanın başında ve çalışmanın tamamlandığı üçüncü haftanın sonunda "Zamanlı Kalk ve Yürü Testi", "Sandalyede Otur- Kalk Testi", "De Morton Mobilite İndeksi (DEMMİ)", "Western Ontario and McMaster Üniversitesi Osteoartrit İndeksi (WOMAC)" ve "Fiziksel Aktivite Değerlendirme Anketi (FADA)" uygulandı. Elde edilen verilerin analizinde gruplar arasındaki farkın anlamlılığını değerlendirmek için sürekli değişkenlerde; Student-t Test, kesikli değişkenlerde ise; Ki-Kare testi uygulandı. Tekrarlayan ölçümler arasındaki fark ve randomize grupların bu farka etkisi 2x1 faktöriyel ANOVA ile değerlendirildi. Tüm istatistiksel analizler için güven aralığı p≤0,05 olarak kabul edildi. Bulgular: İstatiksel analiz sonuçlarına göre; gruplar arasında tedavi öncesi ve tedavi sonrası yapılan ölçümlerde, yaş ve VKI değerleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (p>0,05). Grup içi ve gruplar arası yapılan karşılaştırmalar sonucunda, DEMMI, Zamanlı Kalk ve Yürü Testi, Sandalyede Otur-Kalk Testi, WOMAC ve FADA değerlerinde istatiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur (p≤0,05). İstatiksel analiz sonuçlarına göre Eta2' ler incelendiğinde bu anlamlı farklılıkların SG grubunda daha yüksel olduğu bulunmuştur. Sonuç: Çalışmadan elde edilen sonuçlar; fizyoterapi programıyla birlikte uygulanan kinect ile denge egzersizinin, yaĞlıların fiziksel fonksiyonları, denge ve ağrıları üzerinde klasik fizyoterapi programlarından daha etkili olduğunu göstermektedir.

THE EFFECTS OF VIRTUAL REALITY EXERGAMING PROGRAM ON PHYSICAL FUNCTION, BALANCE AND PAIN IN ELDERLY PARTICIPANTS WITH KNEE OSTEOARTHRITIS

Purpose: This study investigates the effects of Virtual Reality Exergaming Program on physical function, balance and pain in elderly people with knee osteoarthritis.

Material and Methods: Participants (n=60, mean age=73.6±6.2 years, 48 (80%) women and 12 (20%) percent are male) were elderly people with bilateral primary knee osteoarthritis according to American College of Rheumatology (ACR) criteria at Ayaş Physical Therapy and Rehabilitation Center of Başkent University. The participants were randomly divided into 2 groups. First group (n=30) has taken Virtual Reality (VR) balance training with the Microsoft Xbox 360 Kinect™ device for 20 minutes 5 days a week for 3 weeks. Second group (control group) (n=30) was given only conventional physiotherapy programs. Sociodemographic and clinical characteristics of participants were recorded. "Timed Up and Go Test", "Sit to Stand Test", "Western Ontario and McMaster Universities Osteoarthritis Index (WOMAC)", "De Morton Mobility Index (DEMMI) and Physical Activity Assessment Questionnaire were applied all the participants before and after the treatments (3rd week). In the analysis of the data obtained to assess the significance of the difference between the groups student's t-test for continuous variables, discrete intermittent variables, Chi-square test was applied. The difference between the repeated measures and the effect of randomized groups on this difference was assessed by 2x1 faktorial ANOVA. According to the statistical analysis results; There was no significant difference between the groups in terms of age and BMI

values before and after treatment (p> 0,05). According to statistical analysis results, when Eta2 's were examined, it was found that these significant differences were higher in VR group.

Result: As a result of the study; it is seen that the balance exercise applied with kinetic device together with physiotherapy program is more meaningful than the classical physiotherapy programs on the physical functions, balance and pain of the elderly.

SB752

FARKLI AÇISAL HIZLARDA RECTUS FEMORİS KAS MİMARİSİ İLE ZİRVE GÜÇ PERFORMANS DEĞERLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

***[1]Fahri Safa Çınarlı*, [1]Muhammed Emin Kafkas, [2]Tülay Yıldırım**

[1]İNÖNÜ ÜNİVERSİTESİ, SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ, HAREKET VE ANTRENMAN BİLİMİ, MALATYA
[2]İNÖNÜ ÜNİVRSİTESİ, TIP FAKÜLTESİ, FİZİKSEL TIP VE REHABİLİTASYON, MALATYA

***Email :** safa.cinarli@gmail.com, mkafkas1983@gmail.com, tulay.yildirim@inonu.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Quadriceps femoris kasının anatomik yapısı ile kuvvet performansının ilişki olduğu düşünülmektedir. Araştırmanın amacı; farklı açısal hızlarda rektus femoris kasının mimari özellikleri ile izokinetik zirve güç değerleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

Yöntem: Araştırmaya en az 2 yıldır düzenli spor yapan 20 erkek (yaş: 21.1±1.41 yıl; boy: 174.9±7.20 cm; vücut ağırlığı: 69.96±6.34 kg; vücut yağ oranı: 9.57±4.51 %; beden kütle indeksi: 22.69±1.66 kg/m2) katılımcı dâhil edildi. Katılımcıların ilk gün demografik bilgileri elde edildikten sonra B mode ultrason kullanılarak dominant bacak rectus femoris kas pennasyon açısı ve kas kalınlıkları tespit edildi. İkinci gün öğleden sonra Biodex izokinetik dinamometre (Biodex Medical Systems, Inc, Shirley, NY) kullanılarak sırasıyla 300°/sn, 180°/sn ve 60°/sn hızda 5 tekrarlı dominant bacak testleri uygulandı. Elde edilen bulgular GraphPad Prism 7 kullanılarak analiz edildi. Katılımcıların farklı açısal hızlarda elde edilen performans çıktıları ve kas kalınlıkları ile kas pennasyon açıları arasındaki ilişkinin belirlenmesinde Pearson korelasyon analizi kullanıldı. Araştırmada anlamlılık düzeyi "$p<0.05$" olarak belirlendi.

Bulgular: Elde edilen bulgular incelendiğinde pennasyon açısı ile 300°/sn ($r= 0.44$; $p=0.04$); 180°/sn ($r= 0.49$; $p=0.02$) ve 60°/sn ($r= 0.51$; $p=0.02$) hızda uygulanan zirve güç çıktıları arasında pozitif yönlü orta düzeyde anlamlı korelasyon bulundu ($p<0.05$). Pennasyon açısı ile performans skorları arasındaki determinasyon katsayısı ise; 300°/s- $r=0.20$; 180°/s- $r=0.24$ ve 60°/s- $r=0.26$ olarak tespit edildi. Dahası, pennasyon açısı ile kas kalınlığı arasında pozitif yönlü yüksek düzeyde korelasyon tespit edildi ($r=0.81$; $p=0.00$).

Sonuç: Zirve kuvvet değerlerinin açıklanmasında anlamlı düzeyde ilişkiye sahip olan pennasyon açısı ve kas kalınlığının incelenmesinin önemli olduğu düşünülmektedir. Son olarak; bundan sonraki araştırmalarda farklı düzlemlerde uygulanan egzersizlerin incelemesiyle kasın davranışsal özellikleri daha anlamlı bir şekilde tespit edilebilir.

Anahtar Kelimeler: Kas mimarisi, pennasyon açısı, izokinetik, kuvvet

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN RECTUS FEMORIS MUSCLE ARCHITECTURE AND PEAK POWER PERFORMANCE VALUES IN DIFFERENT ANGLE VELOCITIES

Introduction and Aim: The anatomical structure of the quadriceps femoris muscle is thought to be related to force performance. The aim of the research is to examine the relationship between the architectural features of the rectus femoris muscle and isokinetic peak power values at different angular velocities.

Method: Twenty men participants (who have regular sports habits for at least 2 years) (age:21.1±1.41 years, height:174.9±7.20 cm, body weight:69.96±6.34 kg, body fat ratio:9.57±4.51 %; body mass index:22.69±1.66 kg/m2) were included in the research. After demographic information was obtained on the firts day of the participants, B mode ultrasoun was used to determined the pennate angle and thickness of muscle. On the second day, 5 repetitive dominant leg tests were performed at 300°/sec, 180°/sec and 60°/sec velocities respectively using Biodex dynamometer. Obtained findings were analyzed by using GraphPad Prism 7. Pearson correlation

analysis was used to examine relationship between participants' performance outcomes and muscle pennate-thickness values at different angular velocities. The level of significance in the study was determined as $p<0.05$.

Results: When the findings were examined, there was found a positive moderate correlation between the pennation angle and peak power output at 300°/s (r= 0.44; p=0.04); 180°/sn (r= 0.49; p=0.02) and 60°/sn (r= 0.51; p=0.02) ($p<0.05$). The coefficient of determination between the pennation angle and the performance scores was detected as 300°/s-r=0.20; 180°/s-r=0.24 and 60°/s-r=0.26. Furthermore, there was a positive high correlation between the pennation angle and muscle thickness (r=0.81;p=0.00).

Conslusion: It is considered that the examination of the pennation angle and muscle thickness, which have a significant level of association with the explanation of the peak force values, is important. Finally; in the following investigations, the behavioral characteristics of the muscles can be determined more meaningfully by examining the exercises applied in different planes.

Keywords: Muscle architecture, pennation angle, isokinetic, force

SB766

ELİT GÜREŞÇİLERİN UYGULADIKLARI KİLO DÜŞME YÖNTEMLERİNİN VE ETKİLERİNİN İNCELENMESİ

[1]Buğrahan Cesur, [2]Ahmet Sanioğlu

[1]Ankara Üniversitesi, Spor Biilimleri Fakültesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü
[2]Selçuk Üniversitesi, Spor Biilimleri Fakültesi,

Email : *bugrahancesur@hotmail.com, asanioglu@selcuk.edu.tr*

AMAÇ: Sıklet sporlarında kilo düşme geçmiş tarihlerden günümüze kadar devam eden ve yapılan birçok şampiyonada oldukça fazla kullanılan bir yöntem olarak karşımıza çıkmaktadır. Sporcuların bir alt sıklette daha başarılı olunacağı fikrinin bunda etkili olduğu düşünülmekte ancak bilinçsizce uygulanan kilo kaybının da organizmada oluşturabileceği sağlık problemleri ve olumsuz etkileri göz ardı edilmektedir. Bu düşünce ile çalışmamızda, elit düzeyde güreş yapan sporcularının kilo düşme yöntemleri ve etkilerinin incelenmesi ve serbest stil ile greko-romen stil arasındaki farkın belirlenmesi amaçlanmıştır. YÖNTEM: Çalışmaya U23 milli takım kategorisinde kategorisinde serbest stil ve greko-romen stilde aktif olarak güreş yapan ve katıldıkları müsabaka öncesi kilo düşme deneyimi olan toplam 100 sporcu katılmıştır. Çalışmaya katılan sporcuların kilo düşme yöntemleri ve etkilerini belirlemede Yarar ve arkadaşları (2016) tarafından geliştirilen ‘’ Sporcu kilo düşme yöntemleri ve etkileri ölçeği’’ kullanılmıştır. Serbest ve greko-romen stil sporcuların kilo düşme yöntemleri ve etkileri alt boyutları arasındaki farkı belirlemede Mann-Whitney U testi ile belirlenmiştir BULGULAR: Elde edilen verilere göre psikolojik etki, ergojenik yardımcılar, diyet ve sıvı kaybı alt boyutlarında greko-romen ve serbest stil güreşçileri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamasına rağmen, fizyolojik etki alt boyut ortalamaları arasında serbest stil güreşçilerinin greko-romen stil güreşçilerine göre istatistiksel olarak anlamlı şekilde yüksek olduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$). SONUÇ: Sonuç olarak her iki gruptaki güreşçilerinin kilo düşme ile birlikte kalp çarpıntısı, solunum güçlüğü ve nadirende olsa kas krampları ayrıca sakatlıklar yaşadığı görülmekle birlikte serbest stil güreşçilerinde bu oranın daha fazla olduğu bulunmuştur. Hem serbest stildeki hem de greko- romen stildeki güreşçilerin kilo düşme yöntemi olarak yağ tüketimini azaltmak ve yağmurlukla koşu yapmayı tercih ettikleri belirlenmiştir.

Anahtar kelimeler: Güreş; güreşçi; kilo kaybı; kilo düşme yöntemleri; kilo düşmenin etkileri

THE INVESTIGATION OF THE METHODS OF WEIGHT LOSS THE ELITE WRESTLERS CONDUCTED AND THEIR EFFECTS

AİM:The weight loss in sports is a method which has been implemented so much in several championships for a long time. It is thought that the idea that the athletes will be more successful in a lower weight is considered to be effective, but the unconscious weight loss also causes health problems and negative effects organisms may be underestimated. In this study, it is aimed to investigate weight loss methods and effects on elite wrestling athletes and determining the difference between free style and greco-roman style. METHOD: The research consist of a total of 100 athletes, who wrestle actively in the U23 national team category and experience their weight loss before the competition.In this study for determining the weight loss methods and effects of the athletes participating, was used ‘’athlete weight loss methods and effects scale’’ developed by Yarar et al (2016). Mann-Whitney U test was used for comparison of free style and greco-roman style athletes' weight loss methods and efficacy scale subscale scores. FINDINGS: Although there was no significant difference between greco-roman and free-style wrestlers in the psychological effect, ergogenic aids, diet and fluid loss subscales, physiological effect subscale averages were statistically significant between free style and greco-roman style wrestlers was found to be significantly higher ($p <0.05$). CONCLUSION: As a result, it was found that wrestlers in both groups experienced more muscle spasms-although rarely-, respiratory disorder as well as injuries yet this result was found to be higher in free style wrestlers. It was also found that both free-style and greco- roman style wrestlers prefered to reduce fat consumption and run with raincoats as a weight loss method. Key words: Effects of weight loss; weight loss; weight loss methods; wrestler; wrestling.

SB768

KADIN SUALTI HOKEYİ OYUNCULARININ BAZI FİZİKSEL VE FİZYOLOJİK PARAMETRELERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Fatih Kesepara*, [1]H.ilhan Odabaş, [1]İ.Turgay Turan**

[1]Haliç Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu

***Email :** fatihkesepara@halic.edu.tr, ilhanodabas@yahoo.com, turgayturan@halic.edu.tr*

ÖZET KADIN SUALTI HOKEYİ OYUNCULARININ BAZI FİZİKSEL VE FİZYOLOJİK PARAMETRELERİNİN İNCELENMESİ Giriş ve Amaç: Bu araştırmada sualtı hokeyi branşında kadın sporcuların elit düzeyde olanlar ve olmayanlar olarak fiziksel ve fizyolojik parametrelerin incelenmesi amaçlanmıştır. Yöntem: Bu araştırmaya 28 kadın (yaş ortalamaları 19,6±2,5, boy uzunlukları 163,6±5,8 cm ve vücut ağırlıkları 60,7±7,4) sualtı hokeyi oyuncusu katılmıştır. Çalışmada antrenman yaşına göre iki grup oluşturulmuştur. Birinci grup antrenman yaşı yedi yıl ve üzeri olan milli takım kadrosuna girmiş sporcuları, ikinci grup ise antrenman yaşı altı yıl ve daha az olan sporcuları temsil etmektedir. Sporcuların vücut ağırlıkları, boy uzunlukları, deri kıvrım kalınlıkları, yüzde yağ oranları, uzunluk ve çevre ölçümleri, aerobik dayanıklılıkları (MaxVO_2 dolaylı olarak), patlayıcı güç (dikey sıçrama), pençe kuvvetleri ve ayrıca branşa özgü kullanılan sualtı beep testi uygulanmıştır. İstatiksel analizler SPSS 15.0 paket programı ile Mann Whitney U testi ve kategorik parametrelerin gruplara göre karşılaştırmasında Ki-Kare analizi kullanıldı. Bulgular: Gruplar arasında farkı incelediğimizde boy, kilo ve kulaç uzunluğu, BKİ değerlerinde, yüzde yağ oranı, yağsız vücut ağırlığı ve yağ ağırlığı, göğüs çevre indeksi, somatotip özellikleri, dikey sıçrama, sağ pençe kuvveti, esneklik, MaxVO_2, sistolik – diastolik basınç, dinlenme kalp atım hızı parametrelerinde $p>0,05$ düzeyinde anlamlı bir fark görülmemiştir. Ayrıca gruplar arasında cormique indeks, mekik (sit up), şınav (push up), sol pençe kuvveti, sualtı beep test parametrelerinde $p<0,05$ düzeyinde anlamlı farklılık bulunmuştur. Sonuç: Antrenman yaş değişkenine göre bazı fiziksel parametrelerde fark görülmemiş iken motor testler ve branşa özgü sualtı beep test değerlerinde anlamlı derecede farklılıklar elde edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Sualtı Hokeyi, Kalp Atım Hızı, Sualtı Beep Test, Aerobik Performans, Antropometrik özellikler.

INVESTIGATION OF SOME PHYSICAL AND PHYSIOLOGICAL PARAMETERS OF WOMEN UNDERWATER HOCKEY PLAYERS

SUMMARY INVESTIGATION OF SOME PHYSICAL AND PHYSIOLOGICAL PARAMETERS OF WOMEN UNDERWATER HOCKEY PLAYERS Introduction and Aim: The aim of this study was to investigation of the physical and physiological parameters of elite and non-elite female underwater hockey players. Method: In this study, 28 female (mean age 19,6±2,5; mean height 163,6±5,8 cm; mean mass 60,7±7,4kg) underwater hockey players were participated as voluntarily. In ttihs study, two groups were formed aaccording to their training age. The first group represented the athletes who were over seven and were participated the national team previously, and the second group was presented the athletes with the training age six years or less.Body weights, height lengths, skin fold thicknesses, fat percentages, length and circumference measurements, aerobic endurance (MaxVO_2 indirectly), explosive power (via vertical jump), claw forces were measured. Also sport-specific underwater beep test was applied to participants. SPSS 15.0 package program was used for statistical analysis by examined Mann Whitney U test and Chi-square analysis to compare categorical parameters according to groups. Result: When It was examined the difference between the groups, It was found no significant differences between height, weight and femur length, percent body fat, lean body weight and fat weight, chest circumference index, somatotype characteristics, vertical jump, right paw force, flexibility, MaxVO_2, systolic - diastolic pressure, resting heart rate pulse parameters ($p>0,05$). Additionally, the significant differences were found in the parameters of cormique index, sit up, push up, left grip force, underwater beep test parameters among the groups ($p<0,05$). Conclusion: There was no difference in some physical parameters according to the training age variables, but significant differences were found in motor tests and sport- specific underwater beep test parameters. Keywords: Underwater Hockey, Number of Heart Beats, Underwater Beep Test, Aerobic Performance, Anthropometric properties.

SB770

GENÇ HALK OYUNLARI DANSÇILARININ DENGE PERFORMANSLARININ BELİRLENMESİ

***[1]Yeliz Yol Uçar*, [1]Gülbin Rudarlı Nalçakan, [2]Bora Okdan, [3]Mesut Nalçakan**

[1]Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İZMİR
[2]Ege Üniversitesi, Devlet Türk Musikisi Konservatuarı, İZMİR
[3]Eşrefpaşa Hastanesi,İZMİR

***Email :** yeliz_yelapa_54@hotmail.com, gulbın.nalcakan@ege.edu.tr, boraokdan@gmail.com, mesutn@gmail.com*

GENÇ HALK OYUNLARI DANSÇILARININ DENGE PERFORMANSLARININ BELİRLENMESİ Giriş ve Amaç: Halk oyunları, yöresel özelliklere göre farklı süre ve yoğunlukta müzik eşliğinde yapılan dans tekniklerini, becerilerini ve estetik faktörü geliştirmeyi ve bu bileşenleri dansçıların fiziksel ve fizyolojik yetenekleriyle birleştirmeyi amaçlayan sportif bir branştır. Düzenli dans çalışmaları ile kuvvet, güç, çeviklik ve dayanıklılık gibi motor becerilerin geliştiği bildirilmiş iken, dansçılarda eksikliğinde spor yaralanmalarına neden olabileceği bilinen denge duyusu üzerine yeterli bilgi bulunmamaktadır. Bu çalışmada amaç, düzenli halk oyunları çalışmalarına katılan genç halk dansçılarının statik ve dinamik denge performanslarını değerlendirmektedir. Metot: Çalışmaya 18-30 yaş arası, sağlıklı 27 halk oyunları dansçısı (1. Grup, K=11,E=16) ile kontrol grubu olarak farklı branşlarda antrene olan 16 antrene sporcu (2. Grup, K=6,E=10) ve 20 rekreasyonel aktif kişi (3. Grup, K=10,E=10) katıldı. Statik ve dinamik denge performansının değerlendirmesi izokinetik denge cihazında (PROKIN 252, Tecnobody, Bergamo-İtalya) gerçekleştirildi. Normalite testi sonucunda (Shapiro-Wilk) gruplar arası karşılaştırmalar için tek yönlü varyans analizi, farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için LSD post-hoc düzeltmesi; her bir gruptaki cinsiyet farkını saptamak için Mann Whitney U testi kullanıldı. Bulgular: Gruplar arasında dinamik dengede hedeften sapma yüzdesinde (ATE, average track error) 1.-2. (p=0.009) ve 1.-3. (p=0.018) gruplar arasında ve statik denge testinde göz kapalı konum için, sağ (p=0.047) ve sol (p=0.019) bacakta perimeter uzunluk'ta (P) ve sol bacakta elips alanı'nda (EA, elips area) (p=0.028) dansçı grup lehine anlamlı farklılık bulundu. Cinsiyet karşılaştırıldığında, 2. ve 3. grupta sağ ve sol bacakta göz açık konumda EA ve P'de, dansçı grupta ise sadece dinamik ATE'de kadınlar lehine anlamlı farklılık vardı (p≤0.05). Sonuçlar: Elde edilen sonuçlar değerlendirildiğinde, düzenli yapılan halk oyunları çalışmalarının statik ve dinamik denge performansını geliştirmede anlamlı etkisinin olduğu, kadınların erkeklere göre denge performanslarının daha iyi olduğu söylenebilir. Anahtar kelimeler: Cinsiyet, hedeften sapma yüzdesi, izokinetik sistem, perimeter uzunluk, statik denge

DETERMINATION OF BALANCE PERFORMANCES OF YOUNG FOLK DANCERS

DETERMINATION OF BALANCE PERFORMANCES OF YOUNG FOLK DANCERS Introduction and Aim: Folk dance is a sport aiming to develop techniques and skills with music by different exercise' volumes and intensities. Regular dance exercises have been reported to improve motor skills such as strength, power and endurance, but there isn't enough information on the balance performance levels in dancers known to cause sports injuries in the case of its deficiency. The purpose of this study is to assess the static and dynamic balance performances of young trained folk dancers. Methods: 27 folk dancers (Group 1,F=11,M=16), 16 trained athletes belong to different sports (group 2,F=6,M=10), and 20 recreational active subjects (Group 3,F=10,M=10) participated in the study. Static and dynamic balance performance tests were carried out on an isokinetic balance device (PROKIN 252, Tecnobody, Bergamo-Italy). It was used Oneway analysis of variance and LSD post-hoc for intergroup comparisons and the Mann Whitney U test to examine the sex difference in each group. Findings: The statistical significance was found in dancers according to 2. (p=0.009) and 3. (p=0.018) groups for the dynamic balance average track error (ATE). There were found differences during the static balance test while eyes closed in the right (p=0.047) and left (p=0.028) legs for the perimeter length (P) and in the left leg for the ellipse area (EA) in favor of dancers. There was a significant difference in EA and P in right and left legs while eyes open in the 2. and 3. groups, and only in dynamic ATE in dancer group in favor of women (p≤0.05). Conclusion: The regular folk dance exercises have a significant effect in improving the static and dynamic balance performances and the balance performance of the females is better than the males. Key words: Average track error, gender, perimeter length, isokinetic system, static balance

SB788

QUERCETİN İLE CATECHİN UYGULAMASININ, KAN LAKTAT DÜZEYİNE ETKİSİ

***[1]Mehmet Göktepe*, [1]Mehmet Göktepe, [1]Erdil Durukan, [2]Meral Miyaç Göktepe, [3]Mehmet Günay**

[1]Balıkesir Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Balıkesir
[2]Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara
[3]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

***Email :** mgoktepe06@gmail.com, mgoktepe06@gmail.com, erdurukan@hotmail.com , meral.miyac@hotmail.com, mgunay@gazi.edu.tr*

Bu çalışma, Quercetin ile birlikte Catechin uygulamasının, kan laktat düzeyine etkisini araştırmak amacıyla yapılmıştır. Araştırma, 12 adet 300-350 gr. ağırlığında erkek Wistar rat üzerinde gerçekleştirilmiştir. Çalışma protokolü Gazi Üniversitesi Hayvan Deneyleri Yerel Etik Kurulu tarafından onaylanmıştır (B.30.2.GÜN.0.05.06.00/159-12901). Ratlar kontrol grubu (n=6) ve deney grubu (n=6) olmak üzere iki gruba ayrılmıştır. Hayvanlar 10 gün karantina altına alındıktan sonra, deneyin 1. günü her bir rattan kalplerinden kan alınmış, deneyin 2. günü ratlara egzersiz uygulaması yaptırarak yine kan alınmıştır. Deneyin 3-12. günleri arasında (10 gün boyunca) deney grubundaki her bir rata günde 1 kez 20 ml/kg quercetin ve catechin maddesi, kontrol grubundaki her bir rata ise 1ml/kg %0.05 Dimetil Sülfoksit (DMSO) gavaj yoluyla verilmiştir. Deneyin 13. günü her bir rata egzersiz uygulaması yaptırılarak kalplerinden kanları alınmıştır. Deneyin 14. günü hayvanlar istirahate bırakılarak 15. gün anestezi altında kalplerinden kanları alınmıştır. Elde edilen verilerin analizinde Mann-Whitney testi kullanılmıştır. Ratların quercetin+catechin maddesi verilmeden ve verildikten sonraki değişiklikleri incelenmiş, egzersizdeki laktat düzeyleri, kontrol grubu ile deney grubu arasında karşılaştırmalı olarak araştırılmıştır. Deneyin 1. günü istirahatte ve deneyin 2. günü egzersiz uygulamasında kontrol ve deney grupları arasında anlamlı bir fark gözlenmemiştir. Deneyin 3-12. günleri arasında 10 gün boyunca quercetin+catechin maddesi verildikten sonra egzersiz uygulanan ratların sonuçlarına göre anlamlı değişikliklerin meydana geldiği gözlenmiştir. laktat miktarlarında anlamlı bir azalma meydana geldiği gözlenmiştir(P<0,05). Sonuç olarak: Quercetin ile birlikte catechin alımının, egzersizde laktat düzeyini baskıladığı bununda performansı artırıcı etkisinin olabileceği tespit edilmştir. Anahtar Kelimeler: Antioksidanlar, Flavonoidler, Quercetin, Catechin, Egzersiz, Laktat

EFFECTS OF CATECHIN AND QUERCETIN ON BLOOD LACTATE LEVEL

This study was aimed to investigate the effects of combined administration of Catechin and Quercetin on blood lactate level. The research was conducted on 12 male Wistar rats weighing 300-350 gr. Rats were divided into two groups as control group(n=6) and test group(n=6). After the rats were quarantined for 10 days; each rat heart blood was taken on the first test day (pre catechin+quercetin supplementation) , and again after they were participated to exercise on the second test day (pre catechin+quercetin supplementation). Between day 3 and 12 after testing (for 10 days), each rat in test group was given 20 ml/kg of catechin+quercetin once daily, and each rat in control group was given 1ml/kg of 0.05% Dimethyl Sulfoxide (DMSO) by gavage. On the day 13 (post catechin+quercetin supplementation), each rat was participated to exercise and taken their heart blood. On the day 14, the animals were allowed to rest and on the day 15 (post catechin+quercetin supplementation), rats heart blood were taken under anesthesia. Mann-Whitney test was used to analyze data. Changes of variables in rats before and after administration of catechin+quercetin were observed, and lactate levels during exercise were investigated comparatively between control group and test group. There was no significant difference between control and test groups during rest day and during exercise (day 2) testing. Significant changes were observed according to the results of the rats, which were practised to exercise after administration of catechin+quercetin for 10 days, between day 3 and day 12 after testing. A significant reduction was determined in lactate levels(P<0.01). Conclusion: Combined administration of catechin+quercetin was found to reduce lactate level during exercise, suggesting a performance-enhancing effect. KEYWORDS: Antioxidants, flavonoids, quercetin, catechin, exercise, lactate

SB819

KUVVETTE DEVAMLILIK ANTRENMANLARININ TENİS MAÇI SONRASI OLUŞAN KAS HASARI ÜZERİNE ETKİSİ

[2]Mehmet Şerif Ökmen, [1]Metin Polat

[1]Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Kayseri
[2]Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kayseri

Email : *mserifokmen@gmail.com, polat.metin@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Bir tenis maçı sonrası oluşacak olan kas hasarı miktarının belirlenmesi ve 8 hafta süreyle uygulanacak olan kuvvette devamlılık antrenmanlarının bu hasar miktarı üzerinde nasıl bir etki oluşturacağının incelenmesi amaçlandı.

Yöntem: Çalışmaya en az 5 yıldır tenis müsabakalarına katılan 18 yaş ve üstü 30 erkek tenisçi gönüllü olarak katıldı. Gönüllüler, 15 deney ve 15 kontrol olmak üzere iki ayrı gruba ayrıldı. Gönüllü gruplara ilk olarak 3 saat süreli uluslararası kurallara uygun olarak tenis maçı yaptırıldı. Uygulanan tenis maçında her bir saatte eş değişimi yapıldı. Maç başlamadan önce, maç biter bitmez, maçtan 24 saat ve 48 saat sonra kandan Kreatin Kinaz (CK), Laktat Dehidrogenaz (LDH), Aminotransferaz (ALT) ve Miyoglobin değerleri tespit edildi. Daha sonra her iki gruba da haftada 3 gün 90 dakikadan 8 hafta boyunca tenis antrenmanları uygulandı. Deney grubuna tenis antrenmanlarına ilave olarak haftada 3 gün 90 dakikadan 8 hafta boyunca kuvvette devamlılık antrenmanları uygulandı. Sekizinci hafta sonunda her iki gruba da yukarıda belirtilen ölçümler aynı şekilde tekrarlandı.

Bulgular: Uygulanan antrenman programı sonrasında deney grubunda kontrol grubuna oranla maçtan hemen sonra alınan CK değerlerinde (<0,001) ve maçtan 48 saat sonra alınan CK değerlerinde ($p<0,05$) anlamlı bir azalma tespit edildi. LDH değerlerinde ise, deney grubu ve kontrol grubunun aynı zamanlarda alınan LDH değerlerinde anlamlı bir farklılık yokken, antrenman programı sonrasında deney grubunun maçtan hemen sonra ($p<0,05$) ve maçtan 24 saat sonra ($p<0,05$) kontrol grubuna oranla anlamlı bir düşüş gösterdiği tespit edildi. Her iki grubun aynı zamanlarda alınan hem ALT değerlerinde hem de Miyoglobin değerlerinde ise antrenman programı sonrası değerlerinde hafif bir düşüş gözlenmesine rağmen bu düşüş istatistiksel olarak anlamlı değildi.

Sonuç: Sekiz hafta boyunca uygulanan tenis antrenmanlarına ilave olarak kuvvette devamlılık çalışmalarının da uygulanılması, aynı şiddet ve sürede yapılan bir tenis maçı sonrasında oluşan kas hasarı markerlerinda anlamlı bir azalma gerçekleştirmiştir.

EFFECTS OF STRENGTH-ENDURANCE TRAINING ON MUSCLE DAMAGE AFTER TENNIS COMPETITION

Aim: The present study aimed to identify the level of muscle damage that develops after a tennis match, and to investigate the potential effects of eight weeks of strength-endurance training on the level of this muscle damage.

Methods: The study included 30 male tennis players aged 18 years and above who had been actively playing tennis matches at least for five years. The participants were divided into two groups. All of the participants played tennis matches for three hours according to the international rules of the game, and partners were changed every one hour. Creatinine Kinase (CK), Lactate Dehydrogenase (LDH), Aminotransferase (ALT) and Myoglobin were measured prior to the matches, and immediately, 24 hours, and 48 hours after the completion of the match. Afterwards, the participants in both groups engaged in eight weeks of tennis training three days a week for 90 minutes per day. Experimental group additionally carried out eight weeks of strength-endurance training three days a week for 90 minutes per day. The abovementioned measurements were repeated in both groups at the end of the eighth week.

Results: After the eight-week training program, the CK values measured immediately after the match (<0.001) and 48 hours after the match ($p<0.05$) were significantly lower in the experimental group when compared to the control group. LDH values, which were measured immediately after the match ($p<0.05$) and 24 hours after the match ($p<0.05$) were significantly lower in the experimental group when compared to the control group after the eight-week training program.

Conclusion: The results of the present study demonstrate that strength-endurance training, carried out in addition to an eight-week regular tennis training program, resulted in a significant decrease in markers of muscle damage after a tennis match played for the same duration at the same intensity.

SB856

PİLATES EGZERSİZLERİNİN SEDANTER KADINLARDA BAZI FİZYOLOJİK PARAMETRELERE ETKİSİ

***[1]Kader Ceylan Keskin*, [1]Mehmet Günay**

[1]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

***Email :** kaderceylankeskin@gmail.com, mgunay1966@gmail.com*

Pilates Egzersizlerinin Sedanter Kadınlarda Bazı Fizyolojik Parametrelere Etkisi ÖZET Bu çalışma, 8 haftalık mat pilates egzersizlerinin sedanter kadınlarda bazı fizyolojik parametrelere etkisini inceleme amacıyla yapıldı.Gerçek deneysel modellerden ön test son test kontrol gruplu olarak tasarlanan çalışmaya düzenli olarak bir egzersiz programına devam etmeyen, farklı meslek gruplarına ait ve herhangi bir sağlık problemi bulunmayan 30 sedanter kadın (yaş ort. 36,03±9,267 yıl, boy ort. 163,13±6,201 cm, vücut ağırlığı ort. 67,43±12,209 kg) gönüllü olarak katıldı. Katılımcılar 15 kontrol, 15 deney grubu olmak üzere rastgele 2 gruba ayrıldı. Deney grubuna 8 hafta boyunca, haftada 3 gün, 1 saatlik seanslar üzerinden mat pilates egzersizleri uygulanırken, kontrol grubundan günlük yaşam alışkanlıklarına devam etmeleri istendi. Ön test ölçümleri çalışma başlangıcında ve son test ölçümleri 8 hafta sonunda alındı. Bireylerin çalışmaya katılmalarında bir sakınca olmadığını belirlemek için bireylere risk faktörleri değerlendirme formu uygulatıldı. Katılımcıların istirahat kalp atım durumları EKG yöntemi ile sistolik ve diyastolik kan basıncı seviyeleri steteskop ile belirlendi. Katılımcıların kan lipid düzeylerini, glukoz ve insülin seviyelerini belirlemek için 12 saatlik açlık periyodunun ardından sabah saatlerinde kan numuneleri alındı. Elde edilen veriler SPSS for Windows 22.0 istatistiksel programı kullanılarak, anlamlılık düzeyi $p<0.05$ kabul edilerek analiz edildi. Gruplar arasındaki farklılığın tespiti için, Mann Whitney U testi, gruplar içi farklılığın belirlenmesi için ise Wilcoxon testi kullanılmıştır. Sonuç olarak, deney ve kontrol grubunun kalp atım hızı, sistolik ve diyastolik basınç, total kolesterol, HDL kolesterol, LDL kolesterol, trigliserit, glukoz, insülin ve insülin direnci parametrelerinde anlamlı fark tespit edilmedi ($p>0.05$). Ancak sistolik basınç değerlerinde deney grubu lehine anlamlı farklılık görüldü ($p<0.05$).

Anahtar Kelimeler : Mat Pilates Egzersizleri, Fizyolojik Parametre, Sedanter Kadın

THE EFFECT OF PILATES EXERCISES ON SOME PHYSIOLOGICAL PARAMETERS IN SEDANTERY WOMEN

The Effect of Pilates Exercises on Some Physiological Parameters in Sedantery Women

ABSTRACT The aim of the current study was to examine the effects of 8-week mat pilates exercises on some physiological parameters in sedentary women. 30 sedentary women (mean ages 36,03±9,267 years, mean height 163,13±6,201 cm, mean weight 67,43±12,209 kg) who do not maintain an exercise program regularly, belong to different professions and have no health problems participated in the study which is designed pretest-posttest with control group a true experimental design. The participants were divided into 2 groups as experimental and control group. While 8-week mat pilates exercises was applied to experimental group 3 days a week by 1 hour, the control group maintained daily life habits. The measures as pretest-post test were carried out at baseline and the end of the 8 weeks. Risk factor assessment form was performed to assess if participants were eligible for the study. . EKG was performed to determine resting heart rates of participants and diastolic and systolic blood pressure were measured by a stethoscope. Participants' blood lipids, glucose and insulin levels were determined by blood specimens which were taken from the participants after 12 hour starving period in morning times. The acquired data were analyzed by using SPSS for Windows 22.0 statistic program. Mann Whitney U test was used to assess the difference between groups and Wilcoxon test was used for differences in group. As a result there were no statistically significant differences in diastolic blood pressure, total cholesterol, HDL cholesterol, LDL cholesterol, triglyceride, glucose, insüline and insüline resistance parameters. However systolic blood pressure was statistically significant in favour of experimental group.

Key Words: Mat Pilates Exercises, Physiological Parameter, Sedentary Woman

SB892

DÜZENLİ AEROBİK EGZERSİZİN PARAOKSONAZ 3 (PON3) VE PARAOKSONAZ 2 (PON2) PROTEİN DÜZEYLERİ ÜZERİNE ETKİSİ VE PON3-746 VE PON2-S311C POLİMORFİZMİNİN ROLÜ

[1]Hasanagha Mayilov, [1]Faruk Turgay, [1]Oya Yigittürk, [2]Burak Durmaz, [2]Semih Aşıkovalı

[1]Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İZMİR
[2]Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi Tıbbi Genetik Anabilim Dalı, İZMİR

Email : *hmayilov@yahoo.com, fturgay@yahoo.com, oyayigitturk@hotmail.com, burak.durmaz@ege.edu.tr, semih.asikovalı@ege.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Antioksidan ve antiatherosklerotik özellikteki; paraoksonaz 3 (PON3) ve paraoksonaz 2 (PON2) enzim protein düzeyleri ile PON3-746 ve PON2-S311C polimorfizmleri (PON3P ve PON2P), koroner kalp hastalığı bağımsız risk faktörleridir. Aerobik egzersizin PON3 ve PON2 protein düzeyleri üzerine etkisi ve belirtilen polimorfizmlerin rolü belirsizdir. Bu çalışmanın amacı, düzenli egzersizin PON3 ve PON2 protein düzeyleri üzerine etkisi ve PON3P ve PON2P'nin rolünün araştırılmasıdır.

Yöntem: Bu çalışmaya 46 sağlıklı antrene erkek futbol hakemi (23.3±2.8 yaş) ve 43 sedanter (23.2±3.3 yaş) katıldı. Tokluk venöz kan örneklerinden; PON2, PON3 ve okside LDL (oksLDL) protein düzeyleri (ELISA) yöntemiyle, lipid ve lipoprotein düzeyleri standart enzimatik- kinetik yöntemlerle; PON3P ve PON2P, periferik kandan elde edilen genomik DNA'lardan polimeraz zincir reaksiyonu sonrasında restriksiyon fragman uzunluğu polimorfizmi analizi ile belirlendi.

Bulgular: Sporcu genotip gruplarında (n= 20) : PON3P'de, T taşıyıcı grubunun (Tt=TT+CT) oksLDL düzeyi kontrol (n=19)'ünkilerden anlamlı olarak daha küçük (p=0.033); HDL değeri ise (ilgili polimorfimle ilişkili olarak) daha büyüktü (p=0.033). Tt grubunun kan HDL kolesterol (HDL-K) düzeyi homozigot CC grubununkinden anlamlı olarak daha büyüktü (p=0.045) . PON2P 'de sporcu homozigot SS grubu (SSG)'nun PON2 (p=0.001) düzeyleri kontrolünkinden anlamlı olarak daha küçüktü. PON2'deki bu farklılık ilgili polimorfizmle ilişkiliydi. PON2P'de; sporcu C taşıyıcı grubu (Ct=CC+SC)'nun kan PON2 düzeyi, SSG'ninkinden anlamlı olarak daha büyüktü (p=0.016).

Sonuç: Bu bulgular erkek futbol hakemlerinde, düzenli aerobik egzersizin; a) HDL-K düzeyini PON3-746 polimorfizmine bağlı olarak arttırdığını, b) PON2 düzeyini ise PON2-S311C polimorfizmi ile ilişkili olarak düşürdüğünü işaret eder. Sporcu PON3 ve PON2 genotip gruplarında kan HDL-K ve PON2 değerlerindeki farklılıklar polimorfizmlerinden kaynaklanabilir.

Anahtar kelimeler: Aerobik egzersiz, Paraoksonaz 3, Paraoksonaz 2, PON3-746 polimorfizmi, PON2-S311C polimorfizmi

EFFECT OF REGULAR AEROBIC EXERCISE ON PARAOXONASE 3 (PON3) AND PARAOXONASE 2 (PON2) PROTEIN LEVELS AND ROLE OF PON3-746 AND PON2-S311C POLYMORPHISM

Introduction and Aim: Paraoxonase 3 (PON3) and paraoxonase 2 (PON2) enzyme protein levels, which have antioxidant and antiatherosclerotic properties, and PON3-746 and PON2-S311C polymorphisms (PON3P and PON2P) are independent risk factors of coronary heart disease. The effect of regular exercise on protein levels of PON3 and PON2 and the roles of the specified polymorphisms are unclear. The aim of this study is to investigate effect of regular exercise on PON3 and PON2 protein levels and role of PON3P and PON2P.

Method: 46 healthy trained male soccer referees (23.3±2.8 years) and 43 sedantary (23.2±3.3 years) participated to this study. Through postprandial of venous blood samples; PON2 and PON3 protein levels (by (ELISA method), lipid and lipoprotein levels were

determined by standard enzymatic-kinetic methods; PON3P and PON2P were determined from the genomic DNAs from the peripheral blood by PCR-RFLP analysis.

Results: In athletic genetic groups (n=20): HDL cholesterol (HDL-C) value of T carrier group (Tt=TT+CT) was greater than the control group (n=19) depending on PON3P (p=0.033). At PON3P, the blood HDL-C evel of athletic Tt group was greater than the homozygous CC group (p=0.045). PON2 levels of the athlete homozygous SS group (SSG) were lower than the control depending on PON2P (p=0.001). At PON2P, the blood PON2 level of athlete C carrier group (Cc=CC+SC) was significantly higher than SSG (p=0.016).

Conclusion: These findings suggest that in referees, regular aerobic exercise; a) increases HDL-C level depending on PON3- 746 polymorphism, b) decreases the PON2 level due to the PON2-S311C polymorphism. The differences in blood HDL-C and PON2 values in the athletic genotype groups for PON3 and PON2 may be due to polymorphisms.

Key words: Aerobic exercise, Paraoxonase 3, Paraoxonase 2, PON3-746 polymorphism, PON2-S311C polymorphism

SB895

DÜZENLİ AEROBİK EGZERSİZİN HEPSİDİN VE BAZI HEMATOLOJİK PARAMETRELER ÜZERİNE ETKİSİ VE TMPRSS6 RS855791 POLİMORFİZMİNİN ROLÜ

***[1]Cansu Kahraman*, [1]Faruk Turgay, [1]Oya Yigittürk, [1]Aykut Canüzmez, [2]Burak Durmaz, [2]Semih Aşıkovalı**

[1]Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İZMİR
[2]Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi Tıbbi Genetik Anabilim Dalı, İZMİR

***Email :** diyetisyencansukahraman@gmail.com, fturgay@yahoo.com, oyayigitturk@hotmail.com, aykut.canuzmez@ege.edu.tr, burak.durmaz@ege.edu.tr, semih.asikovalı@ege.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Hepsidin, demir metabolizmasının temel kontrolünü yürüten bir hormon olup ilişkili geni olan TMPRSS6'nin rs855791 polimorfizmi (RSP) egzersizle birlikte birçok hematolojik parametrenin düzeyini etkileyebilir. Ancak egzersizin hepsidin ve hematolojik parametreler üzerine etkisi ve RSP'nin muhtemel rolü belirsizdir. Bu çalışmanın amacı, aerobik egzersizin hepsidin ve bazı hematolojik parametreler üzerine etkisi ve RSP'nin rolünün araştırılmasıdır.

Yöntem: Bu çalışmaya 46 sağlıklı antrene erkek futbol hakemi (23.3±2.8 yaş) ve 43 sedanter (23.2±3.3 yaş) katıldı. Gönüllülere dayanıklılığın kriteri olarak YOYO aralıklı (seviye 2) testi uygulandı. Tokluk venöz kan örneklerinden; hepsidin ve okside düşük dansiteli lipoprotein (oksLDL) düzeyleri ELISA yöntemiyle, total antioksidan/oksidan statüsü (TAS ve TOS), hemogram, ferritin, demir ve demir bağlama kapasitesi standart metodlarla belirlendi. RSP genotiplemesi, periferik kandan elde edilen genomik DNA'lardan polimeraz zincir reaksiyonu sonrasında restriksiyon fragman uzunluğu polimorfizmi analizi ile belirlendi.

Bulgular: Sporcuların TAS değerleri kontrolünkilerden anlamlı olarak daha büyük (p=0.000), ortalama eritrosit hacmi (MCV) ise daha küçüktü (p=0.045). Sporcularda (n= 30); T taşıyıcı grubunun (Tt, Tt=TC+TT), MCV (p=0.035) değeri kontrol (n=30)'ünkinden anlamlı olarak daha küçük; eritrosit sayısı ise (RSP'ye bağlı olarak) daha büyüktü (p=0.004). Kontrol genotip grubunda (n=30); homozigot CC grubunun eritrosit (p=0.027) sayısı Tt grubununkinden anlamlı olarak daha büyüktü. Hepsidin için gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmadı.

Sonuç: Bu bulgular, futbol hakemlerinde, aerobik egzersizin, hepsidin düzeyi üzerinde anlamlı bir etkisi olmaksızın; T taşıyıcı grubunun eritrosit sayısını rs855791 polimorfizmine bağlı olarak arttırdığını gösterir. Kan eritrosit değeri için kontrol genotip grupları arasında gözlenen farklılık, belirtilen polimorfizmden kaynaklanabilir.

Anahtar kelimeler: Aerobik egzersiz, hepsidin, hematolojik parametreler, TMPRSS6 rs855791 polimorfizmi

EFFECT OF REGULAR AEROBIC EXERCISE ON HEPCIDINE AND SOME HEMATOLOGICAL PARAMETERS AND ROLE OF TMPRSS6 RS855791 POLYMORPHISM

Introduction and aims: Hepcidine is a main hormone that controls iron metabolism. The effects of rs855791 polymorphism (RSP) of TMPRSS6 gene associated with hepcidine and the exercise on the level of hepcidine and main hematological parameters is unclear. The aim of this study is to investigate the effect of aerobic exercise on hepcidine and some hematological parameters and the role of RSP.

Method: 46 healthy trained male soccer referee (23.3±2.8 years) and 43 sedantary (23.2±3.3 years) participated to this study. The YOYO intermittent (level 2) test was determined as an endurance criterion. Using postprandial of venous blood samples; hepcidine levels (by ELISA method), total antioxidant/oxidant status (TAS and TOS), hemogram, ferritin, iron and iron binding capacity were

determined by standard methods; RSP was determined by restriction fragment length polymorphism analysis after polymerase chain reaction from genomic DNAs isolated from periferic blood samples.

Results: TAS values of the athletes were significantly greater than the controls (p=0.000); but mean erythrocyte volume (MCV) were lower than control (p=0.045). At athletes (n=30); MCV values of T carrier group (Tt=TC+TT) were significantly lower than the controls (p=0.035); whereas the number of erythrocytes (depending on RSP) was greater than the control (n=30) (p=0.004). In the control genotype groups (n=30); the number of erythrocytes of the homozygote CC group was significantly greater than that of the Tt group (p=0.027). There was no significant difference between the groups for hepcidine.

Conclusion: These findings show that, in football referees, the regular aerobic exercise increases the number of erythrocytes in the T carrier group depending on the rs855791 polymorphism without a significant effect on the hepcidine levels. The difference observed between the control genotype groups for erythrocytes may be due to the relevant polymorphism.

Key words: Aerobic exercise, hepcidin, hematological parameters, TMPRSS6 rs855791 polymorphism

SB919

MASTEKTOMİLİ KADINLARDA, OMUZ EGZERSİZLERİ PROGRAMINA UYUM İLE LENFÖDEM ŞİDDETİ, OMUZ EKLEM HAREKET AÇIKLIĞI VE ÜST EKSTREMİTE FONKSİYONU ARASINDAKİ İLİŞKİ

[1]Emine Baran, [1]İrem Düzgün, [1]Esra Üzelpasacı, [1]Türkan Akbayrak

[1]Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi Ve Rehabilitasyon Anabilim Dalı, Ankara

Email : *eminekbaran@gmail.com, iremduzgun@yahoo.com, uzelpasaciesra@gmail.com, takbayrak@yahoo.com*

Giriş ve Amaç: Literatürde egzersizin mastektomi sonrası lenfanjiyogenezi geliştirebileceği, omuz kısıtlılığını önleyebileceği bildirilmiştir. Ancak mastektomi sonrası uygulanan omuz egzersizlerinin uzun dönem etkileri henüz yeteri kadar aydınlatılabilmiş değildir. Bu çalışmanın amacı, mastektomi geçiren hastalarda, cerrahi sonrası yapılan omuz egzersizleri ile lenfödem şiddeti, etkilenen taraf omuz eklem hareket açıklığı (EHA) ve üst ekstremite fonksiyonları arasındaki ilişkinin belirlenmesiydi. Yöntem: Bu çalışmaya meme kanseri tedavisinin bir parçası olarak radikal ya da modifiye radikal mastektomi geçiren, cerrahi sonrası en az 6 ay geçmiş olan 65 kadın vaka dahil edildi. Vakaların detaylı demografik ve medikal bilgileri kaydedildi, cerrahi sonrası düzenli omuz egzersizlerine yönelik uyumları görsel analog skalası kullanılarak değerlendirildi. Bireylerin lenfödem şiddeti etkilenen ve etkilenmeyen taraflar arasındaki volümetrik ölçüm farkına göre hesaplandı. Üst ekstremite omuz EHA dijital bir inklinometre ile, üst ekstremitelerin fonksiyonel durumu 'Kol, Omuz ve El Sorunları Anketi - Kısa Form (Quick-DASH)' ile değerlendirildi. Bulgular: Çalışmaya katılan vakaların yaş ortalaması 51.7±8.4 yıl, vücut kütle indeksi ortalaması 26.9±2.6 kg/m², cerrahi sonrası geçen süre ortalaması 45.9±33.2 ay idi. Mastektomi sonrası uygulanan düzenli omuz egzersizleri programına uyum ile sırasıyla, volümetrik fark arasında negatif yönde, orta şiddette korelasyon (p=0.001, r= -0.41), omuz fleksiyonu arasında pozitif yönde, çok iyi derecede korelasyon (p=0.0001, r= 0.71), omuz abduksiyonu arasında pozitif yönde, iyi derecede korelasyon (p=0.0001, r= 0.68), omuz eksternal rotasyonu arasında pozitif yönde, orta derecede korelasyon (p=0.0001, r= 0.53), omuz internal rotasyonu arasında pozitif yönde, düşük korelasyon (p=0.05, r= 0.22), quick-DASH skoru arasında negatif yönde, düşük korelasyon (p=0.027, r= -0.26) olduğu belirlendi. Sonuç: Bu çalışmanın sonuçları cerrahi sonrası uygulanan düzenli omuz egzersizlerinin, lenfödem şiddeti, omuz EHA ve üst ekstremite fonksiyonu üzerinde uzun dönemde de yararlı sonuçları olduğunu göstermektedir. Daha büyük örneklemli ileri çalışmalarda, omuz egzersiz çeşidi ve sıklığı ile lenfödem şiddeti, omuz EHA ve üst ekstremite fonksiyonu arasındaki ilişkinin ortaya konması önemlidir.

THE RELATIONSHIP BETWEEN COMPLIANCE WITH REGULAR SHOULDER EXERCISES, LYMPHEDEMA SEVERITY, SHOULDER RANGE OF MOTION AND UPPER LIMB FUNCTIONS IN WOMEN WITH MASTECTOMY

Introduction and Purpose: It has been reported in literature that exercise can improve lymphangiogenesis after mastectomy, prevent shoulder limitation. However, long-term effects of post-mastectomy shoulder exercises have not yet been elucidated. The aim of this study was to determine the long-term relationship between compliance with regular shoulder exercises performed after surgery, lymphedema severity, affected side shoulder range of motion (ROM) and upper limb functions in patients with mastectomy. Method: 65 women who underwent radical or modified radical mastectomy as part of breast cancer treatment who had at least 6 months post-surgery, were included in this study. Patients' detailed demographic and medical information was recorded. Compliance with regular shoulder exercises after surgery was assessed using visual analogue scale, severity of lymphedema were calculated according to the volumetric difference between affected and non-affected sides. Shoulder ROM was assessed with a digital inclinometer, the functionality of the upper extremity was assessed with the 'Disabilities of the Arm, Shoulder, and Hand Questionnaire- Short Form (Quick-DASH)'. Results: The mean age, body mass index and post-operative period of the cases were 51.7±8.4 years, 26.9±2.6kg/m² 45.9±33.2 months, respectively. The correlation of regular shoulder exercises applied after mastectomy, with volumetric difference was negative and moderate (p=0.001, r=-0.41); with shoulder flexion was positive and very good (p=0.0001, r=0.71); with shoulder

abduction was positive and good (p=0.0001, r=0.68); with shoulder external rotation was positive and moderate (p=0.0001, r=0.53); with shoulder internal rotation was positive and low (p=0.05, r=0.22); with quick-DASH score was negative and low (p=0.027, r=-0.26). Conclusion: The results of this study showed that regular post-operative shoulder exercises have long-term beneficial effects on severity of lymphedema, shoulder ROM and upper extremity function. It is important to reveal the relationship between the shoulder exercise type and frequency, with severity of lymphedema, shoulder ROM and upper extremity function in larger sample sizes in further

SB939

TEKRARLI İZOMETRİK KASILMALARIN TIRMANICILARDAKİ GÜÇ DÜŞÜŞÜ ÜZERİNDEKİ ETKİLERİNİN ARAŞTIRILMASI

***[1]C.Çağlar Bıldırcın*, [1]C. Çağlar Bıldırcın, [2]S.Sanlı Kurdak**

[1]Çukurova Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Adana
[2]Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Fizyoloji Anabilim Dalı, Adana

***Email :** ccbildircin@gmail.com, ccbildircin@gmail.com, sskurdak@gmail.com*

Giriş ve Amaç:

Üst ekstremite kuvvet, güç ve dayanıklılığının performansı belirlediği spor tırmanış olimpik sporlar arasındadır. Tırmanışın doğası gereği, üst ekstremite kasları izometrik kasılır ve tekrarlayan bu kasılmaların tırmanış boyunca sürdürülmesi söz konusudur. Bu çalışmada tekrarlı izometrik kasılmaların, el kavrama kuvveti üzerindeki etkileri spor tırmanıcılarda incelenmiştir.

Yöntem:

Bu çalışmaya orta seviye, aktif olarak tırmanış yapan 12 spor tırmanıcı (25.5±2.7yıl, 75.4±8.8kg, 1.78±0.06m) gönüllü olarak katılmışlardır. Tekrarlı izometrik kasılmalar, 3.5cm eninde, 40cm uzunluğunda, tırmanış duvarına sabitlenmiş bir kampüs çıtasında (Campus Rung), açık tutuş (open-grip) uygulayarak kendi vücut ağırlıkları ile asılmalarıyla test edilmiştir. İzometrik asılma süreleri kronometre ile ayarlanmıştır (Casio). El kavrama kuvvetleri (EKK) el dinamometresi kullanılarak ölçülmüştür (Lafayette). Tırmanıcılardan, kampüs çıtasında on saniye yer ile bir teması olmadan, dirsek eklemleri 180o'lik açı yaparak asılmaları ve her asılmadan sonra önce sağ sonra sol el ile dinamometreyi sıkmaları istenmiştir. Bu protokol on saniyelik asılmaları sağlayamadıkları ana kadar sürdürülmüştür. Her asılmadan sonraki el kavrama kuvvet değerleri kaydedilmiştir. Güç düşüşü, ilk asılma ile son asılma sonrası ölçülmüş EKK'leri arasındaki yüzdelik fark olarak hesaplanmıştır. Veriler SPSS paket programında eşleştirilmiş-t testi ile karşılaştırılmış, korelasyon analizleri yapılmıştır ($p<0.05$). Değerler ortalama±standart sapma olarak sunulmuştur.

Bulgular:

Veriler incelendiğinde; izometrik asılma set sayısı 14.3±5.7, EKK'lerin sağ ve sol el sırasıyla, öncesinde 48.1±5.9 ve 45.5±6.1 sonrasında 29.4±6.7 ve 29.6±7.1 olarak ölçülmüştür. Güç düşüşleri sağ el %39.9±9.7 sol el için %35.5±9.2 olarak hesaplanmıştır. Başlangıç ve bitiş EKK'ler arasında sırasıyla sağ el 0.47 ve sol el 0.75 seviyesinde pozitif korelasyon bulunmuştur. İzometrik asılma öncesi ve sonrası EKK değerleri arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlıdır ($p<0.05$). EKK ile asılma set sayıları arasında bir ilişki bulunamamıştır.

Sonuç:

İzometrik kasılmaların büyük önem taşıdığı spor tırmanışta üst ekstremite kasları vücut ağırlığının büyük çoğunluğunu taşımaktadır. Bu çalışmada, tekrarlı izometrik kasılmaların tırmanıcıların EKK'lerinde belirgin düşüşe neden olabileceği ve EKK'lerin asılma performanslarından bağımsız olduğu görülmüştür.

INVESTIGATION OF THE EFFECTS OF REPEATED ISOMETRIC CONTRACTIONS ON POWER DROPS OF CLIMBERS

Introduction:

Sport climbing is an Olympic sport in which the strength, force and endurance of the upper extremity determines the climbing performance. As the nature of the climbing, the upper extremity muscles contracts isometrically and these contractions has to continue throughout the climb. Purpose of the present study is to examine the effects of repetetive isometric contractions on hand grip strength of the climbers.

Method:

12 active moderate level sport climbers (25.5 ± 2.7 years, 75.4 ± 8.8kg, 1.78 ± 0.06m) voluntarily participated in this study. Repeated isometric contractions were tested by hanging on campus rung with their body weights on a 3.5 cm wide, 40 cm long, fixed to the climbing wall.The isometric hang time is recorded with a stopwatch (Casio). Hand grip forces (HGF) were measured using hand dynamometer (Lafayette). The climbers were asked to hang on the campus rung for ten seconds without touching to the ground, with the elbow joints at an angle of 180o and to force the dynamometer with the right and left hand respectivelly after each hanging.This protocol has been maintained until the set that they can't provide ten-second hanging. The values of HGF after each hanging were recorded. The power drop was calculated as the percentage difference between the first and the last hang. Datawerecomparedwithindependentt-testandcorrelation analyzes were performed in SPSS package program($p < 0.05$). Values are presented as mean±standard deviation.

Results:

Whenthedatasetwereanalyzedthenumberofisometrichangingwere14.3±5.7,theHGFoftherightandlefthandwere48.1±5.9and29.5±6.1and29.6±7.1and45.5±6.1,beforeandafter respectively. Power drop were 39.9±9.7 % for the right and 35.5±9.2 % for the left hand.PositivecorrelationswerefoundbetweenbeforeandafterHGF(right $r=0.47$, left $r=0.75$).The difference between the pre and post-isometric HGF values was statistically significant ($p < 0.05$).No relation was found between HGFand hanging set numbers.

Conclusion:

Themusclesoftheupperextremity,whichisveryimportant for isometric contractions in sport climbing,carry a great majority of body weight.In the present study,it has been observed that repeated isometric contractions may causea significant drop in the HGFof climbersand HGFlevels are independent of hanging performances.

EGZERSİZ VE SPOR PSİKOLOJİSİ / EXERCISE AND SPORTS PSYCHOLOGY

SB11

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOKULU BÖLÜMLERİ ERKEK VE KADIN ÖĞRENCİLERİNİN FİZİKSEL ÖZ SAYGI DÜZEYLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

[1]Dilek Sevimli, [1]Servet Özoruç, [1]Murat Sanrı

[1]Çukurova Üniversitesi ADANA

Email : *dsevimli@cu.edu.tr, servet_ozoruc@hotmail.com, msanri@cu.edu.tr*

Amaç: Araştırmanın amacı Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği (BESÖ), Antrenörlük Eğitimi(AE) ve Spor Yöneticiliği (SY)erkek ve kadın öğrencilerinin Fiziksel Öz Saygı düzeylerinin karşılaştırılmasıdır.

Yöntem: Araştırmanın örneklemini, Çukurova Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Bölümlerinde (ÇÜBESYO) öğrenim göre 241 erkek ve 114 kadın olmak üzere toplam 355 gönüllü katılımcı oluşturmaktadır. Öğrencilerin fiziksel öz saygılarını ölçmek amacıyla Karaçam (2016) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan "Fiziksel Saygı Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin normal dağılım göstermemesinden Kruskal- Wallis testi ile gruplar arasında farklılık araştırılmış , farklılığın kaynağını belirlemek için ikili karşılaştırmalar yapılmıştır. Bulgular: Bu çalışmada erkeklerde yaş ve beden kütle indeksinde bölümler arasında anlamlı farklılık gözlenirken fiziksel öz saygı bakımından anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Yaş değişkeni bakımından BESÖ, AE ile SY bölümünden anlamlı şekilde daha en düşük değere sahiptir. Erkeklerin Beden Kütle İndeksinde ise, AE ile SY Bölümleri, BESÖ bölümünden anlamlı şekilde daha en büyük değere sahiptir. Yine kadınlarda, yaş, boy uzunluğu ve vücut ağırlığında bölümler arasında anlamlı farklılık gözlenirken fiziksel öz saygı bakımından sadece "kilo alt boyutunda" anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Yaş değişkeni bakımından BESÖ bölümü, AE ile SY bölümünden anlamlı şekilde daha en düşük değere sahiptir. Kadınlarda boy uzunluğunda ise, farklılık AE bölümünün SY bölümünden anlamlı düzeyde daha büyük değere sahip olmasından kaynaklanmaktadır. Kadınlarda Vücut ağırlığında ise, farklılık BESÖ bölümünün AE bölümünden anlamlı düzeyde daha küçük değere sahip olmasından kaynaklanmaktadır. Kadınlarda fiziksel öz saygı kilo alt boyutundaki farklılık ise, BESÖ bölümünün AE bölümünden anlamlı düzeyde daha küçük değere sahip olmasından kaynaklanmaktadır. Sonuç: Erkek ve kadınlarda bölümler arasında yaş ve fiziksel özellikler bakımından farklılıklar olmasına karşın sadece kadınlarda fiziksel öz saygı kilo alt boyutunda bölümler arasında farklılaşma olduğu sonucuna varılabilir.

Anahtar kelimeler: Antrenörlük, Beden Eğitimi, Spor Yöneticiliği, Fiziksel Öz Saygı

COMPARISON OF PHYSICAL SELF-ESTEEM LEVELS OF MALE AND FEMALE STUDENTS IN DEPARTMENT OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS

Aim:This research is comparison of the male and female Students' Physical Self-Esteem(PSE) levels in Physical Education and Sports Teacher Training(PESTT), Coaching Education(CE) and Sports Management(SM) School of Physical Education and Sports(SPES). Method:According to the study at the departments of SPES of Çukurova University, 355 volunteer participants including 241 male and 114 female participants constitute the sample of the research. "Physical Respect Scale" was used by Karaçam (2016) in order to measure the PSE of the students. The Kruskal-Wallis test was used to investigate the differences between the groups, and binary comparisons were performed to determine the source of the differences. Results:There was no significant difference in terms of PSE, although there was a significant difference between the sections at the age and body mass index in males. In terms of age change, of PESTT has significantly lower value than of SC and SM. In men's Body Mass Index, CE and SM have the most significant value in the of PESTT. In women, there was a significant difference in terms of age, height, and body weight, while there was a significant difference in terms of PSE only in the "weight sub-dimension". In terms of age change, of PESTT has significantly lower value of CE and SM. In women, the difference in height is due to the significantly greater value of SM in the CE. In the case of Body Weight in females, the difference stems from the fact that the difference is significantly smaller than the PESTT of CE. The difference in women's

PSE weight sub-dimension is due to the significantly lower value of PESTT of CE. Conclusion: Although there are differences in age and physical characteristics between males and females, it can only be concluded that there is a difference among the departments in the PSE weight sub-dimension only in females.

SB12

AKTİF MİLLİ SPORCULARA GÖRE İLETİŞİMİN SPORTİF PERFORMANSA ETKİLERİNİN İNCELENMESİ

[1]Naci Kalkan, [1]Tuncay Öktem

[1]Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Manisa

Email : *kalkannaci@hotmail.com, tuncayktm@gmail.com*

İletişim, toplumsal yaşamı oluşturan temel unsurların arasında bulunan bir olgudur. İnsanı ve toplumu oluşturmada yadsınamaz rolü olan iletişim, entelektüel varoluşun yaratımında, sürdürülmesinde, sosyalleşmesinde en önemli unsurlardan biridir. Günümüz dünyasının en önemli sosyal fenomenlerinden olan sporda da iletişimin aracılık ettiği görevler bulunmaktadır. Spor etkinliklerinin, toplumsal iletişim ve birliktelik hususundaki katkılarında iletişimin önemi ortaya çıkmakta, bu katkıların etkili ve anlamlı olmasında iletişim olgusunun etkin kullanımının gerekliliği önem kazanmaktadır. Spor dünyasında her geçen gün artan rekabet, beraberinde performans artırımına yönelik birçok fikri ve çalışmayı da beraberinde getirmiştir. Spor, farklı disiplinlerden yardım alıp, bilimsel esaslara göre yönlendirilen bir olgu olma zaruriyetine girmiştir. Sistemli, disiplinli, bilimsel çalışmalar, sık sık güncellenen olimpiyat ve dünya rekorlarıyla etkiliğini göstermektedir. Tüm bu sistematikleşmeye evrilen süreçte, psikolojik unsurların önemi de performans boyutunda önem kazanmış, iletişim olgusunun performansa yönelik etkileri de dikkate alınmaya başlanmıştır. Çalışmada, sporcuların iletişim becerilerini değerlendirmek, iletişim kaynaklarının niteliğini belirlemek, sporcu-antrenör-yönetici ve spor ortamı etkileşiminde yer alan olumlu ve olumsuz faktörleri saptamak ve iletişimin önemine ve geliştirilmesine yönelik fikirlerin oluşturulması amaçlanmıştır. Çalışmada nitel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Araştırmanın örneklem grubunu Manisa Celal Bayar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde eğitim görmekte olan Milli sporculuk seviyesindeki 5 öğrenci oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak milli sporculuk seviyesindeki öğrencilere yarı yapılandırılmış bir görüşme formu hazırlanmıştır. Bu form uzmanların görüşleri alınarak ve alanyazın taraması yapılarak hazırlanmıştır. Toplam 6 soru bulunmaktadır. Görüşmeler katılımcıların onayı alınarak kayıt altına alınmıştır. Görüşmeler 15 – 20 dakika civarında sürmüştür. Görüşmeler bilgisayar destekli nitel veri analiziyle incelenmiştir. Verilerin analizinde ve model oluşturmada Nvivo 8 programı kullanılmıştır. Elde edilen verilerin analizi sonucunda; her birinde olan beş (5) çekirdek temaya ulaşılmıştır. Çekirdek tema tanımlanma sebebi, var olan 5 temanın çalışmanın özünü içermesinden kaynaklanmakta ve bütünün oluşmasının temelini kapsamaktadır. Bu temalar; 'sosyal etkileşim', 'iletişim boyutu', 'dinleme', 'antrenman ve müsabakada iletişim' ve 'iletişim performansı' olarak belirlenmiştir.

ACCORDING TO ACTIVE NATIONAL SPORTSMEN: THE EFFECTS OF COMMUNICATION ON SPORT PERFORMANCE

Communication is one of the basic elements that constitute social life.The importance of communication in the contributions of sporting events to social communication and coexistence emerges and the necessity of effective use of communication is gaining importance when these contributions are effective and meaningful. Increasing competition in the sporting world has brought with it many ideas and works aimed at performance increase. Systematic, disciplined, scientific studies show the effectiveness of the frequently updated Olympic and world records. In the process of evolving all this systematization, the importance of the psychological elements gained importance in the performance dimension and the performance-related effects of the communication phenomenon started to be taken into consideration.

In the study, it was aimed to evaluate the communication skills of the athletes, to determine the nature of the communication resources, to identify the positive and negative factors involved in the interaction between the athlete-coach-manager and the sports environment, and to form ideas for the importance and development of communication.

Qualitative research method was used in the study. The sample group of the research is composed of 5 students at the level of National Sports who is studying at MCBU Sports Sciences Faculty.

The data obtained with conversation , a semi-structured interview form has been prepared for the students at national sports level. As a result of analysis of obtained data; five (5) core themes in each have been reached. The reason for defining the core theme stems from the fact that the five existing terms are contained in the essence of work and cover work and cover the basis of the whole. These are the themes; 'Social interaction', 'communication dimension', 'listening', 'communication in training and competition' and 'communication performance'.

SB34

BİLGİSAYAR OYUN BAĞIMLILIĞI VE DİKKAT: ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİ ÜZERİNE BİR ÇALIŞMA

***[1]Emre Ozan Tingaz*, [2]Meryem Altun, [2]Şeyda Nur Vural**

[1]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi
[2]Niğde Üniversitesi Ömer Halisdemir Üniversitesi BESYO

***Email :** emreozantingaz@gmail.com, mrymltn@hotmail.com.tr, seydav830@gmail.com.tr*

Giriş ve Amaç: Araştırmanın amacı; a) ortaokul öğrencilerinin bilgisayar oyun bağımlılığı ile dikkat düzeylerinin tespit etmeye çalışmak, b) bilgisayar oyun bağımlılığı ile dikkat düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelenmektir.

Yöntem: Araştırmaya 2017-2018 Eğitim-Öğretim yılında Niğde il merkezinde ve kasabasında bulunan Sazlıca, Ertuğrul Gazi, Atatürk ve 23 Nisan ortaokulunda öğrenim gören, 208 kadın ve 218 erkek olmak üzere toplam 426 öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Veriler, "Bourdon Dikkat Testi (Harf Formu)" ve "Çocuklar için Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Testi" ile toplanmıştır. Elde edilen veriler SPSS 23.00 programı ile incelenmiştir. Analizlerde Spearman Sıra Farkları korelasyon analizi, Ki-Kare (Chi-Square), Mann Whitney-U Testi ve Kruskal Wallis-H testi kullanılmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Araştırmanın sonucunda kadın öğrencilerin bilgisayar oyun bağımlılıkları ve dikkat düzeylerinin erkek öğrencilerden daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bununla birlikte yaş ve sınıf düzeyi arttıkça, dikkat puanlarının da arttığı bulgulanmıştır. Ayrıca, dikkat düzeyi ile bilgisayar oyun bağımlılığı arasında istatistiksel açıdan negatif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Bilgisayar oyun bağımlılığı, Dikkat, Ortaokul öğrencileri

COMPUTER GAME ADDICTION AND ATTENTION: A STUDY ON SECONDARY SCHOOL STUDENTS

Introduction and Purpose: Purpose of the research; a) to try to determine the computer game addiction and attention levels of secondary school students, b) to examine the relationship between computer game addiction and attention levels.

Method: A total of 426 students (208 female and 218 male) attending Sazlıca, Ertuğrul Gazi, Atatürk and 23 Nisan secondary school in Niğde province center and in the province of Niğde in 2017-2018 academic year participated in the research voluntarily. The data were collected by "Bourdon Attention Test (Letter Form)" and "Computer Game Addiction Test for Children". The obtained data were analyzed with SPSS 23.00 program. Spearman Rank Differences correlation analysis, Chi-Square, Mann Whitney-U Test and Kruskal Wallis-H test were used in the analyzes.

Findings and Results: As a result of the research, it was determined that female students' computer game addiction and attention levels were higher than male students. However, as age and class level increased, attention scores increased. In addition, there was a statistically significant low level of negative correlation between the level of attention and computer game addiction.

Key words: Computer game addiction, Attention, Secondary School.

SB43

FARKINDALIK TEMELLİ BECERİ GELİŞTİRME PROGRAMININ KADIN HENTBOLCULARIN PSİKOLOJİK BECERİLERİ VE STRESLE BAŞA ÇIKMA STRATEJİLERİ ÜZERİNDEKİ ETKİLİLİĞİNİN İNCELENMESİ

***[1]Zeynep Ayça Terzioğlu*, [2]Mustafa Yıldız, [3]S. Gülfem Çakır**

[1]Antalya Bilim Üniversitesi Psikolojik Danışmanlık Ve Rehberlik Uygulama Ve Araştırma Merkezi, ANTALYA
[2]Akdeniz Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANTALYA
[3]Akdeniz Üniversitesi Eğitim Fakültesi, ANTALYA

***Email :** aycaterzioglu@gmail.com, mustafayildiz@akdeniz.edu.tr, glfmcakir@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı, farkındalık temelli hazırlanan beceri geliştirme programının kadın hentbolcuların psikolojik becerileri ve sporda stresle başa çıkma stratejileri üzerindeki etkililiğini incelemektir.

Yöntem: Araştırmanın bağımlı değişkenlerini, psikolojik beceriler ve sporda stresle başa çıkma stratejileri oluşturmaktadır. Araştırmanın bağımsız değişkeni ise farkındalık temelli beceri geliştirme programıdır. Araştırmada yarı – deneysel bir yönteme başvurularak, kontrol grupsuz ön-test ve son-test deneme modeli kullanılmıştır. Araştırmanın çalışma grubu, Antalya Muratpaşa Belediyesi Kadın Hentbol Takımında yer alan 9 sporcudan oluşmaktadır. Sporcuların yaş aralığı 18-25 arasında olup, yaş ortalaması 20.22'dir. Araştırmada, Kişisel Bilgi Formu, Sporcuların Psikolojik Becerilerini Değerlendirme Ölçeği ve Sporda Stresle Başa Çıkma Stratejileri Envanteri kullanılmıştır. Veri toplama araçları deney grubuna uygulama öncesinde ön-test, uygulamanın bitiminde ise son-test olarak uygulanmıştır. Verilerin analizinde Wilcoxon işaretli sıra testi kullanılmıştır. Araştırmada deney grubuna, Farkındalık Temelli Beceri Geliştirme Programı, haftada 1 kez olmak üzere 8 oturumdan oluşan ve 60 dakika süren grup eğitimi şeklinde uygulanmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi sonucunda, tüm katılımcıların Sporcuların Psikolojik Becerilerini Değerlendirme Ölçeğinden aldıkları öntest ve sontest puanları arasında, deney sonrası (sontest) zorluklarla baş edebilme yeteneği, öğrenmeye açık olabilme, konsantrasyon, hedef belirleme ve mental hazırlık ve endişelerden kurtulmak açısından anlamlı bir farkın olduğu bulunmuştur. Araştırma sonuçlarına göre katılımcıların sporda stresle başa çıkma stratejileri envanterinden aldıkları öntest ve sontest puanları arasında, deney sonrası (sontest) görev yönelimli başa çıkma açısından anlamlı bir farkın olduğu bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Farkındalık, Stresle Başa Çıkma Stratejileri, Psikolojik Beceriler

EXAMINING THE EFFECTIVENESS OF MINDFULNESS BASED TRAINING PROGRAM ON FEMALE HANDBALL PLAYERS' PSYCHOLOGICAL SKILLS AND COPING WITH STRESS STRATEGIES

Introduction and aim: The aim of this study is to examine the effectiveness of mindfulness-based skill development program on female handball athletes' psychological skills and strategies to cope with the stress in sport.

Method: While psychological skills and coping strategies in sport competition constitute the dependent variables of the study, the independent variable is mindfulness based training program. In the study, as a quasi-experimental method, pre-test and post-test model without a control group were used. The study group consists of 9 female handball players who play in Antalya Muratpaşa Municipality Women's Handball Team. The age range of the athletes is between 18-25 and the average age is 20.22. In the research, personal information questionnaire, the Athletic Coping Skills Inventory and Coping Strategies in Sport Competition Inventory were used. The data collection tools were applied in the experiment group as pre-test before the program and as post-test at the end of the

program. Wilcoxon signed rank test was used to analyze. In the study, the Mindfulness Based Training Program was implemented for the experimental group once a week as a group training consisting of 8 sessions, each of which lasted for 60 minutes.

Findings and conclusion: As a result of Wilcoxon signed rank test, it was found that after the program there was a significant difference in terms of ability to cope with adversity, coach ability, concentration, goal setting and mental preparation, and being free from worries. According to the results, after the program, it has been found that there was a meaningful difference in terms of task oriented coping between the scores of pre-test and post-test of coping strategies in the Sport Competition Inventory.

Keywords: Mindfulness, Coping Strategies with Stress, Psychological Skills

SB85

12-14 YAŞ BADMİNTON SPORCULARININ SPORA KATILIM MOTİVASYONLARININ İNCELENMESİ

[1]Rıdvan Ergin, [2]Egemen Ermiş, [3]Alp Erilli

[1]Çankırı Gençlik Himetleri Ve Spor İl Müdürlüğü - Çankırı
[2]OMÜ - Spor Bilimleri Fakültesi - Antrenörlük Eğitimi - Samsun
[3]Cumhuruiyet Üniversitesi - İBF - Ekonometri - Sivas

Email : *rdvnergin@hotmail.com, egemen.ermis@omu.edu.tr, aerilli@hotmail.com*

Amaç: 12-14 yaş badminton sporcularının farklı değişkenlere (yaş, cinsiyet, müsabaka ili) göre spora katılım motivasyonlarını incelemek amacı ile yapılmıştır.

Materyal ve Metot: Çalışma 2018 yılı Anadolu Yıldızlar Ligi Çeyrek Final Müsabakalarının yapıldığı Çorum, Malatya, Bursa ve Konya illerinde müsabakaya katılan 365 (Erkek: 165, Kadın: 200) badminton sporcusundan oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak, ''Spora Katılım Motivasyonu Ölçeği'' uygulanmıştır. Araştırmada kullanılan bu ölçeğin araştırma için güvenirlik katsayısı α = 0,842 olarak hesaplanmıştır. Araştırmada verilerin analizinde SPSS 25 istatistik paket programı kullanılarak tanımlayıcı istatistiklerden faydalanılmıştır. Verilerin analizinde testleri belirlemek amacıyla değişkenlerin dağılımının normal dağılım gösterip göstermediği Kolmogrov-Simirnov testi sonucunda değişkenlerin normal dağılıma uyum sağlamadığı %5 yanılma düzeyinde belirlenmiş ve sporcuların spora katılım motivasyonlarına ilişkin görüşlerinin cinsiyet gruplarına göre değişip değişmediği parametrik olmayan testlerden Mann-Whitney U testi, yaş ve müsabakaların yapıldığı il değişkenlerine göre fark kontrolü için Kruskal Wallis testi kullanılmıştır.

Bulgular: Cinsiyete göre spora katılım motivasyonları incelendiğinde ''Başarı Statüsü, Fiziksel Uygunluk, Arkadaşlık, Eğlence ve Beceri Gelişimi'' konularında cinsiyete göre anlamlı bir fark bulunmuştur ($p<0,05$). Diğer yandan, ''Takım Üyeliği, Yarışma ve Hareket'' konularında ise cinsiyete göre anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p>0,05$). Yaşa göre spora katılım motivasyonları incelendiğinde anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p>0,05$). Müsabakanın yapıldığı il değişkenlerine göre spora katılım motivasyonları incelendiğinde ''Arkadaşlık'' konusunda yapılan il bakımından anlamlı bir fark bulunmuştur ($p<0,05$). Diğer yandan, ''Başarı Statüsü, Fiziksel Uygunluk, Eğlence, Takım Üyeliği, Beceri Gelişimi, Yarışma ve Hareket'' konularında ise yaş gruplarına göre anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p>0,05$).

Sonuç: Badminton sporcularının spora katılım motivasyonlarını etkileyen faktörler şu şekilde bulunmuştur: Cinsiyet değişkenine göre ''Başarı Statüsü, Fiziksel Uygunluk, Arkadaşlık, Eğlence ve Beceri Gelişimi'' konuları anlamlı iken ($p<0,05$), yaş gruplarına göre tüm kategoriler anlamsız bulunmuştur ($p>0,05$). Benzer şekilde müsabakaların yapıldıkları iller bakımından ''Arkadaşlık'' konusu istatistiksel olarak anlamlı çıkmıştır ($p<0,05$).

Anahtar Kelimeler: Sporcu, Badminton, Katılım Motivasyonu

ANALYSIS OF SPORT PARTICIPATION MOTIVATIONS OF BADMINTON PLAYERS BETWEEN 12 AND 14 YEARS OF AGE

Aim: This study was conducted to analyze sport participation motivation of badminton players between 12 and 14 years of age in terms of different variables (age, gender and tournament city).

Material and Method: The study consists of 365 (male: 165, female: 200) badminton players who participated in competitions in Çorum, Malatya, Bursa and Konya where 2018 Anatolian Juniors League Quarter Finals took place. “Sport Participation Motivation Scale” was

used as data collection tool. Reliability coefficient was found as α = 0,842. Data were analyzed with SPSS 25 statistical program and descriptive statistics. Kolmogrov-Simirnov test showed with 5% level of error that variables were not normally distributed and non-parametric Mann-Whitney U test was used to find out whether athletes' views about sport participation motivation differed in terms of gender and Kruskal Wallis test was used to check differences between the variables of age and tournament city.

Results: When levels of sport participation motivation were analyzed in terms of gender, significant difference was found in "Achievement Status, Physical Fitness, Friendship, Entertainment and Skills Development" ($p<0,05$), while no significant difference was found in "Team membership, Competition and Movement" ($p>0,05$). No significant difference was found in terms of gender ($p>0,05$). When sport participation motivations were analyzed in terms of the tournament city, significant difference was found in "Friendship" ($p<0,05$). No significant difference was found in "Achievement Status, Physical Fitness, Entertainment, Team Membership, Skills Development, Competition and Movement" in terms of age groups ($p>0,05$).

Conclusion: Factors influencing sport participation motivations of badminton players were as follows: while "Achievement Status, Physical Fitness, Friendship, Entertainment and Skills Development" were significant ($p<0,05$) in terms of gender, all categories were insignificant in terms of age groups ($p>0,05$). "Friendship" was found to be statistically significant in terms of tournament cities ($p<0,05$).

Key Words: Athlete, Badminton, Participation Motivation

SB89

SEDANTER ORTA YAŞ STEP-AEROBİK KURSU DENEYİMLER

***[1]Gamze Akyol*, [1]Kıvanç Semiz**

[1]Giresun Üniversitesi, Giresun

Email : *gamze.akyoll@outlook.com, kivancsemiz@gmail.com*

Giriş ve Amaç

Orta yaş sedanter ev kadınları için, özellikle maddi yetersizlik varsa, egzersiz yapmak ya da yapabilecek imkan yakalamak hem ev ekonomisi hem de zaman açısından zor olabilmektedir. Bahsi geçen hedef kitlenin, fiziksel aktivite ortamlarından yararlandırılması için imkan sunulması, hayat boyu öğrenme ve spor konusundaki katkılara ulaşmada destek sağlayabilir. Dolayısıyla; bu çalışmanın amacı belediyenin sosyal desteğiyle sedanter ev kadınlarına sunulan bir step-aerobik kursu sürecini incelemektir.

Yöntem

Bu çalışmada, doğal bir ortamın bütüncül bir bakış açısıyla yorumlanma çabasından ötürü, nitel araştırma yöntemlerinden durum çalışması kullanılmıştır. Tokat ili Merkez ilçesinde bulunan Tokat Belediyesi Hanımeli Kültür ve Sanat Merkezi içinde bulunan spor salonuna en az 7 aydır devam eden sedanter kadınlardan benzeşik örnekleme yöntemi ile 8 katılımcı seçilmiştir. Benzer gelişim özellikleri gösteren bir grubu tanımlamak amacıyla seçilen bu katılımcılarla iki odak grup görüşmesi gerçekleştirilmiştir. Verilerin çözümlemesi yapıldıktan sonra tematik içerik analizi ile bulgular elde edilmiştir.

Bulgular

Veri analizi sonucunda elde edilen bulgulara göre dört ana tema ortaya çıkmıştır. Bunlar: Sedanter ev kadınlarının Özgüveni (1), Sosyalleşmeleri (2), Öz-farkındalıkları (3) ve Zindelikleri (4) olarak belirtilebilir. Sedanter kadınların, çoğunlukla evde geçen günlerinin spor salonuna taşınmasıyla sosyalleşme beklentileri karşılanırken, yeni arkadaşlıkların psikolojik iyi hal kazanmalarına neden olduğu gibi bir çok olumlu etki gözlemlenmiştir. Sedanter kadınların step-aerobik kursu kazanımlarının yanında, antrenörün kişilik özellikleri ve alan bilgisi ile birlikte katılımcıların spor ortamı beklentileri diğer bulgular olarak öne çıkmıştır.

Sonuç

Çeşitli kurumların sosyal destek amacıyla özel ihtiyacı olan bireylere hayat boyu spor ve öğrenme imkanı sunması elzemdir. Bu çalışmanın; sürekli evde olan kadınların sosyalleşme beklentisini karşılamak, sosyalleşme ile gelişen ilgi ve algıda değişim olması, çevresine ve insanlara karşı farkındalığının artması, eğlenmesi ve aktivite edinmesi kazanımlarına ulaşmasına bir örnek teşkil ettiği söylenebilir. Bu bağlamda, benzer kursların nitelikli antrenörler ve uygun spor ortamları sağlanarak sedanter kadınlara sunulmasının, bireylerin fiziksel aktiveye yönlendirilmesine katkı sunacağı öngörülebilir.

SEDANTER MIDDLE AGE STEP-AEROBIC COURSE EXPERIENCES

Introduction and Purpose Doing physical activity or having an opportunity to exercise is difficult for young and middle-aged sedentary housewives, especially if there is a financial limitations exists, too. Providing a chance for benefiting the opportunities of physical activity environments, the mentioned target population can be supported for the lifelong learning and physical activity. Therefore, the purpose of the study was investigating the process of a municipality-supported step-aerobic course to sedentary housewives. Method

This research is a qualitative study in nature. Case study was selected as a methodology of this study, as a specific environment was intended to defined from a holistic view. A total of 8 participants were selected with a homogenous sampling approach among the sedentary housewives that were going to Municipality Culture and Arts Center Gym for at least 7 months in Tokat, Turkey. Two semi-structured focus group interviews were conducted to define a group that shows similar characteristics. After the transcription period, the results were obtained with a thematic content analysis. Results Four themes were emerged as Self Confidence (1), Socialization (2), Self-awareness (3), and Emotional Wellness (4) of sedentary housewives. Moving from the homes -where the sedentary housewives mostly spent their time at- to the gym, the socialization expectations were met. Having new friends helped them to gain good emotional wellbeing and many positive effects. Besides those good changes, the characteristics and content knowledge of the coach with the sports environment expectations were the other mentionable findings. Conclusions Socially supported lifelong learning and physical activity opportunities from the official institutions are indispensible for the individuals with special needs. This study can be an example for the women who spent their whole time at homes to make them socializing, meeting their expectations to change their interests an perceptions about their environments and people around them.

SB93

ÜNİVERSİTELİ FUTSAL SPORCULARININ KAYGI VE ÖFKE İFADE BİÇİMLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ VE BAZI DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ

[1]Tamer Karademir, [1]Ünal Türkçapar, [1]Hüseyin Eroğlu

[1]Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, KAHRAMANMARAŞ

Email : *tamer.karademir@hotmail.com, turkcaparunal@hotmail.com, eroglu1@gmail.com*

Özet

Giriş ve amaç: Bu araştırma üniversitelerin futsal takımlarında oynayan sporcuların durumluk kaygı düzeyleri, sürekli öfke ve öfke ifade biçimleri arasındaki ilişki ve bazı değişkenlere göre incelenmesi amacı ile yapılmıştır.

Yöntem: Bu amaçla 2017-2018 Eğitim ve Öğretim yılında yapılan Türkiye üniversiteler arası futsal şampiyonasında ve futsal liglerine katılan yaşları 18 ile 29 arasında değişen 94 bayan, 146 erkek toplam 240 sporcu araştırma grubuna dahil edilmiştir. Veriler Spielberger ve ark. (1970) tarafından geliştirilen(State-TraitAnxiety Inventory), Öner ve Le Compte (1983) tarafından Türkçeye uyarlanan Durumluk-Süreklilik Kaygı Envanteri ileSpielberger (1983) tarafından geliştirilmiş, ülkemiz için geçerlik ve güvenirliği Özer (1994) tarafından yapılan sürekli öfke ve öfke tarzı ölçeği kullanılarak elde edilmiştir.

Bulgular: Araştırma bulgularına göre örneklem grubunun cinsiyet değişkenine göre durumluk kaygı düzeyleri ve dışa öfke boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu ($p<0.05$), spor geçmişi, anne baba tutumları ve spor kulübünde de müsabakalara devam etmedeğişkenlerine göre istatistiksel olarak anlamlı farklar oluşturduğu bulunmuştur ($p<0.05$).

Tartışma ve Sonuç: Araştırma grubunun durumluk kaygı düzeylerinin orta düzeyde yer aldığı, öfke ifade biçimlerinden öfke kontrol puan ortalamaları benzerlik gösterirken, dışa öfke düzeylerinin erkeklerde daha yüksek olduğu görülmüştür. Araştırmagrubunun durumluk kaygı düzeyleri ile sürekli öfke ve içte tutulan öfke arasında anlamlı bir ilişki olmadığı, dışa öfke ifade biçimleri ile pozitif yönde ve orta düzeyde bir ilişki gösterdiği, öfke kontrol düzeyleri arasında ise negatif yönde ve düşük düzeyde bir ilişki içerinde olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Futsal, Durumluk Kaygı, Spor, Eğitim

THE RELATIONSHIP BETWEEN THE ANXIETY AND ANGER EXPRESSION FORMS OF THE COLLEGER FUTSAL ATHLETES AND EXAMINING THEM ACCORDING TO SOME VARIABLES

Abstract

Introduction and purpose: This research was conducted with the aim of examining the level of state anxiety of the athletes playing in futsal teams, the relation between the forms of expression of anger and anger and some variables.

Method: To this end, a total of 240 athletes, 94 females and 146 males ranging in age from 18 to 29 years, participating Turkey Intercollegiate Futsal Championship and Futsal League were included in the study group. Data was obtained from State-Trait Anxiety Inventory; developed by Spielberger et al and translated to Turkish by Öner and Le Compte (1983), and Trait Anger Inventory; developed by Spielberger and made by Özer in the way of validity and credibility for our country.

Finding: According to research findings, it was determined that there was a statistically significant difference in the level of state anxiety and external anger according to the gender/sex variable of the sample group, and it has been found that there were significant differences according to the variables of sport history, parent attitudes and the attendance at the sports club.

Discussion and conclusion: It was found that the level of state anxiety of the research group was moderate, the anger control scores of the anger expression forms were similar, while the levels of external anger were higher in men. As it turns out that there was no significant relationship between the state anxiety levels of the study group and trait anger and internal anger; a positive and moderate relationship between the state anxiety levels of the research group and the forms of expression of external anger; a negative and low level of relationship between the state anxiety levels of the research group and the external anger control levels.

Key word: Futsal, State Anxiety, Sports, Education

SB99

SPORCULARDA MİZAÇ TİPLERİNİN STRES ALTINDA SERGİLENEN DART ATIŞ PERFORMANSI VE ELEKTROFİZYOLOJİK YANITLAR İLE İLİŞKİSİ

***[1]Onur Tütüncü*, [1]Onur Tütüncü, [2]Feridun Dorak, [3]Gamze Üngür, [4]Onur Beyazit, [5]Lale Yıldız**

[1]Göztepe Spor Kulübü
[2]Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi
[3]Dokuz Eylül Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi
[4]Aydın Üniversitesi Tıp Fakültesi
[5]Muğla Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

***Email :** onurtutuncu@icloud.com, onurtutuncu@icloud.com, ferudundorak@gmail.com, gamzeungur@gmail.com, onur.bayazit@gmail.com, laleyildiz84@gmail.com*

Giriş ve Amaç Mizaç özellikleri bakımından sportif performansı araştıran çalışma sayısı sınılırdır. Farklı mizaç özellikleri, bireyleri diğer bireylerden ayırdığı gibi, aynı olaylar karşısında kişilerde oluşturduğu duygu yansımalarının da farklı olabileceği düşünülmektedir. Bu çalışmanın amacı, stres altında sergilenen dart atış performansının (Dart-Throwing Task) ve fizyolojik stres yanıtlarını mizaç tipleri açısından incelemektir. Yömtem Bu araştırmanın örneklemini, aktif spor yaşantısına devam eden veya en fazla bir yıl içerisinde aktif spor yaşantısını bırakmış 18-35 yaş aralığındaki 105 sporcu oluşturmuştur. Katılımcılar arasından sıklık gösteren mizaç tiplerine sahip (Tip 1 ve Tip 9) 26 sporcuyla (12 erkek, 14 kadın) çalışmaya devam edilmiştir. Katılımcılardan hem stresör altında hem de stresör olmayan koşullar altında dart atmaları istenmiş ve her iki koşul altında deri iletkenliği ve kalp atım değerleri kayıt altına alınmıştır. Katılımcılara stresör olarak 75 desibel seviyesinde olumsuz (Bağırma, yuhalama, ıslık) taraftar sesleri dinletilmiştir. Bulgular ve Sonuç Tip 1 ve Tip 9 mizaca sahip sporcularda stresör altında sergiledikleri dart performansında pozitif yönde bir artış olmasına rağmen, stresörsüz duruma göre istatistiksel anlamda bir fark tespit edilmemiştir. Tip 1 mizaca sahip sporcularda deri iletkenliği değerleri stresörlü ve stresörsüz durumlar altında bazal değerlere göre istatistiksel anlamda bir artış gösterirken, kalp hızı ve kalp atım hızı değişkeni değerlerinde herhangi bir değişim tespit edilmemiştir. Tip 9 mizaca sahip sporcularda Tip 1'e benzer şekilde deri iletkenliği değerleri stresörlü ve stresörsüz durumlar altında bazal değerlere göre istatistiksel anlamda bir artış gösterirken diğer elektrofizyolojik parametrelerde herhangi bir değişim meydana gelmemiştir. Tip 1 ve Tip 9 mizaç birbirleriyle karşılaştırıldığında stresörlü ve stresörsüz durumlarda sergilenen dart performansında, deri iletkenliği, kalp atımı ve kalp atımı değişkenliği ortalama değerlerinde mizaç tiplerine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Sonuç olarak Tip 1 ve Tip 9 mizaca sahip sporcular stresörün olduğu ve olmadığı durumlarda benzer fizyolojik stres yanıtlarına ve benzer performans çıktılarına sahiptir.

THE RELATIONSHIP BETWEEN THE ELECTROPHYSIOLOGICAL EFFECT RESPONSES AND DART THROWING PERFORMANCES OF ATHLETES OF DIFFERENT TEMPERAMENT TYPES WHEN EXPOSED TO STRESS

Introduction And Aim The number of studies investigating sportive performance in terms of temperament characteristics is limited. Different temperament traits distinguish individuals from other individuals.And, Different types of temperaments can cause differentiation of emotional reflections in the face of the same events. The aim of the study was to examine the dart-throwing task and physiological stress responses exhibited under stress in terms of temperament types. Method The sample of this study consisted of 105 athletes aged between 18-35 who continued active sport activities or left active sports activities within maximum one year. We continued to work with the athletes (14 male, 12 female) who have temperament types that were frequent among the participants (Types 1, Types 9). Participants were asked to dart throw under both stressor and non-stressor conditions and skin conductivity, heart rate and heart rate variability values were recorded under both conditions. Participants exposed to negative sounds at the level of 75 decibels as stressor. Results And Conclusion When we was compared the stressor and non-stressor conditions dart throwing

performance was increase under stressors conditions in Type 1 and Type 9 but there were not any difference statistically significant according to the non-stressor conditions. There was not any change in heart rate and heart rate variability values whereas there was a statistically significant difference in skin conductivity values increased statistically with respect to basal values both under stressed and non-stressed conditions in the Type 1 and Type 9. When was compared Type 1 and Type 9 temperaments, there were no statistically significant difference in average values of dart performance, skin conductivity, heart rate and heart rate variability in stressed and non-stressed situations. As a result, Type 1 and Type 9 has similar physiological stress responses and similar performance outcomes, with or without the under stressor.

SB102

MÜSABAKA ÖNCESİ ISINMANIN GÜDÜLENME VE PERFORMANSA ETKİSİ: MİLLİ GÜREŞÇİLER ÜZERİNE BİR ODAK GRUP GÖRÜŞMESİ

***[1]Eylem Gencer*, [1]Mustafa Tunçel**

[1]Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, KIRŞEHİR

Email : *eylemgencer@gmail.com, mtuncel@ahievran.edu.tr*

Özet Giriş ve Amaç: Sporcuları, antrenmanlarda ve maçlarda öngörülen görevlere, fiziksel ve psikolojik yönden hazırlamayı (Sevim, 2002; Kanbir, 2001; Ergun ve Baltacı, 1997; Şahin, 2002) amaç edinen ısınma, her ne kadar psikolojik yönden hazırlık süreci olarak ifade edilse de, bu alanda yeterli çalışmanın bulunmadığı görülmektedir. Bu sebeple, araştırmada, müsabaka öncesi ısınmanın güdülenme ve performansa etkisi sporcu algıları üzerinden araştırılarak, ısınmanın psikolojik hazırlık boyutu aydınlatılmaya çalışılmıştır. Yöntem: Araştırmada, "müsabaka öncesi ısınma" olgusunun güdülenme ve performansa etkisinin bütüncül bir yaklaşımla ve derinlemesine aydınlatılabilmesi için nitel araştırma yöntemi kullanılmış, "Olgubilim" çalışmanın deseni olarak seçilmiştir. Araştırmanın örneklemini, "amaçlı örnekleme" yöntemlerinden "ölçüt örnekleme" yöntemiyle belirlenmiş 5 (beş) milli güreşçi oluşturmaktadır. Kitzinger (1995)'e göre, odak grup görüşmeleri için uygun katılımcı sayısı 4-9 arasında değişmektedir. Araştırmada elde edilen veriler "odak grup görüşmesi" aracılığıyla toplanmıştır. Elde edilecek verilerin kişisel ve hassas olmaması, etkileşimsel bir ortam oluşturarak daha zengin verilere ulaşılabileceği (Yıldırım ve Şimşek, 2005) düşüncesinden hareketle araştırmada odak grup görüşmesi tercih edilmiştir. Verilerin toplanmasında yarı yapılandırılmış "görüşme formu" kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen verilerin çözümlenmesi içerik analizi yoluyla gerçekleştirilmiştir. Katılımcılarla gerçekleştirilen görüşme kayıtları olduğu haliyle yazılı metne dökülmüştür. Metin içindeki katılımcı ifadeleri kodlanmış, ortaya çıkan kodlardan yola çıkılarak kodlar arası ilişkilere, başka bir ifadeyle kategorilere, kategorilerden de temalara ulaşılmaya çalışılmıştır. Bulgular: Analiz sonuçları, müsabaka öncesi ısınmanın uyarıcı etkisi, hedefe yöneltici etkisi, sakatlıklardan koruyucu etkisi ve müsabakaya yönelik istek ve arzuyu artırıcı etkisi sebebiyle sporcular tarafından bir gereksinme olarak hissedildiğini göstermiştir. Bunun yanında, müsabaka öncesi ısınmanın, müsabakaya iyi başlamada etken olduğu, müsabaka anındaki tekniklerde kolaylaştırıcı etki gösterdiği ve müsabaka anındaki yorgunluk düzeyi ve tutukluk üzerinde olumlu bir etki gösterdiği bulunmuştur. Ayrıca, ısınma gereksinmesinin rakip algısına göre değiştiği ve ısınma süresinin kişiye özgü farklılaştığı görülmüştür. Sonuç: Araştırma sonuçları, ısınmanın psikolojik hazırlık boyutunun daha iyi anlaşılmasını sağlayarak gerek literatüre, gerekse araştırmacılara ve alandaki uygulayıcılara önemli çıkarımlar sunmaktadır. Bu çalışma Ahi Evran Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri Koordinasyon Birimince Desteklenmiştir. Proje Numarası: BES.A4.18.006 Anahtar Kelimeler: Isınma, güdülenme, performans, güreşçi.

THE EFFECT OF PRE-GAME WARM-UP ON MOTIVATION AND PERFORMANCE: A FOCUS GROUP INTERVIEW ON NATIONAL WRESTLERS

Abstract Introduction and Purpose: Although warm-up, that aims to prepare the athletes for the tasks prescribed in the training and games in terms of physical and psychological aspects (Sevim, 2002; Kanbir, 2001; Ergun ve Baltacı, 1997; Şahin, 2002), is expressed as psychological preparation process, it seems that there is not enough research in the literature. Therefore, in the research, the effect of pre-game warm-up on motivation and performance was investigated via athletes' perceptions and psychological preparation dimension of warm-up was tried to be clarified. Method: In the research, qualitative research method was used in order to clarify the effect of "pre-game warm-up" on motivation and performance in an integrated approach and in-depth. The sample of the research is composed of 5 national wrestlers determined by "criterion sampling" method from "purposeful sampling" methods. The number of eligible participants for focus group interviews varies from 4-9 (Kitzinger, 1995). The data obtained in the study were collected through "focus group interview". A semi-structured "interview form" was used to collect the data. The analysis of the data obtained in the research was carried out through "content analysis". The interview data was transcribed verbatim. The participant expressions in the text were coded to reach to the themes through codes. Results: Results showed that the pre-game warm-up is perceived as a need by

wrestlers because of its stimulant effect, goal orienting effect, protective effect from injuries and encouraging effect towards game. In addition, pre-game warm-up was perceived positively by the athletes in terms of some performances such as solid start, facilitating effect on the techniques, reducing the fatigue level, and stiffness during game. Conclusion: The results of the research provide a better understanding of the psychological preparation dimension of warm-up and present important implications for the literature, the researchers and the practitioners in the field. This work was supported by the Ahi Evran University Scientific Research Projects Coordination Unit. Project Number: BES.A4.18.006 Keywords: Warm-up, motivation, performance, wrestler.

SB144

GÜREŞÇİLERDE MENTAL DAYANIKLILIĞIN MUTLULUK DÜZEYİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

[1]Seydi Ahmet Ağaoğlu, [1]Yunus Berk

[1]Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi/Antrenörlük Bölümü

Email : *ahmetsa@omu.edu.tr, yunberk@gmail.com*

GÜREŞÇİLERDE MENTAL DAYANIKLILIĞIN MUTLULUK DÜZEYİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

Giriş: Sporda başarıyı etkileyen birçok unsur bulunmaktadır. Bu unsurların başında gelen etmen sporcunun zihinsel olarak iyi durumda olmasıdır. Fiziksel olarak yeterli durumda olan sporcunun performansını sahaya yansıtması, psikolojik olarak kendini hazır hissetmesiyle doğrudan ilişkilidir. Sporcu müsabakaya hazırlanırken çalışma takvimini belli dönemlere ayırarak uzun bir zamana yaymak zorundadır. Sporcu yaptığı çalışmanın gelişimine katkısı olduğunun bilincinde olursa performans olarak kendini yeterli görecek ve sosyal yaşantısında mutlu hissedecektir. Bu açıdan bakıldığında sporcunun zihinsel dayanıklılığı mutluluk seviyesini arttırmakta dolayısıyla performansı olumlu yönde etkileyebilmektedir.

Amaç: Performansa olumlu katkısı olduğunu bildiğimiz mutluluk düzeyinin mental dayanıklılık ile ilişkisini tespit etmek amacıyla yapılmıştır.

Metot: Çalışmamıza Samsun ilinde bulunan 93' ü milli toplamda 248 güreşçi gönüllü olarak katılmıştır. Mental dayanıklılık düzeyini belirlemek amacıyla Sheard ve arkadaşları (2009) tarafından geliştirilen "Sporda Zihinsel Dayanıklılık Envanteri" (Sport Mental Toughness Questionnaire-SMTQ-14) kullanılmıştır. Bu anket 14 maddelik dörtlü likert tipinde ve üç alt boyuttan oluşmaktadır. Mutluluk seviyelerini belirlemek amacıyla ise Hills ve Argyle (2002) tarafından geliştirilen, Türkçe uyarlaması Doğan ve Çötok (2011) tarafından yapılan 29 maddelik, 6'lı likert tipi soru ölçeği kullanılmıştır. Çalışmamızın analizleri SPSS 21 programında yapılmıştır.

Bulgular: Katılımcıların zihinsel dayanıklılık puanları ile mutluluk puanları arasında negatif ilişki tespit edilmiştir. Zihinsel dayanıklılık puanı arttıkça mutluluk düzeyinin düştüğü görülmüştür. Milli olmayan sporcuların mutluluk puanlarıyla milli olanların mutluluk puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunamadı. Sporda Zihinsel Dayanıklılık açısından milli olanların düzeyi milli olmayanlara göre daha yüksek bulundu ($p<0.01$).

Sonuç: Çalışmamızda zihinsel dayanıklılığın artmasıyla birlikte mutluluk düzeyinin azaldığı görülmüştür. Özellikle milli olan yani üst düzey sporcuların mental dayanıklılığının yüksek olması üst düzey turnuva ve müsabakalara katılım için gerekli çalışmaların yapılmasına zemin hazırlayacak zihinsel yapının var olduğunu buna karşın mutluluk düzeyinin düşük olması stres düzeyi yüksek bir ortamda çalışma yapılması ve üst düzey müsabakalara çıkılmasıyla ilişkili olduğu düşünülebilir.

Anahtar Kelime: Mental Dayanıklılık, Mutluluk, Güreş

INVESTIGATION OF THE EFFECT OF MENTAL TOUGHNESS ON HAPPINESS LEVELS IN WRESTLERS

INVESTIGATION OF THE EFFECT OF MENTAL TOUGHNESS ON HAPPINESS LEVELS IN WRESTLERS

İntroduction: İf the athlete is aware of his contribution to the development of his work, he will be able to see himself as a performance and feel happy in his social life. From this point of view, the mental stability of the athlete increases the level of happiness and therefore affects performance positively.

Purpose: This study was carried out to determine the level of happiness we know to be a positive contribution to performance in relation to mental endurance.

Method: 248 wrestlers (93 National athlete) in the province of Samsun participated as a volunteer to our investigation. The "Sports Mental Toughness Questionnaire" (SMTQ-14) developed by Sheard et al. (2009) was used to determine the mental endurance level. To determine the levels of happiness, it was developed by Hills and Argyle (2002), Turkish adaptation A 29-item, 6-point Likert-type questionnaire constructed by Doğan and Çötok (2011).

Findings: A negative correlation was found between participants' mental toughness scores and happiness scores. As the score of mental endurance increased, the level of happiness decreased. İn terms of Mental Toughness found that the level of national athletes was higher than those of non-national athletes ($p<0.01$).

Conclusion: it was seen that the level of happiness decreased with the increase of mental toughness. Especially, it is considered that the mental toughness of the national players, that is, the high mental stability of the high level athletes, which has a high level of mental preparation to prepare the necessary work for participation in the high level tournaments and competitions, while the low level of happiness is related to the study in the high stress level environment and the high level competitions.

Key Words: Mental Toughness, Happiness, Wrestling

SB162

HAKEM PERFORMANSI İLE ÖZ YETERLİK ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

[1]İstanbul Aydın Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

Email :

Çalışmanın amacı basketbol hakemlerinin sezon içinde aldıkları performans puanları ile öz yeterlik düzeyleri düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırma ilişkisel tarama modelinde betimsel bir çalışmadır. Araştırmada evrenin tamamı örnekleme dahil edilmiştir. Araştırma grubunu 2017-2018 basketbol sezonunda Türkiye Basketbol Federasyonu bünyesinde faal olarak görev yapan %9'u (n = 6) kadın ve %90'sı (n = 91) erkek olmak üzere 63 B klasman hakem oluşturmuştur. Araştırmada veri toplama aracı olarak kişisel bilgi formu, Karaçam ve Pulur (2017) tarafından geliştirilen hakem öz yeterlik ölçeği (HÖYÖ) ve Türkiye Basketbol Federesyonu Merkez Hakem Kurulu tarafından hesaplanan hakem performans puanları kullanılmıştır. Verilerin çözümlenmesi SPSS 21 ve AMOS programları kullanılarak yapılmıştır. Değişkenler arası ilişkilerin belirlenmesi için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyi $p < .05$ olarak alınmıştır. Basketbol hakemlerinin fiziksel yeterlik, oyun bilgisi, karar verme, baskı, iletişim, HÖYÖ toplam ve performans puanları ile yaşları ve yönettikleri maç sayıları arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki bulunmuştur. Basketbol hakemlerinin fiziksel yeterlik, oyun bilgisi, karar verme, baskı, iletişim, HÖYÖ toplam puan ve performans puanları arasında bütün değişkenlerde pozitif yönlü ve anlamlı ilişki bulunmuştur.

EXAMINING THE RELATIONSHIP BETWEEN REFEREE PERFORMANCE AND SELF-EFFICACY

The aim of the study was to examine the relationship between basketball referees' performance scores gained during the season and their self-efficacy levels. The present study was conducted using a descriptive screening design. The entire universe was included in the sample. The sample of the study consisted of 63 Class-B referees (9% (n=6) females and 90% (n=91) males) who actively served within Turkish Basketball Federation during 2017-2018 basketball season. Demographic information form, "The Referee Self-Efficacy Scale" developed by Karaçam and Pulur (2017), and performance scores calculated by the Central Referee Committee of Turkish Basketball Federation were used as data collection tools. The analysis of the data was conducted using SPSS 21 and AMOS programs. The Pearson- Product Moments Correlation Coefficient was used to determine the relationships between the variables. The significance level was taken as $p<.05$. There was a positive significant relationship between basketball referees' physical competence, game knowledge, decision making, pressure, communication, REFS total and performance scores and their ages and the number of matches refereed. There was a positive significant relationship between basketball referees' physical competence, game knowledge, decision making, pressure, communication, REFS total and performance scores and all the variables.

SB169

TÜRKİYE'DEKİ TAEKWONDO VE KARATE SPORCULARININ NARSİST KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ, MİZAÇ TİPLERİ VE SALDIRGANLIK DÜZEYLERİNİN ARAŞTIRILMASI

***[1]Nurcan Mazılı*, [1]R. Ferudun Dorak**

[1]Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İZMİR

Email : *nurcanmazili@gmail.com, ferudundorak@gmail.com*

Giriş ve Amaç

Sporda saldırgan davranışlara sıkça karşılaşılmaktadır. Yapılan araştırmalar doğrultusunda, bu saldırgan davranışı kişilik ve karaktere bağlı olduğu savunulmuştur. Fakat yapılan çalışmaların sınırlı spor branşlarıyla ilgili olması ve saldırgan davranışın kişilik ve karakter ile ilişkilendirilmesi yeterli değildir. Bu nedenle literatüre yakın zamanda giren narsisizm ve mizaç kavramlarının saldırganlık üzerine etkisi merak konusudur. Bu çalışmanın amacı; Türkiye'de karate ve taekwondo branşlarının temaslı ve temassız disiplinlerinde spor yapan bireylerinin narsist kişilik özellikleri ile mizaç tiplerinin, saldırganlık düzeyleri üzerine etkisi olup olmadığının incelenmesi ve bunların birbirleri ile ilişkilerinin ortaya konmasıdır.

Yöntem

Araştırma örneklemini, 18 yaş ve üzeri ,159 kadın; 182 erkek, ulusal ve/veya uluslararası turnuvalarda yarışmış, karate (kumite, kata) ve taekwondo (poomse, kyorugi) sporcularından oluşmuştur. Katılımcılara kişisel bilgi formu, Narsistik Kişilik Ölçeği, Dokuz Tip Mizaç Ölçeği ve Saldırganlık Envanteri yüz yüze görüşme tekniği ile uygulatılmıştır.

Bulgular

Karate ve Taekwondo branşının belirli mizaç tiplerinde (6 ve 8) yoğunlaştığı tespit edilmiştir. Karate ve taekwondo sporcularından karate sporcuların daha yüksek narsistik değere sahip olduğu tespit edilmiştir. Kata ve poomse disipliniyle ilgilenenler için narsistik kişilik özelliklerinin alt boyularında farklılaşma söz konusudur. Kumite disiplini ile uğraşan karate sporcuları kyorugi disipliniyle ilgilenen taekwondo sporcularına göre narsistik kişilik özelliklerinin alt boyutlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır. Ayrıca taekwondo branşının karate branşına göre daha yüksek edilgen saldırganlık davranışını sergilediği tespit edilmiştir. Korelasyon analizleri sonucunda yıkıcı saldırgan davranışın artması narsistik kişilik özellikleri ve üstünlük, otorite, teşhircilik, sömürücülük, hak iddia etme, kendine yeterlilik alt boyutlarının etkilerini azaltacağı tespit edilmiştir.

Sonuç

Sonuç olarak kyorugi disiplini ile ilgilenen taekwondo sporcularının yüksek edilgen saldırganlık eğiliminde olduğu ve karate sporcularının daha yüksek narsisizm özelliklerine sahip olduğu çıkarılmaktadır.

A RESEARCH ON THE AGGRESSION LEVELS, TEMPERAMENT, AND NARCISSISTIC PERSONALITY TRAITS OF TAEKWONDO AND KARATE ATHLETES IN TURKEY

Objective:

In sport, aggressive behaviours are encountered constantly.According to the researches that has been made, it has been argued that these aggressive behaviours depend on personality an character.Nevertheless, it is not enough that the work done is related to limited sport branches and that aggressive behavior is related to personality and character.For his reason, the influence of narcissism and temperament concepts that have recently entered the literature on aggression has been aroused.This research aims to study whether or not the narcissistic personality traits and the temperament types of the individuals, who perform contact and non-contact disciplines in karate and taekwondo branches in Turkey, have impact on their level of aggression; and also aims to reveal their relationship with each other.

Method:

Research samples were created from 159 women and 182 men karate and taekwondo athletes, who are either 18 years old or above and competed in national and/or international tournaments.Personal Information Forms, Narcissistic Personality Inventory,Nine Types Temperament Scale and Aggression Inventory were applied to the participants via face to face interview technique.

Result:

It was observed that karate and taekwondo branches were concentrated on certain temperament types (6 and 8).It was also observed that compared to taekwondo athletes karate athletes have higher narcissistic values.There is a differentiation in sub-dimensions of the narcissistic personality traits for the athletes, who perform kata and poomse disciplines.Moreover, it was also observed that taekwondo branch has showed more passive aggression behaviour than karate branch.As a result of correlation analyses, it was observed that the increasement of destructive aggressive behavior decreases the effects of the sub-dimensions of the narcissistic personality traits, supremacy, authority, exhibitionism, exploitation, demanding and self-sufficiency.

Conclusion:

To sum up, it can be deduced that taekwondo athletes, who perform kyorugi discipline have a tendency to experience high passive aggression; and karate athletes have higher narcissistic traits than the others.

SB185

ALTYAPI FUTBOL OYUNCULARININ PROBLEM ÇÖZME, DİKKAT VE MOTİVASYON DÜZEYLERİNİN MEVKİLERİNE GÖRE İNCELENMESİ

***[1]Halil Emre Çınargür*, [1]Halil Emre Çınargür, [1]Gökçe Erturan İlker**

[1]Pamukkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, DENİZLİ

Email : *h.emrecinargur@gmail.com, h.emrecinargur@gmail.com, gokce.erturan@gmail.com*

Giriş: Performans sırasında neye dikkat edileceğini, dikkatin başka bir alana nasıl kaydırılacağını ve dikkatin nasıl yoğunlaştırılacağını bilmek, uygun performans sergilemek için gerekli temel becerilerdendir (Martens, 1987). Müsabakalar sırasında karşılaşılan problemlerin uygun biçim ve süreçler içerisinde çözümlenmesi (Taylan, 1990) ve o spora özgü içsel motivasyona sahip olunması da (Hagger & Chatzisarantis, 2007) performans için temel bileşenlerdir denilebilir. Buradan hareketle bu çalışmanın amacı futbol altyapı oyuncularının problem çözme, dikkat ve motivasyon düzeylerinin oynadıkları mevkilere göre karşılaştırılmasıdır.

Yöntem: Araştırma, Ege Bölgesinde profesyonel futbol takımlarının altyapılarında oynayan, 14-19 yaşları arasındaki 217 erkek (OrtYaş=16.01) futbolcu ile yapılmıştır. Kişisel bilgi formu, Problem Çözme Envanteri (Heppner & Petersen, 1982), D2 Dikkat Testi (Brickenkamp & Zillmer, 1998) ve Sporda Güdülenme Ölçeği (Pelletier ve diğ., 1995) kullanılmıştır. Veriler Tek Yönlü Varyans Analizi ile incelenmiştir.

Bulgular:

• Farklı mevkilerde oynayan altyapı oyuncularının problem çözme ve motivasyon düzeyleri arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

• Kalecilerin dikkatin sürdürülebilirliği ortalamalarının stoper, sağ/sol bek, merkezi orta saha, kanat forvet ve forvetlerin ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca defansif orta saha oyuncularının dikkatin sürdürülebilirliği ortalamaları, kaleciler hariç tüm diğer oyunculardan anlamlı düzeyde yüksektir.

• Kalecilerin genel dikkat ortalamaları, sağ/sol bek, kanat forvet ve forvet oyuncularının ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Ayrıca defansif orta saha oyuncularının genel dikkat ortalamaları, kanat forvet oyuncularınınkinden anlamlı düzeyde yüksektir.

• Kalecilerin konsantrasyon ortalamaları, sağ/sol bek, kanat forvet ve forvet oyuncularınınkinden anlamlı düzeyde yüksektir. Stoperlerin konsantrasyonu, sağ/sol bek ve kanat forvet oyuncularınkinden anlamlı düzeyde yüksektir. Ayrıca merkezi orta saha oyuncularının konsantrasyonu, kanat forvet oyuncularınınkinden anlamlı düzeyde yüksektir.

Sonuç: Kalecilerin dikkat becerilerinin, diğer mevkilerin oyuncularına göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Kaleci antrenmanlarının zamanla bu oyuncuların dikkat düzeylerini artırmış olabileceği düşünülmektedir. Orta saha oyuncularının problem çözme becerilerinin diğer mevki oyuncularına göre yüksek olması beklenirken, sonuçlarda mevkiler arasında fark çıkmamıştır. Futbol antrenörlerine oyuncularının problem çözme becerilerini geliştirecek biçimde antrenman tasarlamaları önerilmektedir. Anahtar Kelimeler: Problem çözme, dikkat, motivasyon, futbolda pozisyon

EXAMINING FOOTBALL PLAYERS' PROBLEM SOLVING, ATTENTION AND MOTIVATION LEVELS ACCORDING TO THEIR POSITIONS

Introduction: What to pay attention, how to shift attention to another area and how to focus attention are important for performance (Martens, 1987). Solving the problems during the competitions in appropriate way (Taylan, 1990) and having intrinsic motivation specific to sport (Hagger & Chatzisarantis, 2007) are the basic components for performance. The aim of this study was to compare soccer players' problem solving, attention and motivation levels according to their positions.

Method: The study was conducted with 217 male (Mage = 16.01) football players aged between 14-19 who played youth league in the Aegean Region. Personal information form, Problem Solving Inventory (Heppner & Petersen, 1982), D2 Attention Test (Brickenkamp & Zillmer, 1998) and Sport Motivation Scale (Pelletier et al, 1995) were applied to players. Data were analyzed by ANOVA.

Results:

• There was no significant difference in problem solving and motivation levels of footballers' playing in different positions.

• Goalkeepers' persistence of attention was significantly higher than the center backs, right/left backs, central midfield, wings and strikers. In addition, the defensive midfield players' persistence of attention was significantly higher than all other groups except goalkeepers.

• Goalkeepers were significantly higher general attention than the right/left back, wings and strikers. Defensive midfielders' general attention were significantly higher than wings.

• Goalkeepers concentration was significantly higher than right/left back, wing and striker players. Center back players' concentration was higher than lef/right back and wings. Central midfield players' concentration was significantly higher than the wings.

Conclusion: Goalkeepers have more various attention skills than other players. The way how goalkeepers were trained may have increased their attention over time. It was expected that midfield players' problem-solving skills would be higher than other football positions. But results revealed no difference among groups. Football coaches are recommended to consider to improve their players' problem-solving skills.

Key words: Problem solving, attention, motivation, football position

SB186

BATMAN BELEDİYE SPOR HENTBOL TAKIMI SPORCULARININ MÜSABAKA ÖNCESİ VE SONRASI DURUMLUK VE SÜREKLİ KAYGI DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]M.Enes Işıkgöz*, [1]H. Murat Şahin, [2]Figen Şahin**

[1]Batman Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, BATMAN
[2]Batman Üniversitesi Meslek Yüksekokulu, BATMAN

***Email :** pdgenes@gmail.com, hmuratsahin@gmail.com, figen.sahin@batman.edu.tr*

GİRİŞ ve AMAÇ: Günümüzde sporun işlerlik kazanması sporcuya psikolojik olarak bazı yükler getirmiş ve sporcuların psiko-sosyal varlık olarak bilimsel açıdan ele alınmasını bir gereklilik haline getirmiştir (Gümüş, 2002). Çünkü elit düzeydeki sporcuların fiziksel ve fizyolojik kapasitelerinin yanında motive olma, kaygılarını yönetme, yarışma stresiyle başa çıkma, konsantre olma ve amaçlar belirleme gibi psikolojik kapasiteler konusunda mükemmel yeteneklere sahip oldukları düşünüldüğünde, sportif performanslarını arttırmada psikolojik boyutun ihmal edilmemesi gerekmektedir (Koç, 2004). Bu çalışmada, 2017-2018 Hentbol Türkiye Kupası Grup müsabakalarına katılan Batman Belediye Spor Hentbol Takımı sporcularının müsabaka öncesi ve sonrası durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin belirlenmesi amaçlanmıştır. YÖNTEM: Araştırmanın çalışma grubunu; Türkiye Hentbol Şampiyonası müsabakalarına katılan Batman Belediye Spor Hentbol Takımının 16 sporcusu oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak, "Kişisel Bilgi Formu" ile Spielberger ve ark. (1970) tarafından geliştirilen, "Durumluk-Sürekli Kaygı [State Trait Anxiety Inventory (STAI)] " ölçeği kullanılmıştır. BULGULAR:Sporcuların maç öncesi durumluk kaygı düzeyi ortalaması (46,13±5,55), sürekli kaygı düzeyi ortalaması (46,06±5,58), maç sonrası ise sporcuların durumluk kaygı düzeyi ortalaması (47,19±4,71), sürekli kaygı düzeyi ortalaması (44,13±6,10) olarak gerçekleşmiştir. Sporcuların maç öncesi ve sonrası durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin anlamlı olarak değişmediği tespit edilmiştir (p>0,05). Sporcuların ölçeklerden almış oldukları puanların ortalamasına bakıldığında, durumluk kaygı düzeylerinin maç sonrası arttığı, sürekli kaygı düzeylerinin ise maç sonrası düştüğü görülmüştür. SONUÇ: Sporcuların durumluk kaygı düzeylerinin maç sonrası arttığı, sürekli kaygı düzeylerinin ise maç sonrası bir miktar düştüğü, sporcuların maç öncesi ve sonrası durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin anlamlı olarak değişmediği tespit edilmiştir. Sporcuların sahip oldukları ülke, boy, yaş ve ağırlık değişkenlerine göre ise maç öncesi ve sonrası durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin anlamlı olarak değişmediği, ancak Türkiye uyruklu sporcuların maç sonrası durumluk kaygı düzeylerinin daha da yükseldiği, sürekli kaygı düzeylerinin ise bir miktar düştüğü, yabancı uyruklu sporcuların ise maç öncesi yüksek olan durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin maç sonrası birlikte düştüğü sonucuna ulaşılmıştır.

ANALYSIS ON STATE AND CONTINOUS ANXIETY LEVELS OF THE ATHLETES IN BATMAN BELEDIYE SPOR HANDBALL TEAM BEFORE AND AFTER THE COMPETITION

Today, the fact that sports has gained functionality has brought some psychological loads to the athlete and made it necessary for the athletes to be considered as a psychosocial entity from a scientific point of view (Gümüş, 2002). The purpose of this study is to determine the state and continuous anxiety levels of the athletes of Batman Belediye Spor Handball Team who participate in group competitions of 2017-2018 Turkey Handball Cup before and after the competition.The study group is composed of 16 athletes in Batman Belediye Spor Handball Team who participate in Turkey Handball Championship games. As a data collection tool of this research, "Personal Information Form" and "State Trait Anxiety Inventory (STAI)" scale developed by Spielberger et al. (1970) have been used. It has been found that average state anxiety level of athletes before the match is (46.13±5.55), average continuous anxiety level is (46.06±5.58), average anxiety level of athletes after the match is (47.19±4.71), and average continuous anxiety level is (44.13±6.10). It has been determined that state and continuous anxiety levels of athletes before and after the match don't differ significantly (p>0.05). Concerning the mean scores of athletes taken from the scales, it has been observed that state anxiety level of athletes increases after the match and their continuous anxiety level reduces after the match. It has been determined that state anxiety level of athletes increases after the match, their continuous anxiety level reduces a bit after the match and state and continuous anxiety

levels of athletes before and after the match don't differ significantly It has been concluded that state and continuous anxiety levels of athletes before and after the match don't differ significantly by the variables of country.

SB204

ATICILIK ANTRENÖRLERİNİN ÖZ YETERLİLİK DÜZEYLERİNİN BAZI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ

[2]Hakan Kolayiş, [1]Zeynep Aydoğan, [2]Nurullah Çelik

[1]Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi / MUĞLA
[2]Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi / SAKARYA

Email : *hkolayis@sakarya.edu.tr, zeydogan@gmail.com, nurullahc@sakarya.edu.tr*

Amaç: Bu çalışmanın amacı, Türkiye'de görev yapan atıcılık antrenörlerinin öz yeterlilik düzeylerinin temel psikolojik ihtiyaçlar, antrenörlük kademesi, yaş ve cinsiyet değişkenleri bakımından incelenmesidir. Metod: Bu amaçla, çalışma 2-4 Şubat 2018 tarihleri arasında Antalya'da yapılan havalı-ateşli silahlar ve trap-skeet seminerine katılmış olan 32'si kadın ve 71'i erkek olmak üzere toplam 103 antrenör ile yapılmıştır. Çalışmada ölçüm aracı olarak, kişisel bilgi formu, Riggs, Warka, Babasa, Betancourt ve Hooker tarafından 1994 yılında geliştirilen ve Türkçeye uyarlaması Öcel (2002) tarafından yapılan "Öz Yeterlilik Ölçeği", ve Deci ve Ryan (2000) tarafından geliştirilip Kesici Üre ve arkadaşları (2002) tarafından Türkçeye uyarlanan "Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği" kullanılmıştır. Elde edilen verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler, Pearson korelasyon analizi, bağımsız gruplar t-testi ve gruplar arası farkın tespiti için One Way ANOVA testi kullanılmıştır. Veriler SPSS 16 programında analiz edilmiştir. Anlamlılık düzeyi 0.05 olarak kabul edilmiştir. Bulgular: Çalışmada elde edilen bulgular incelendiğinde antrenörlerin öz yeterlilik puan ortalaması ile temel psikolojik ihtiyaçlar ölçeğinin özerklik ve ilişkili olma alt boyutları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilirken ($p<0,05$); yeterlilik alt boyutunda ve yaş değişkeni bakımından ise anlamlı bir ilişki tespit edilememiştir ($p>0,05$). Yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda öz yeterlilik puan ortalaması ile antrenör kademeleri arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>0,05$). Cinsiyet bakımından da öz yeterlilik puan ortalamalarında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>0,05$). Sonuç: Çalışmanın bulguları ışığında, antrenörlerin öz yeterlilik düzeylerindeki artışın daha fazla özerklik ve sosyal ilişkiler kurma ihtiyacını ortaya çıkardığını göstermiştir. Bir başka deyişle, antrenörlerin kendilerini daha özerk ve sosyal ilişkiler kurma ihtiyaçlarının, kendilerini yapmış oldukları işte daha yeterli hissetmelerine yardımcı olduğu söylenebilir. Yaş ile öz yeterlilik arasında herhangi bir ilişkinin bulunmadığı ve öz yeterlilik ile antrenörlük kademelerinin artması arasında anlamlı bir farkın olmadığı tespit edilmiştir. Bununla birlikte kadın ve erkek antrenörlerin öz yeterlilik puan ortalamaları bakımından da bir farkın olmadığı sonucu ortaya çıkmıştır. Anahtar Kelimeler: Öz yeterlilik, temel psikolojik ihtiyaçlar, antrenör

INVESTIGATION OF SELF-EFFICACY LEVELS OF SHOOTING COACHES ACCORDING TO SOME VARIABLES

Purpose: The purpose of this study was to investigate the self-efficacy levels of shooting coaches serving in Turkey regarding basic psychological needs, coaching year age and gender variables Method: For this purpose, the study was carried out with a total of 103 coaches, 32 female and 71 male, participated in rifle, pistol and shotgun seminar held in Antalya between February 2-4, 2018. As measuring tool, a personal information form, "The Basic Psychological Needs Scale" developed by Deci and Ryan (2000) and adapted to Turkish by Kesici Üre et al. (2002); The "Self-Efficacy Scale" developed by Riggs, Warka, Babasa, Betancourt and Hooker in 1994 and adapted to Turkish by Öcel (2002) were used in the study. For analysis, descriptive statistics, Pearson correlation analysis, independent samples t-test and One Way ANOVA test were used in the study. The data were analyzed in the SPSS 16 program. The level of significance was accepted as 0.05. Findings: According to the finding, positive significant correlation was found between the self-efficacy mean scores and the autonomy and relatedness sub-dimensions of the basic psychological needs scale ($p<0,05$). On the other hand, no significant difference was found between the self-efficacy mean scores and coaching year ($p>0,05$). There was no statistically significant difference in the self-efficacy mean scores of coaches regarding age and gender ($p>0,05$). Conclusion: As a result, the increase in the self-efficacy levels of the coaches revealed the need to establish more autonomy and social relations. In other words, it can be said that the need for coaches to establish themselves more autonomous and social relations helps them to feel more adequate in their jobs. On the other hand, no statistically significant relationship was found between the self-efficacy and age and coaching year. Findings showed any significant difference between male and female coaches regarding self-efficacy mean scores. Keywords: Self-efficacy, basic psychological needs,

SB223

İSTANBUL İLİ AVRUPA YAKASI FİTNESS ANTRENÖRLERİNİN TÜKENMİŞLİK DUYGU DURUMU, STRESLE BAŞA ÇIKMA TARZLARI İLE YARDIM ARAMA TUTUMLARININ İNCELENMESİ

***[1]Şeval Kayğusuz*, [2]Elif Karagün**

[1]İstanbul Gedik Üniversitesi
[2]Kocaeli Üniversitesi

Email : *sevalkaygusuz@gmail.com, elif.karagun@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Toplumumuzda insanların stres ve tükenme ile baş etmek için özellikle rekreasyonel amaçlı düzenlenen birçok egzersiz programlarına katıldıkları bilindiği, özellikle bu egzersiz programlarından fitness merkezlerinin pek çok yerde açıldığı görüldüğü, fitness merkezlerine katılan bireylerle iletişimde olan ve eğitimlerini veren ise antrenörler olduğu belirtilmiş, antrenör adı verilen spor eğitimcilerinin; sporcu başarısı için gerekli stratejik, teknik bilgileri birleştirici bir tür teknisyen olarak değerlendirilmiştir. Günlük yaşamda özellikle yaşam kalitesi açısından günlük streslerle baş etmede egzersiz programları açısından hizmet veren kurumlardan biri olan fitness merkezlerinde çalışan antrenörlerin de insanlara hizmet sunan ve yüz yüze ilişki gerektiren bir meslek olduğu ve insanlara hizmet veren mesleklerde tükenmenin ortaya çıkma olasılığının arttığı (1986 alıntı Baloğan, 2006) bilgisi göz önüne alındığında fitness merkezlerinde çalışan antrenörlerin tükenme düzeyi, stresle başa çıkma ne durumda olduğu da yardım arama açısından nasıl bir tutum izledikleri merak edilmiştir. Bu çalışmanın amacı İstanbul İli Avrupa Yakası'nda bulunan fitness antrenörlerinin tükenmişlik duygusu, stresle başa çıkma ve yardım arama tutumlarını belirlemek, belirlenen bu özelliklerin de bazı değişkenlere göre farklılık gösterip göstermediğini incelemektir. Yöntem: Avrupa Yakası'nda bulunan 129'u kadın 272'si erkek olmak üzere toplam 401 antrenöre; demografik özelliklerini belirlemek amacı ile Kişisel Bilgi Formu, Tükenmişlik Ölçeği, Stresle Başa Çıkma Ölçeği Yardım Arama Tutumları Ölçeği kullanılmıştır. Veriler SPSS 22.00 paket programında analiz edildiğinde; normal dağılıma uymadıkları için Man Whitney U ve Kruskal Wallis testleri ile ilişki için korelasyon analizi kullanılmıştır. Bulgular: Araştırmamızdaki bulgularda tükenmişlik duygu durumu ile yaş ve hastalık geçirme durumları arasında; stresle başa çıkma ile yaş, düzenli spor yapma durumları, ilaç kullanma durumları arasında ve yardım arama tutumları ile cinsiyet, ilaç kullanma durumları, düzenli spor yapma durumları ve hastalık geçirme durumları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0,05$). Sonuç: Fitness antrenörlerinin tükenmişlik duygu durumlarının, stresle başa çıkma ve yardım arama tutumlarıyla ilişkili olduğu görülmüştür. Anahtar Kelimeler: Stresle başa çıkma, Yardım Arama Tutumları, Tükenmişlik duygusu, Fitness Antrenörü

THE EXAMINATION OF THE FITNESS COACHES LEVEL OF BURNOUT, WAYS TO COPE WITH STRESS AND ATTITUDE TOWARDS ASKING FOR HELP ON THE EUROPEAN SIDE OF ISTANBUL

Objective: In our society, people are known to participate in many exercise programs especially designed for recreational purposes in order to cope with stress and burnout. Especially these fitness programs show that fitness centers are opened in many places, that there are trainers who are in communication with the individuals participating in fitness centers and trainers, and trainers; the athlete was assessed as a combinatorial technician of strategic, technical knowledge necessary for success. In everyday life, especially in terms of quality of life, it is one of the institutions providing services in terms of exercise programs to cope with daily stresses. It is also known that coaches working in fitness centers are a profession that provides services to people and that face to face relationship is needed and that the probability of occurrence of consuming in professions that serve people (1986 citation Balogan, 2006), it was wondered how the attitude of the coaches working in the fitness centers, the level of exhaustion, the way of coping with stress, and the attitude of seeking help were found.

Method: İn this study, personal information scale, burnout scale, scale to cope with stress, help-seeking attitudes scale to a total 401 fitness trainers on europe side of İstanbul. The data were analyzed in the SPSS 22.00 package program; Mann-Whitney U and Kruskal Wallis tests for the comparison, correlation analysis for the relationship were applied.

Result: İn the study, meaningful difference (p<0,05) were found between burnout emotional states and age, have an illness, between coping with stress age, weekly training time, drug use, between help-seeking attitudes and gender, drug use, weekly training time, have an ilness. Conclusion: The burnout emotional states of trainers affect their coping with stress and help-seeking attitudes were found. Keywords: Coping With Stress, Help-Seeking Attitudes, Sense Of Burnout, Fitness Trainer

SB247

ELİT EKSTREM SPORCULARIN ÖZGÜVENLERİNİN İNCELENMESİ

[1]Özgür Bostancı, [1]Emre Karaduman

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

Email : *bostanci@omu.edu.tr, karaduman.emre@hotmail.com*

Amaç: Bu çalışmada, ekstrem sporcuların özgüven düzeyleri cinsiyet, spor yılı ve millilik gibi çeşitli değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırmaya yaş ortalaması 27,91±10,66 olan 200 Kayak, 44 Snowboard, 550 Dağcılık, 298 Otomobil ve 568 Motosiklet yarışçısı olmak üzeri toplamda 1660 lisanlı sporcu katılmıştır. Katılımcıların 312'si(%18,8) kadın ve 1348'si(%81,2) erkeklerden oluşmaktadır. Veriler, 2016-2017 sezonun da gerçekleştirilen Türkiye şampiyonalarına ve branşlara özgü eğitim kamplarına katılan Kayak, Dağcılık sporcuları ile yüz yüze, Otomobil sporcularına Türkiye Otomobil Federasyonu aracılığıyla, Motosikletçilere ise elektronik ortamda ulaşılarak ölçeği doldurmaları sağlanmıştır. Çalışmada sporcuların kendine olan inancını, duygularını kontrol edebilmelerini ve risk alabilmeleri ile ilgili bazı özelliklerini belirlemek amacıyla, Akın (2007) tarafından geliştirilen ''Özgüven Ölçeği' veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Verilerin çözümlenmesinde ise Mann Whitney U testi ve Kruskal Wallis testinden yararlanılmıştır. Bu çalışmanın istatistiksel analizleri SPSS 21.0 istatistik programı kullanılarak yapılmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Sonuç olarak, ekstrem spor branşları arasında Kayak (144,50±15,85) ve Otomobil (143,71±16,1) yarışçılarının en yüksek, Snowboard (137,68±20,55) yarışçılarının ise en düşük özgüven değerlerine sahip olduğu görülmüştür. Cinsiyete göre kadınların sayısının erkeklere oranla daha az olmasına rağmen, yalnızca dış özgüven de kadınlar lehine anlamlılık tespit edilmiştir ($p<0,05$). Sporcu yaşı ile milli sporcu olma değişkenlerine göre de özgüven seviyeleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır ($p<0,05$). Bu anlamda başarılı ve kendine güvenen bireyler yetişmesini sağlamak için ekstrem sporların yaygınlaştırılması, desteklenmesi ve tanıtılması, tüm dünyada henüz yeni olan bu sporların hızla gelişmesine ve başarılar elde edilmesine olanak sağlayacaktır. Anahtar Kelimeler: özgüven, ekstrem spor, risk

INVESTIGATION OF SELF CONFIDENCE LEVELS IN ELITE EXTREME ATHLETES'

Purpose: The purpose of this study is to examine the self-confidence levels of extreme sports athletes in terms of various variables such as gender, sport experience and sports level. Method: A total of 1660 licensed athletes in skiing (200), snowboarding (44), mountaineering (550), auto racing (298) and motorcycle racing (568) with an average age of 27,91±10,66 participated in the study. 312 (18,8%) of the participants were female, while 1348 (81,2%) were males. The data were collected in person from skiers and mountaineers who participated in Turkish championships and training camps in 2016-2017 season, from motor-car athletes through Turkish Automobile Sport Federation and from motor-bike racing athletes through digital environment. As for data collection tool, "Self-confidence scale" developed by Akın (2007) was used to find out athletes' characteristics of self-belief, being able to control emotions and taking risks. Mann Whitney U and Kruskal Wallis test were used for data analysis. Statistical analysis of this study was performed using the SPSS 21.0 statistical program.

Findings and Results: The results of the study showed that among extreme sports branches, skiers (144,50±15,85) and motor- car (143,71±16,1) racers had the highest self-confidence values, while snowboarders (137,68±20,55) had the lowest values. Although there were less women in the study, significance was found only in external self-confidence in favour of women ($p<0,05$). Significant association was found between self-confidence values in terms of sport experience and sports level ($p<0,05$). In this sense, generalizing, supporting and introducing extreme sports to raise successful and self-confident individuals will contribute to the fast development of these sports which are known as dangerous sports throughout the world. Keywords: self-confidence, extreme sport, taking risk

SB261

SPORCULARDA ANTRENÖR SPORCU İLİŞKİSİ İLE SPORA KATILIM MOTİVASYONU ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

[1]Hakan Kolayiş, [1]Nurullah Çelik

[1]Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, SAKARYA

Email : *hkolayis@sakarya.edu.tr, nurullahc@sakarya.edu.tr*

Amaç: Bu çalışmanın amacı, lisanslı sporcularda antrenör sporcu ilişkisi ile spora katılım motivasyonu arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Metod: Bu amaçla, çalışma voleybol, atletizm, futbol ve Amerikan futbolu branşlarından 16'sı erkek ve 134'ü kadın olmak üzere toplam 150 (19,72±2,89 yaş ort.) sporcu ile yapılmıştır. Çalışmada ölçüm aracı olarak, Pelletier ve arkadaşları (1995) tarafından geliştirilen, Kazak (2004) tarafından Türkçe güvenilirlik ve geçerliliği yapılan "Sporda Güdülenme Ölçeği" ile Jowett ve Ntoumanis (2004) tarafından geliştirilen, Türkçe uyarlanması ise Altıntaş ve arkadaşları (2012) tarafından yapılan "Antrenör Sporcu İlişkisi Ölçeği" kullanılmıştır. Elde edilen verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler, Pearson korelasyon analizi ve gruplar arası farkın tespiti için One-Way ANOVA testi kullanılmıştır. Veriler SPSS 16 programında analiz edilmiştir. Anlamlılık düzeyi 0.05 olarak kabul edilmiştir. Bulgular: Çalışmada elde edilen bulgular incelendiğinde, yaş ile antrenör sporcu ilişkisi ölçeğinin yakınlık alt boyutu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($p<0,05$). Bağlılık ve tamamlayıcılık boyutlarında ise anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($p>0,05$). Antrenör sporcu ilişkisi ölçeğinin tamamlayıcılık alt boyutu ile spora katılım motivasyonu ölçeğinin bilmek ve başarmak için ve uyaran yaşamak için alt boyutları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($p<0,05$). Antrenör sporcu ilişkisi ölçeğinin tüm alt boyutları ile spora katılım motivasyonu ölçeğinin bilmek ve başarmak, özdeşim ve dışsal düzenleme alt boyutlarında istatistiksel açıdan branşlar arası anlamlı farklar tespit edilmiştir ($p<0,05$). Sonuç: Sonuç olarak, araştırmada yaşın artması ile birlikte sporcuların antrenörlerini kendilerine daha yakın algıladıkları tespit edilmiştir. Ayrıca sorumluluk alma, birlikte kazanma isteğinin daha çok bilme ve başarma ve haz alma duygusu ile pozitif bir ilişki kurduğu tespit edilmiştir. Son olarak atlet sporcuların voleybol, futbol ve Amerikan futbolu oynayan sporcularından daha yüksek yakınlık, bağlılık ve tamamlayıcılık düzeylerine sahip olduğu ortaya çıkmıştır. Anahtar Kelimeler: Antrenör-sporcu ilişkisi, sporcu, motivasyon

EXAMINING THE RELATIONSHIP BETWEEN COACH-ATHLETE RELATIONSHIP AND SPORT PARTICIPATIN MOTIVATION AMONG ATHLETES

Purpose: The purpose of this study was to examine the relationship between coach athlete relationship and sport participation motivation of licensed athletes. Method: The study was conducted with a total of 150 (19.72 ± 2.89 years) athletes, 16 of which were male and 134 were female, from volleyball, athletics, football and American football branches. As a measurement tool, The "Sport Motivation Scale (SMS)" which was developed by Pelletier et al. (1995) and adapted to Turkish by Kazak (2004), The "Coach Athlete Relationship Scale" which was developed by Jowett and Ntoumanis (2004) and adapted to Turkish by Altıntaş and his friends (2012) were used in the study. For analysis, descriptive statistics, Pearson correlation analysis and One-Way ANOVA test were used. The data was analyzed through the SPSS 16 program.The level of significance was determined as 0.05. Findings: According to findings, significant positive correlation was found between the age and the closeness subscale of the coach athlete relationship scale ($p<0.05$). There was a significant positive correlation between the complementary subscale of the coach athlete relationship scale and in knowing and accomplishment and to experience stimulus subscales of sport motivation scale ($p<0.05$). Statistically significant differences were found between the branches in the knowing and achievement, identification, and external regulation subscales of sport participation motivation and in the whole dimensions of coach athlete relationship scale ($p<0,05$). Conclusion: As a result, it was revealed that the athletes perceive their coaches closer to themselves with the increase in age. It was also found that the desire to take responsibility, the desire to win together, had a positive relationship with the knowing and the feeling of accomplishment and enjoyment. Finally, it became clear that athletes had higher levels of closeness, commitment and complementary than those who play volleyball, football and American football. Keywords: Coach-athlete relationship, athlete, motivation

SB271

SPORA KATILIM MOTİVASYONLARININ KİŞİLİK ÖZELLİKLERİYLE İLİŞKİSİ

***[1]Muhammet Cihat Çiftçi*, [2]Hasan Birol Yalçın**

[1]Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi , Ankara
[2]Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi

***Email :** mcihatciftci@gmail.com, mcihatciftci@gmail.com*

Bu araştırmanın amacı spora katılımın kişilik özellikleriyle ilişkisini farklı değişkenler açısından incelemektir. Bu amaçla araştırmamız için genel tarama modelinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın evrenini spora katılan bireyler oluşturmaktadır. Spora katılım kişilik özellikleri ile etkileşimini belirlemek amacı ile kesit alma yöntemiyle seçilen örnekleme dâhil olan bireylerin görüşlerine başvurulmuştur. Bu amaçla Bolu ve Ankara ilinde spora katılım gösteren tabakalama örnekleme yöntemiyle seçilen 235 yetişkin bireyden veri toplanmıştır. Bu çalışmada veriler üç ayrı ölçekle toplanmıştır. Anket formunun birinci bölümünde uzman görüşü de alınarak hazırlanan 16 maddeden oluşan kişisel bilgi formu bulunmaktadır. İkinci bölümde Rogers ve Morris (2003) tarafından geliştirilen geçerliliği ve güvenilirliği Gürbüz ve diğ. (2006) tarafından yapılan 66 madde ve 5 alt boyuttan oluşan (Cronbach's Alpha Sağlık 0.93, Rekabet 0.88, Sosyalleşme ve Eğlenmek 0.88, Vücut ve Dış Görünüm 0.85, Beceri Gelişimi 0.84) Rekreasyonel Egzersiz Motivasyon Ölçeği yer almaktadır. Üçüncü bölümde ise Sümer (2005) tarafından Türkçe'ye uyarlanan 44 madde ve 5 alt boyuttan oluşan (Cronbach's Alpha Dışa Dönüklük 0.66, Nevrotiklik 0.62, Uyumluluk 0.60, Gelişime Açıklık 0.71, Öz Disiplin 0.66) Beş Faktör Kişilik Envanteri kullanılmıştır. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistik, T testi, Tek Yönlü Varyans Analizi (Anova), Mann Whitney U Testi ve Korelasyon Testi kullanılmıştır. Araştırma sonucunda cinsiyet değişkeni açısından rekreasyonel egzersiz motivasyon ölçeği rekabet, sosyal eğlence ve beceri gelişimi alt boyutlarında erkeklerin lehine anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Spor branşına göre bireysel temel spor yapanların fitness ve takım sporları yapanlara göre gelişime daha açık olduğu bulunmuştur. Spora katılan bireylerin katılım motivasyonları ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkiye yönelik korelasyon testi sonucunda egzersiz motivasyonu sağlık alt boyutuyla bütün kişilik özellikleri arasında pozitif yönde düşük düzeyli ilişki; vücut dış görünüm boyutu ile dışa dönüklük ve gelişime açıklık kişilik özellikleriyle; son olarak ise beceri gelişimi alt boyutuyla nevrotiklik hariç diğer kişilik özellikleri arasında pozitif yönde düşük düzeyde ilişki bulunmuştur.

The Relationship Between Sport Participation Motivations and Personality Traits

The purpose of the study aims to examine the relationship between sport parcitipaciton and personality traits according to different variables.Therefore, this study has been conducted with relational survey model which is one of the general survey model. In order to determine the interaction between sport participation and personality traits, ıt was refered to the oppinion of individuals who participate in sport. The population of the study was composed of individuals who participate in recreational sport activities. The sample group was composed of 235 individuals living in Ankara and Bolu who were sampled through convenient sampling method. Survey method was used as data collection tool in the study. The survey form was composed of three scales. While there is a Personal Information Form consisting 16 questions in first section of the main scale, which was composed of three sections, in the second section there was Recreational Exercise Motivation scale developed by Roger and Morris (2003) adapted to Turkish language by Gurbuz et. al. (2006). REMM consists 66 questions and 5 sub-dimensions (Cronbach's Alpha Healt 0.93, Competition 0.88, Socialising and Entertainment 0.88, Appearence 0.82, Skill Development 0.84). In third section there was Five Factor Personality Scale developed by Benet-Martinez and John (1998), adapted to Turkish version by Sumer (2005). FFPS consists 44 questions and 5 sub-dimensions (Cronbach's Alpha Extraversion 0.66, Neuroticism 0.62, Agreeableness 0.60, Openness to Experience 0.71, Conscientiousness 0.66). Descriptive statistics, T Test, Anova, Mann-Whitney U Test, , Correlation Test were used in the analysis of the data. In conclusion a correlation test between FFPS and REMM showed that; there was low positive relation found between health subdimension of REMM and each subdimension of FFPS; apperance subdimension of REMM and extraversion and openness to experience subdimension of FFPS; skill development subdimension and all subdimension of FFPS except neuroticism.

SB282

FİTNESS MERKEZİNDE DÜZENLİ EGZERSİZ YAPAN BİREYLERİN ELEŞTİREL DÜŞÜNME EĞİLİMLERİNİN BELİRLENMESİ

[1]Anıl Kaptan, [1]Betül Bayazıt, [1]Muhammet Eyüp Uzuner

[1]Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, KOCAELİ

Email : *, bayazitbetul@gmail.com, meu1985@hotmail.com*

Giriş ve amaç Egzersiz esnasındaki bilişsel, duyuşsal ve devinişsel alanlar arasındaki yoğun ilişki, eleştirel düşünmeyi egzersiz programları için vazgeçilmez bir bileşen yapmaktadır (Gillespie ve Culpan, 2000). Bu çalışmanın amacı fitness merkezinde düzenli egzersiz yapan bireylerin eleştirel düşünme eğilimlerinin belirlenmesidir.

Yöntem Araştırmaya Kocaeli ilinde özel spor salonlarına gelen 103 tanesi kadın (41,4%), 146 tanesi erkek (58,6%), olmak üzere toplam 249 kişi gönüllü olarak katılmıştır. Verilerin toplanmasında Facione ve arkadaşları (1998) tarafından geliştirilmiş, Türkçe uyarlaması, geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Kökdemir (2003) tarafından yapılmış olan California Eleştirel Düşünme Eğilimi Ölçeği (CEDEÖ) ve demografik bilgi formu (cinsiyet, medeni durum, yaş grubu ve aylık gelir) kullanılmıştır. Elde edilen verilerin SPSS 24.0 paket programında tanımlayıcı istatistiksel işlemleri (frekans, yüzde, ortalama ve standart sapma) yapıldıktan sonra cinsiyet ve medeni durum değişkenlerine Mann-Whitney U Testi, yaş grubu ve aylık gelir değişkenlerine ise Kruskal-Wallis H testi uygulanmıştır. Anlam düzeyi 0.05 olarak alınmıştır.

Bulgular Araştırmaya katılan bireylerin California Eleştirel Düşünme Eğilimi Ölçeği toplam puanlarının ortalama ve standart sapmaları (199,75±21,820) olarak bulunmuştur. Medeni durum, yaş grubu ve aylık gelir değişkenlerinde istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0,05$).

Sonuç Katılımcıların eleştirel düşünme becerilerinin düşük seviyede olduğu belirlenmiştir. Medeni durumun, yaş grubunun ve aylık gelirin eleştirel düşünme becerisine etkisi olduğu bulunmuştur. Verilebilecek eğitimler ile eleştirel düşünme becerilerinin arttırılabileceği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Egzersiz, Fitness, Eleştirel Düşünme Eğilimi

THE INVESTIGATION OF CRITICAL THINKING DISPOSITION OF THE INDIVIDUALS THAT REGULARLY EXERCISE IN FITNESS CENTERS

Introduction & purpose The intense relationship between cognitive, emotional and motoric domains during exercise has made critical thinking an indispensable component of exercise programs (Gillespie and Culpan, 2000). The aim of this study was to investigate the critical thinking tendency of individuals who exercise regularly in a fitness center.

Method A total of 249 individuals, 103 female (41.4%) and 146male (58.6%), who were exercising at fitness centers, voluntarily participated in this research. The California Critical Thinking Disposition Inventory which developed and was done by Facione ve Giancarlo (1992), Turkish adaptation, validity and reliability study was done by Kokdemir (2003) and demographic information (gender, marital status, age group and monthly income) form was used in the process of data collection. Mann-Whitney U test was applied to gender and marital status variables and Kruskal-Wallis H test was applied to age group and monthly income variables after descriptive statistics (frequency, percentage, mean and standard deviation) were analyzed in SPSS 24.0 package program. The meaning level was accepted as 0.05.

Findings The mean and standard deviations of the total scores of the California Critical Thinking Disposition Inventory of the individuals were found (199,75 ± 21,820). There were statistically significant differences in marital status, age group and monthly income variables ($p < 0,05$).

Result It has been found that the critical thinking dispositions of the participants are at a low level. The marital status, age group, and monthly income were found to have an effect on critical thinking disposition. It is thought that the training that can be given can increase the critical thinking skills.

Keywords: Exercise, fitness, critical thinking disposition

SB284

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN ZAMAN YÖNETİMİ BECERİLERİNİN BELİRLENMESİ (KOCAELİ ÜNİVERSİTESİ ÖRNEĞİ)

[1]Merve Darıcıoğlu, [1]Betül Bayazıt, [1]Muhammet Eyüp Uzuner

[1]Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, KOCAELİ

Email : *, bayazitbetul@gmail.com, meu1985@hotmail.com*

Giriş ve amaç Üniversite öğrencilerinin zaman yönetimi becerilerinin hem eğitim hem de iş yaşamında başarıya ulaşmalarında oldukça önemli olduğu belirtilmektedir (Hafner ve diğ. 2014). Bu çalışmanın amacı da Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde okuyan öğrencilerin zaman yönetimi becerilerinin incelenmesidir.

Yöntem Araştırmaya Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim görmekte olan 87 kadın (29.5%) ve 208 erkek (70.5%) olmak üzere toplam 295 öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Verilerin toplanmasında Britton ve Tesser (1991) tarafından geliştirilmiş, Türkçe uyarlaması, geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Alay ve Koçak (2002) tarafından yapılmış olan Zaman Yönetimi Envanteri (ZYE) ve demografik bilgiler (cinsiyet, yaş grubu, bölüm, sınıf, aylık gelir, bölge, kan grubu, kandaki Rh faktörü) ölçeği kullanılmıştır. Elde edilen veriler SPSS 24.0 paket programında tanımlayıcı istatistiksel işlemler (frekans, yüzde, ortalama ve standart sapma) yapıldıktan sonra cinsiyet ve kandaki Rh faktörü değişkenlerine Mann-Whitney U Testi, yaş grubu, bölüm, sınıf, aylık gelir, bölge ve kan grubu değişkenlerine ise Kruskal-Wallis H testi uygulanmıştır. Anlam düzeyi 0.05 olarak alınmıştır.

Bulgular Araştırmaya katılan bireylerin Zaman Yönetimi Envanteri toplam puanlarının ortalama ve standart sapmaları (78,57±13,113) olarak bulunmuştur. Bölüm değişkeninde istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0,05$).

Sonuç Sonuç olarak öğrencilerin zaman yönetimi puanlarının ortalamalarının sunulabilecek eğitimler ile yükseltilebileceği düşünülmektedir. Erkek öğrencilerin kadın öğrencilere göre zamanı daha etkili kullandıkları, beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümünde okuyan öğrencilerin diğer bölümlerde okuyan öğrencilere göre zaman yönetim becerilerinin daha yüksek olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Zaman yönetimi, spor, fakülte, öğrenci

THE INVESTIGATION OF TIME MANAGEMENT SKILLS OF THE STUDENTS OF THE FACULTY OF SPORTS SCIENCES (SAMPLE OF KOCAELI UNIVERSITY)

Introduction & purpose It is stated that the time management skills of university students are very important for success in both education and business life (Hafner et al. 2014). The aim of this study was to examine the time management skills of the students who study at Kocaeli University Sports Sciences Faculty.

Method A total of 295 individuals, 87 female (29.5%) and 208 male (70.5%), who were exercising at fitness centers, voluntarily participated in this research. The Time Management Questionnaire which developed by Britton ve Tesser (1991), Turkish adaptation, validity and reliability study was done by Alay ve Koçak (2002) and demographic information (gender, age group, department, grade, monthly income, region, blood type & Rh factor) form was used in the process of data collection. Mann-Whitney U test was applied to gender and Rh factor variables and Kruskal-Wallis H test was applied to age group, department, grade, monthly income, region and blood type variables after descriptive statistics (frequency, percentage, mean and standard deviation) were analyzed in SPSS 24.0 package program. The meaning level was accepted as 0.05.

Findings The mean and standard deviations of the total scores of the Time Management Inventory of the individuals participating in the study were found to be (78,57 ± 13,113). Statistically, significant difference was found in the department variable ($p < 0.05$).

Result It is considered that the average of the time management scores of the students can be increased by the education. It can be said that male students use time more effectively than female students, and those who read in physical education and sports teacher education have higher time management skills than students who study in other departments.

Keywords: Time management, sports, faculty, student

SB285

ELİT DÜZEYDEKİ GÜREŞ SPORCULARININ ZİHİNSEL DAYANIKLILIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

[1]Derya Bayhan, [1]Evin Demirhan, [1]Ömer Cengiz, [1]Yusuf Soylu

[1]Siirt Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Siirt

Email : *, , ,*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı, elit düzeyde ve aktif olarak halen milli takımlarda görev alan güreş sporcularının zihinsel dayanıklılık düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesidir. Bu çalışmaya, aktif olarak milli takımlarda görev alan 105 (39 erkek ve 66 Kadın) güreş sporcusu gönüllü olarak katılmıştır.

Yöntem: Araştırmada sporcuların zihinsel dayanıklılık düzeylerini belirlemek amacıyla Sheard ve ark (2009) tarafından geliştirilen ve Altıntaş ve Koruç (2016) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan 14 sorudan ve 3 alt boyuttan (Güven, Kontrol ve Devamlılık) oluşan Sporda Zihinsel Dayanıklılık Envanteri kullanılmıştır. Ölçek dörtlü likert tipindedir. Verilerin analizinde SPSS 21 programı kullanılmıştır. Araştırmada, elit güreş sporcularının yaş, güreş sporuna başlama yaşı ve ilk resmi müsabaka yaşı değişkenlerine göre gruplar arasında anlamlı bir fark olup olmadığı incelenmiştir.

Bulgular ve Sonuç: Araştırma bulgularına göre, yaş değişkeni ile güven, kontrol ve devamlılık alt boyutları ile zihinsel dayanıklılık envanteri genel ortalamada gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$). Güreş sporuna başlama yaşı değişkeni ile güven alt boyutunda gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir ($p<0.05$). İlk resmi müsabaka yaşı ile zihinsel dayanıklılık envanterinin alt boyutlarında ve genel ortalamada gruplar arasında anlamlı bir fark olmadığı sonucuna ulaşılmıştır ($p>0.05$). Araştırma sonucunda ise, yaşı büyük olan sporcuların zihinsel dayanıklılık açısında alt yaş grubundaki güreş sporcularına göre daha yüksek düzeyde zihinsel dayanıklılık yetisine sahip oldukları görülmüştür. Erken yaşta güreş sporuna başlayan güreşçilerinde, daha ileri yaşlarda güreşe başlayan güreşçilere göre daha yüksek zihinsel dayanıklılık düzeyine sahip oldukları belirlenmiştir.

INVESTIGATION OF MENTAL TOUGHNESS LEVELS OF ELITE WRESTLERS

Introduce and Purpose: The aim of this study is to examine the levels of mental toughness of wrestling athletes currently active on the national team at the elite level and in terms of various variables. 105 (39 males and 66 females) wrestling athletes actively participating in the national team participated in this study voluntarily.

Material and Methods: In order to determine the level of mental toughness of athletes in the study, Sport Mental Toughness Questionnaire-SMTQ-14, which was developed by Sheard et al., (2009) and consisted of 14 questions and 3 sub- dimensions (Confidence, Control and Constancy), which were adapted in Turkish by Altıntaş and Koruç (2016) The scale is of the four-point likert type. In the analysis of the data, SPSS 21 program was used.

Findings: According to research findings, it was determined that there was a statistically significant difference between the groups with respect to the age, the control, the constancy subscales and the mental toughness inventory ($p <0.05$). It was determined that there was a statistically significant difference between the age of starting wrestling sports and the confidence subscale ($p <0.05$). In the subscales of the first official match age and mental toughness inventory and in the general average there was no significant difference between the groups ($p> 0.05$). As a result of the research, it is seen that the older age athletes have a higher level of mental toughness than the wrestling athletes in the lower age group in terms of mental toughness. It has been determined that wrestlers who start wrestling at an early age have a higher level of mental toughness than wrestlers who start wrestling at a later age.

SB286

VOLEYBOLCULARIN ZİHİNSEL BECERİ DURUMLARININ İNCELENMESİ

[2]Rıdvan Ekmekçi, [1]Bülent Okan Miçooğulları, [2]Hamza Kaya Beşler

[1]Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Nevşehir
[2]Pamukkale Universitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Denizli

Email : *ridvanekmekci@gmail.com, okanmicoogullari@gmail.com, hamzakayabesler@gmail.com*

Giriş: Spor ve egzersiz psikolojisi analarında zihinsel becerilerin geliştirilmesi ve değerlendirilmesi genel sağlık ve sportif performansın arttırılması açısından çok önemlidir. Konsantrasyon, stresle başa çıkma, problem çözme, odaklanma, gibi zihinsel beceriler sportif performansın belirleyicilerindendir. Bilim adamları, Biofeedback uygulamaları kapsamında EEG, kalp sensörleri ve fMRI gibi cihazları zihinsel parametreleri ölçmek için kullanmaktadırlar. Saha veya salon içinde sporcunun zihinsel becerilerini belirleyebilmek onların performanslarını arttırmak için çok gereklidir. sporcuların ilgilendikleri branşa yönelik müsabakalarda sürekli baskı altında kararlar almak zorunda kalmaktadırlar. doğru kararlar almakta önemli süreçlerden biri de zihinsel dayanıklılıktır. Bu sebeple, psikolojik beceri antrenmanları vasıtasıyla sporculara zihinsel dayanıklılıkları ile ilgili geri dönütler vermek çok önem arz etmektedir. Amaç: Bu çalışmanın amacı, elit voleybol sporcularının zihinsel dayanıklılık, zihinsel beceriler, problem çözme becerileri ve bazı zihinsel parametrelerinin incelenmesidir. Yöntem: Çalışmaya 14 elit voleybol oyuncusu gönüllü olarak katılmıştır. Çalışma içerisinde sporcuların sahip olduğu özellikleri ölçmek amacıyla, Sporda Zihinsel Dayanıklılık anketi; Zihinsel Beceriler anketi, Problem Çözme anketi, Emotiv Insight 5 Kanal EEG cihazı ve İç denge Kalp Sensörü kullanılmıştır. Bulgular ve Sonuç: Elde edilen bulgulara göre sporcuların zihinsel dayanıklılık ve zihinsel becerilerini kullanma düzeyleri anlamlı şekilde yüksek; problem çözme becerileri orta düzeyde saptanmıştır. Biofeedback parametreleri incelendiğinde ise; stress düzeyleri Ort=37.5, heyecan Ort=37.6, sorumluluk Ort=49.6, odaklanma Ort=33.6, ilgi Ort=53.6, gevşeme Ort=40, uygunluk Ort=1.02, maksimal uygunluk Ort=3.71, kalp atım sayısı Ort=72 ve problem çözme becerisi Ort=75.4. bu bilgiler ışığı altında, voleybol sporcularının stress ve heyecan düzeyleri yüksek, odaklanma, sorumluluk, ve ilgi düzeyleri normal ve gevşeme düzeyleri düşük olarak ifade edilebilir.

A RESEARCH ON COGNITIVE SKILLS CONDITION OF VOLLEYBALL PLAYERS

Introduction The accurate assessment of mental skills (MS) is crucial for the development of health and sport in general and for the field of sport and exercise psychology in particular. Cognitive skills are decisive features for the behavioral performance, like focusing, problem solving, coping with stress and concentration. Scientists are using some devices to understand cognitive skills like EEG, heart censors and fMRI (functional magnetic resonance imaging). It is very important to understand athletes' cognitive skills for improving their performance on the court. Athletes often make decisions under intense time pressure that may have a substantial impact on the game performance. Decision making process is directly related with mental toughness (MT). Therefore, it is important to understand that athletes' mental toughness condition and give them feedback to improve their ability on mental toughness especially with mental training techniques. Purpose The purpose of the study was to evaluate mental toughness, mental abilities, problem solving skills and cognitive skills score of athletes. Method The sample of study consisted of 14 elite volleyball players (mean ± s: age 21 ± 5 years) volunteered to participate in the current study. Sport Mental Toughness Questionnaire (SMTQ; Sheard et al., 2009); Bull's mental skills questionnaire (BMSQ; Bull, Albinson, & Shambrook., 1996) and Problem solving inventory (PSI; Heppner & Petersen, 1982). Emotiv Insight 5 Channel EEG, Inner balance heart math sensor were used to get biofeedback data of volleyball players. Results & Conclusion Volleyball players' scores of mental toughness and mental abilities were significantly high, also problem solving ability was on normal level; their stress level X=37.5, excitement X=37.6, engagement X=49.6, focus X=33.6, interest X=53.6, relaxation X=40, coherence X=1.02, max coherence X=3.71, heart rate X=72.2. Problem solving scores X=75.4. According to these scores their level of stress and excitement level is high. Focus, engagement and interest normal. Relaxation level is low.

SB318

SPORUN ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN ÖZGÜVEN VE ÖZNEL İYİ OLUŞ DÜZEYLERİNE ETKİSİ

***[1]Mustafa Baş*, [2]Elif Aydın**

[1]TRABZON ÜNİVERSİTESİ/ TRABZON
[2]GÜMÜŞHANE ÜNİVERSİTESİ/GÜMÜŞHANE

***Email :** mustafaabat@hotmail.com, aydinelif_61@hotmail.com*

ÖZET Amaç: Bu araştırmanın amacı; üniversite öğrencilerinin spor yapıp yapmama durumlarının özgüven ve öznel iyi oluş düzeylerine etkisini incelemektir. Yöntem: Çalışma, 2017-2018 eğitim-öğretim yılında Karadeniz Teknik Üniversitesi ve Gümüşhane Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümünde öğrenim gören toplam 380 öğretmen adayı üzerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırmada veri toplama araçları olarak; araştırmacılar tarafından hazırlanan "Kişisel Bilgi Formu" ve Üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeylerini belirlemek için Dost (2005) tarafından geliştirilen "Öznel iyi Oluş" ve Akın'ın (2007) geliştirdiği "Özgüven Ölçeği" kullanılmıştır. Çalışmada tarama modeli kullanılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde istatistiksel yöntem olarak; t testi ve Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon testinden yararlanılmış, anlamlılık düzeyi .05 alınmıştır. Araştırma verilerinin analizinde SPSS 21.00 programı kullanılmıştır. Bulgular: Bağımsız örneklem t-testi sonucunda; üniversite öğrencilerinin spor yapıp yapmama durumlarına göre puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuş ($p<.05$); Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon testi sonucunda, özgüven ve öznel iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişkiye bakılmış; spor yapıp yapmama değişkeni arasında pozitif yönde orta ve yüksek düzeyde bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Sonuç: Analizler sonucunda üniversite öğrencilerinin spor yapıp yapmama durumlarının özgüven ve öznel iyi oluş düzeylerine etkisine bakıldığında, spor yapan kadınların öznel iyi oluş puanlarının spor yapmayan kadınların öznel iyi oluş puanlarından anlamlı derecede daha yüksek olduğu bulunmuştur ($p<.05$). Araştırmaya katılan erkek katılımcıların öznel iyi oluş puanları spor yapma ve yapmama açısından karşılaştırıldığında; spor yapan erkeklerin öznel iyi oluş puanları, spor yapmayan erkeklerin öznel iyi oluş puanlarından anlamlı derecede yüksek bulunmuştur ($p<.05$). Sporun üniversite öğrencilerinin özgüven ve öznel iyi oluş düzeylerine olumlu etkisinin olduğu görülmüştür. Bulgular literatür ışığında tartışılmış ve ortaya çıkan sonuçlar doğrultusunda öneriler geliştirilmiştir. Anahtar Kelimeler: Öznel İyi Oluş, Öz Güven, Üniversite Öğrencileri, Spor.

THE IMPACT OF SPORTS ON UNIVERSITY STUDENTS' SELF-CONFIDENCE AND SUBJECTIVE WELL-BEING

SUMMARY Purpose: The purpose of this study is to examine the impact of university students' status of doing/not doing sports on self-confidence and subjective well-being levels. Method: The study was conducted on 380 prospective teachers who receive education in Karadeniz Technical University and Gümüşhane University Physical Education and Sports Teaching Department in the 2017-2018 academic year. In the study, "Personal Information Form" and that was prepared by the researchers; "Subjective Well-Being" that was developed by Dost (2005) in order to determined university students' subjective well-being levels; and The "Self-Confidence Scale" that was developed by Akın'ın (2007) were used. The survey model was used in the study. In terms of the analysis of the data, t-test and Pearson Moments Product Correlation were adopted as statistical methods and the significance level was considered as .05. In the research study, SPSS 21.00 program was used in the analysis of the data. Findings: As a result of the unpaired t-test; a statistically significant difference was found according to the point averages of the university students' status of doing/not doing sports and ($p<.05$), and as a result of Pearson Moments Product Correlation test, the relationship between self-confidence and subjective well-being were addressed; it was identified that there is a positive, medium and high-level relationship between the variable of doing/not doing sports Result: As a result of the analyses, when the impact of university students' status of doing/not doing sports on self-confidence and subjective well-being levels were considered, it was found out that the subjective well-being scores of females who do sports are significantly higher than the scores of females who do not do sports ($p<.05$). When the subjective well-being scores of male participants who took a part in the study were compared in terms of the aspect of doing/not doing sports; it was determined that the well-being scores of males

SB319

BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMEN ADAYLARININN ATILGANLIK DÜZEYLERİ İLE EMPATİK EĞİLİMLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

***[1]Mustafa Baş*, [2]Elif Aydın, [3]Mustafa Baş**

[1]TRABZON ÜNİVERSİTESİ/TRABZON
[2]GÜMÜŞHANE ÜNİVERSİTESİ/GÜMÜŞHANE
[3]TRABZON ÜNİVERSİTESİ /TRABZON

***Email :** mustafaabat@hotmail.com, aydinelif_61@hotmail.com, mustafaabat@hotmail.com*

ÖZET Amaç: Bu araştırmanın amacı; üniversite öğrencilerinin seçtiği spor türü değişkenine göre atılganlık düzeyleri ile empati eğilimleri arasındaki ilişkileri incelemektir. Yöntem: Çalışma, 2017-2018 eğitim-öğretim yılında Karadeniz Teknik Üniversitesi ve Gümüşhane Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümünde öğrenim gören toplam 360 öğretmen adayı üzerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırmada veri toplama araçları olarak; araştırmacılar tarafından hazırlanan "Kişisel Bilgi Formu" ve Üniversite öğrencilerinin empatik eğilim düzeylerini ölçmek için Dökmen (1988) tarafından geliştirilen "Empatik Eğilim Ölçeği"; ve Nilüfer Voltan Acar tarafından (1980) Türkçeye uyarlaması yapılan, "Rathus Atılganlık Envanteri" kullanılmıştır. Çalışmada tarama modeli kullanılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde istatistiksel yöntem olarak; t testi ve Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon testinden yararlanılmış, anlamlılık düzeyi .05 alınmıştır. Araştırma verilerinin analizinde SPSS 21.00 programı kullanılmıştır. Bulgular: Bağımsız örneklem t-testi sonucunda; üniversite öğrencilerinin empati eğilimleri ile atılganlık düzeylerinin spor türü değişkenine göre puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuş (p<.05), Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon testi sonucunda spor türü değişkeni arasında pozitif yönde orta ve yüksek düzeyde bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Sonuç: Analizler sonucunda bireysel spor yapan üniversite öğrencilerinin empati ve atılganlık düzeylerinin takım sporu yapanlara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bulgular literatür ışığında tartışılmış ve ortaya çıkan sonuçlar doğrultusunda öneriler geliştirilmiştir. Anahtar Kelimeler: Atılganlık, empati, beden eğitimi ve spor, öğretmen.

THE RELATIONSHIP BETWEEN ASSERTIVENESS LEVELS AND EMPHATIC TENDENCIES OF PROSPECTIVE PHYSICAL EDUCATION TEACHERS

SUMMARY Purpose: The purpose of this study is to examine the relationships between assertiveness levels and empathy tendency according to the variable of the sports type chosen by university students. Method: The study was conducted on 360 prospective teachers who receive education in Karadeniz Technical University and Gümüşhane University Physical Education and Sports Teaching Department in the 2017-2018 academic year. In the study, "Personal Information Form" and that was prepared by the researchers; "Emphatic Tendency Scale" that was developed by Dökmen (1988) in order to measure university students' emphatic tendency levels; and The "Rathus Assertiveness Schedule" that was adapted to Turkish by Nilüfer Voltan Acar (1980) were used. The survey model was used in the study. In terms of the analysis of the data, t-test and Pearson Moments Product Correlation were adopted as statistical methods and the significance level was considered as .05. In the research study, SPSS 21.00 program was used in the analysis of the data. Findings: As a result of the unpaired t-test; a statistically significant difference was found between university students' emphatic tendency levels and point averages of the assertiveness levels according to the sport type variable (p<.05), and as a result of Pearson Moments Product Correlation test, it was determined that there is a positive, medium and high level of relationship between sport type variable. Result: As a result of the analyses, it was determined that the empathy and assertiveness level of university students who do individual sports are higher in comparison to students who do team sports. The findings were discussed in the light of the literature and suggestions were provided according to the results that emerged as a result of the study. Keywords: Assertiveness, Empathy, Physical Education and Sports, Teacher

SB325

DUYGUSAL TUTARSIZLIK VE GÜDÜSEL İKLİMİN OKÇULARDA ATIŞ ÖNCESİ ÖZ-GÜVENE ETKİSİ

***[1]İlker Balıkçı*, [1]Nihal Dal, [2]Recep Görgülü, [3]Şenol Güven, [1]Serdar Tok, [1]İlker BALIKÇI**

[1]Manisa Celal Bayar Üniversitesi, MANİSA
[2]Uludağ Üniversitesi, BURSA
[3]Cumayanı Ortaokulu, AYDIN

***Email :** ilkerbalikci@hotmail.com, , , , ,*

Giriş ve Amaç Bu çalışmanın amacı duygusal denge ve güdüsel ikliminin okçularda atış öncesi durumluk öz-güven üzerindeki etkisini incelemektir. Yöntem Katılımcılar ilk olarak Beş Faktör Kişilik Envanteri'nin duygusal denge ile ilgili maddelerini yanıtlamışlardır. Daha sonra gönüllüler 6 kişilik gruplar halinde deneye alınmıştır. Deneyin ilk aşamasında gönüllülerden 18 metre uzaklıktan 80 cm'lik hedefe 10 atışı nötr koşullarda (güdüsel iklim müdahalesi yapılmaksızın) atması istenmiştir. Deneyin ikinci aşamasında katılımcılardan ego ve görev iklimi koşullarında aynı görevi tekrar etmeleri istenmiştir. Her bir deneysel koşulda atış öncesi durumluk öz-güven 100 mm' lik görsel analog skala ile ölçülmüştür. Elde edilen verinin analizinde tek yönlü çoklu varyans analizi kullanılmıştır. Bulgular Sonuçlar incelendiğinde nötr koşullarda yapılan atışlar öncesinde yüksek ve düşük duygusal tutarsızlık grupları arasında durumluk öz- güven açısından anlamlı bir farka rastlanmamıştır[F(1, 41) = 2.80, p = .101, 2 = .06, 2 = .37] . Öte yandan, ego[F(1, 41) = 7.28, p = .010, 2 = .15, 2 = .75] ve görev iklimi [F(1, 41) = 7.28, p = .010, 2 = .15, 2 = .75]koşullarında yapılan atışlar öncesinde yüksek duygusal tutarsızlık grubunun, düşük duygusal tutarsızlık grubundan anlamlı derecede daha yüksek durumluk öz-güven skoruna sahip olduğu bulunmuştur. Sonuç Bu araştırmadan gözlemlenen sonuçlar duygusal tutarsızlığın ego veya görev ikliminde öz-güven kaybına yol açabileceğine işaret etmektedir. Anahtar kelimeler: Güdüsel iklim, duygusal denge, okçuluk.

EFFECT OF NEUROTICISM AND MOTIVATIONAL CLIMATE ON ARCHERS' STATE SELF-CONFIDENCE IMMEDIATELY BEFORE SHOOTING.

Introduction and purpose: In the present study we aimed to explore whether neuroticism together with motivational climate may have an effect on archers' state self confidence level measured immediately before arrow shooting.

Methods:Participants, first, completed measures of neuroticism and shoot 10 arrows from 18 m to 80 cm target without any motivational climate intervention (neutral condition). Afterwards, participants shoot 20 arrows in either task and ego motivational climate conditions (10 arrows in each condition). State self-confidence was measured immediately before in each shooting session via 10 cm visual analogue scale. One-way multiple analysis of variance was performed to compare state self-confidence scores measured immediately before each shooting session between high and low neuroticism groups. Results: No significant state self-confidence difference was found between high and low neuroticism groups in neutral condition [F(1, 41) = 2.80, p = .101, 2 = .06, 2 = .37] . However, results demonstrated that individuals high on neuroticism have significantly lower level of state self-confidence than their stable counterparts in both task [F(1, 41) = 7.28, p = .010, 2 = .15, 2 = .75] and ego [F(1, 41) = 7.28, p = .010, 2 = .15, 2 = .75] motivational climate conditions. Conclusion: In conclusion, our findings suggested that individuals having higher level of neuroticism may be more prone to experience loss of state self-confidence when a task or ego motivational climate is present. Keywords: motivational climate, neuroticism and archery.

SB357

İÇİMİZDEKİ NARCİSSUS! SPORCULARIN VE SEDANTER BİREYLERİN NARSİSİZM DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Yusuf Dinar İşgören*, [2]Yusuf Dinar İşgören, [3]Batuhan Elcan**

[1]Anadolu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü
[2]Anadolu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, ESKİŞEHİR
[3]Anadolu Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ESKİŞEHİR

***Email :** yusufisgoren.94@hotmail.com, yusufisgoren.94@hotmail.com, batuhanelcan6@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Narsisizm bireyin kendi bedenine ve yeteneklerine aşırı derecede hayran olunması şeklinde tanımlanmaktadır. Spor sayesinde güzel ve estetik fiziğe kavuşan bireylerin kendini değerlendirmesi ve algılaması, sporcu olmayan bireylerden daha farklı olmaktadır. Bu çalışmada bireysel ve takım sporları ile uğraşan bireyler ve sedanter bireylerin narsistlik düzeylerinin incelenmesi hedeflenmiştir. Yöntem: Bu çalışma ile spor yapan bireyler ve sedanter bireylerin narsisizm düzeyleri, 7 alt boyutu ile birlikte lisans düzeyi, spor branş türü, sporcu öz geçmişi gibi türlü sporcu özellikleri ve yaş, cinsiyet, eğitim durumu, gelir durumu ve ilişki durumu gibi bazı demografik özelliklerle karşılaştırılarak incelenmiş, anlamlı farklılıklar T-Testi ve Anova Testi ile ortaya konulmuştur. Bulgular: Katılımcıların narsisizm düzeyi kendi kendine yeterlilik alt boyutunda branş ve cinsiyet durumuna göre, kibir alt boyutunda cinsiyet ve lisans düzeyi durumuna göre, teşhircilik alt boyutunda yaş ve eğitim düzeyi durumuna göre ve son olarak yetki verme alt boyutunda eğitim düzeyi durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir. Genel narsisizm düzeyi incelendiğinde ise sadece gelir durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Sonuç: Bu çalışma sonucunda; bireylerin demografik özellikleri ve sporcu özelliklerinin, narsisizmin belirli alt boyutlarına göre değişiklik gösterdiği bulunmuştur. Bu çalışma ile bireysel veya takım sporu yapan bireyler ile sedanter bireyler; narsisizm hakkında bilgi sahibi olacak, çalışma sonuçlarına göre kendilerinin narsisizm düzeylerini belirli bir ölçüde teşhis edebilecek, psikolojik destek alma ihtiyacı hisseden bireyler psikologlara yönlendirilebileceklerdir. Aynı doğrultuda kulüp başkanları ve antrenörleri, bireysel spor ve takım sporu yapan bireyler arasındaki narsisizm düzeyleri açısından farklılıkları görebilecek ve spor psikologlarını bu çalışma sonucuna göre önem sırasını baz alarak, gerekli branşlara öncelikli olarak yönlendirebilecektir.

NARCISSUS IN US! INVESTIGATION OF THE NARCISSISM LEVELS OF ATHLETES AND SEDENTARY INDIVIDUALS

Introduction and Purpose: Narcissism is defined as an extreme admiration of the person's own body and talents. Personal evaluation and perception of the people who built nice and esthetic body thanks to sports is more different from who do not play sports. In this study, it is aimed to examine narcissistic rates of people who do individual and team sports and people who have sedentary life. Method: The narcissistic rates of people who do sports and have sedentary life were examined by various athlete features (such as level of license with 7 sub-dimension, type of sports branch, resume of athlete) and demographic features (such as age, gender, education status, income status and relationship status). The significant differences were presented by T-test and Anova Test. Results: The narcissistic rate of attenders: sub-dimension self-help according to sports branch and gender; sub-dimension of arrogance according to gender and license level; sub-dimension of exhibitionism according to age and education status; finally sub-dimension of authorization according to education status were indicated significant statistical difference. General narcissistic rate were found as significant statistical difference according to income status only. Conclusion: As a result of this study, it was found that demographic characteristics and athletic characteristics of individuals varied according to certain sub-dimensions of narcissism. People who do individual and team sports and have sedentary life will be informed about narcissism, they could diagnose their own narcissistic rates according to results of study and they could consult their psycho- therapists with this study. The club chairmen and trainers could analyze narcissistic rates between athletes who do individual sports and team sports and they could direct their athletes to sports psychologists with priority of branches regarding this study results.

SB381

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİNDEKİ ÖĞRENCİLERİN KENDİNLE KONUŞMA VE ZİHİNSEL DAYANIKLILIK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

***[1]Doğukan Batur Alp Gülşen*, [2]Aydıner Birsin Yıldız, [2]Baki Yılmaz, [1]Hasan Şahan**

[1]Akdeniz Üniversitesi, Antalya
[2]Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Ankara

***Email :** dogukan_gulsen@hotmail.com, abyildiz@ybu.edu.tr, bakiyilmaz14@hotmail.com, hasanshn@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın temel amacı; spor bilimleri fakültesindeki öğrencilerin kendinle konuşma ve zihinsel dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelemesidir.

Yöntem: Çalışmaya Akdeniz ve Gazi Üniversitelerinin Spor Bilimleri Fakültelerinde öğrenim görmekte olan rastgele yöntemle seçilmiş 198 öğrenci katılmıştır. Katılımcıların 86'sı kadın (43,4), 112'si erkektir (%56,6). Araştırmada, sosyo-demografik değişkenler ile ilgili bilgiler, araştırmacı tarafından oluşturulan Kişisel Bilgi Formu ile toplanmıştır. Araştırmanın amacına ulaşmak için; Sheard, Golby ve Van Wersch (2009) tarafından geliştirilen, Türkçeye uyarlaması Altıntaş (2015) tarafından yapılan "Sporda Zihinsel Dayanıklılık Envanteri" ile birlikte Zervas, Stavrouve Psychountaki (2007) tarafından geliştirilen, Türkçeye uyarlaması Engür (2011) tarafından yapılan "Kendinle Konuşma Envanteri" kullanılmıştır.

Elde edilen verilerin analizinde betimsel istatistik yöntemlerinin yanında ikili gruplarda Mann Whitney U testi, ikiden fazla grupların karşılaştırılmasında ise Kruskall Wallis H testi kullanılmıştır. Zihinsel dayanıklılık ile kendinle konuşma alt boyutları arasındaki ilişki ise Spearman's Rho katsayısı ile değerlendirilmiştir. Analizler SPSS paket programında yapılmış ve araştırmada anlamlılık düzeyi $p<0.05$ olarak alınmıştır.

Bulgular: Cinsiyet ve eğitim görülen bölüm açısından öğrencilerin kendinle konuşma düzeyleri ve zihinsel dayanıklılık düzeylerinin farklılaşmadığı saptanmıştır.

Sonuç: Bu araştırmanın sonucunda, motivasyonel kendinle konuşma biçimi ile zihinsel dayanıklılık düzeyi arasında pozitif yönlü zayıf bir ilişki saptanırken, bilişsel kendinle konuşma düzeyleri ile zihinsel dayanıklılık düzeyi arasında pozitif yönlü orta şiddetli bir ilişki saptanmıştır. Anahtar Kelimeler: spor bilimleri, kendinle konuşma, zihinsel dayanıklılık

EXAMINATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-TALK AND MENTAL TOUGHNESS LEVELS OF THE STUDENTS IN THE FACULTY OF SPORTS SCIENCES

Introduction and Purpose: The purpose of this study was to examine the relationship between self-talk levels and mental toughness levels of students in the sport sciences faculty.

Method: A total of 198 students participating in the study were randomly selected from the Faculty of Sports Sciences of Akdeniz and Gazi Universities. Eighty-six of the participants were female (43.4), and 112 were male (56.6%). In the research, information about socio- demographic variables was collected by the Personal Information Form created by the researcher. To achieve the purpase of the study, Sport Mental Toughness Questionnaire which was developed by Sheard, Golby and Van Wersch (2009) and adapted to Turkish language by Altıntaş (2015); and Self-Talk Questionnaire, which was developed by Zervas, Stavrouve Psychountaki (2007) and adapted to Turkish language by Engür (2011) were used.

Mann Whitney U test was used in the two groups and Kruskall Wallis H test was used in comparison of descriptive statistical methods in the analysis of the obtained data. The relationship between mental toughness and self-talk subscales was assessed by Spearman's Rho coefficient. Analysis was performed by using SPSS, and research significance was accepted as $p<0,05$.

Findings: No difference was determined in self talk levels and mental toughness levels of students with regard to their gender and the departments they are studying at.

Result: As a result of this research, while a weak positive correlation was noted between motivational self-talk levels and the level of mental toughness, there was a moderate positive relationship between cognitive self-talk levels and the level of mental toughness.

Key Words: mental toughness, self-talk, sport sciences

SB390

KIRMIZI VE MAVİ MONOKROMATİK IŞIKLARIN İZOMETRİK MAKSİMAL İSTEMLİ KASILMA SEVİYESİNE ETKİSİ: DUYGUSAL TUTARSIZLIĞIN ROLÜ?

***[1]Serdar Tok*, [2]Erdal Binboğa , [3]Mustafa Munzuroğlu, [4]Aykut E. canüzmez, [1]Nihal Dal**

[1]Manisa Celal Bayar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, MANİSA
[2]Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi, İZMİR
[3]Akdeniz Üniversitesi Tıp Fakültesi, ANTALYA
[4]Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İZMİR

***Email :** tokserdar@gmail.com, erdal.binboga@ege.edu.tr , muunzuroglu@gmail.com , aykut.eren.canuzmez@ege.edu.tr , nihal_arc@yahoo.com*

Giriş ve Amaç:Bu çalışmanın amacı kırmızı ve mavi monokromatik ışıkların sporcularda biceps brachi kası izometrik maksimal istemli kasılma (iMİK) seviyesine etkisini incelemektir. Araştırmada ayrıca kırmızı ve mavi ışığın iMİK üzerindeki etkisinin duygusal tutarsızlığa göre fark edip etmediğinin incelenmesi de amaçlanmıştır. Yöntem:Dirsek fleksiyonu sırasında iMİK seviyesi kırmızı, mavi ve beyaz ışık koşullarında ölçülmüştür. Beyaz ışık kontrol koşulu olarak kabul edilmiş, kırmızı ve mavi ışığın iMİK te neden olduğu değişim miktarı yüzde cinsinden ifade edilmiştir. Elde edilen verilerin analizinde tekrarlayan ölçümler varyans analizi ve bağımsız gruplar t testi kullanılmıştır. Bulgular:Sonuçlar kırmızı ışık altında elde edilen iMİK değerlerinin beyaz ve mavi ışık koşulları altında elde edilen iMİK değerlerinden daha yüksek olduğunu göstermiştir($F(2, 98) = 7.51$, $P = .001$, $\eta2 = .13$, $\omega2 = .93$). Analizin sonraki aşamasında örneklem duygusal tutarsızlık skoru medyan değerine göre yüksek ve düşük duygusal tutarsızlık gruplarına ayrılmış, mavi ve kırmızı ışığın iMİK üzerindeki etkisi yüksek ve düşük duygusal tutarsızlık grupları arasında karşılaştırılmıştır. Sonuçlar kırmızı ışığın iMİK üzerindeki etkisinin yüksek ve düşük duygusal tutarsızlık gruplarında farklılaşmadığını göstermiştir($t(48) = .447$, $p = .657$). Ancak, mavi ışık, düşük duygusal tutarsızlık grubundaiMİK seviyesinde %6,31'lik düşüşe neden olurken, yüksek duygusal tutarsızlık grubunda %4,04'lük artışa neden olmuştur($t(48) = .-2.21$, $p = .039$). Sonuç:Araştırmadan elde edilen sonuçlar renklerin motor çıktı üzerindeki etkisinin duygusal tutarsızlığa göre değişebileceğine işaret etmektedir. Anahtar kelimeler:Duygusal tutarsızlık, izometrik maksimal istemli kasılma, monokromatik ışık, elektro miyografi.

THE EFFECT OF RED AND BLUE MONOCHROMATIC LIGHTS ON MAXIMAL ISOMETRIC VOLUNTARY CONTRACTION LEVEL OF BICEPS BRACHII MUSCLE: DOES NEUROTICISM MATTER?

Introduction: In the present study we aimed to investigate the effect of red and blue monochromatic lights on the maximal isometric voluntary contraction (iMVC) level of biceps brachii muscle in athletes. We also aimed to explore whether the effect of red and blue light may vary as a result of neuroticism. Method: During elbow flexion, MVCs were measured in white (control condition), blue and red light conditions. Results indicated that participants demonstrated a greater iMVC level in red light condition than in blue and white light (control) conditions. Further, participants were divided into high and low neuroticism groups based on a median split of their scores on Tatar's Five Factor Personality Inventory. Results: Results demonstrated that the effect of red light on iMVC did not differ between high and low neuroticism groups. On the other hand, iMVC level in the blue light condition differed significantly between groups. Examination of the descriptive statistics in relation to blue light condition revealed that blue light increased the iMVC level by 4.04% in high neuroticism individuals, while it decreased the iMVC level by 6.31% in low neuroticism individuals. Conclusion: Based on the observed results, we concluded that the effect of colors on motor output might vary as a result of certain individual differences, neuroticism in this case.

Keywords:Colored light, maximal voluntary contraction, personality, electromyography

SB392

ELİT SPOR TAKIM ANTRENÖRLERİNİN BİR SEZON BOYUNCA KULLANDIKLARI STRATEJİLERİN TAKIM ÇALIŞMASI MODELİ ÇERÇEVESİNDE DEĞERLENDİRİLMESİ

***[1]Deniz Durdubaş*, [1]Hande Türkeri Bozkurt, [1]Ziya Koruç**

[1]Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

***Email :** deniz.durdubas@hacettepe.edu.tr, handebozkurt@hacettepe.edu.tr, zkoruc@hacettepe.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Takım çalışması, takım üyelerinin, takımın amaçlarına ulaşma olasılığını arttırmak adına gereken bağımlı ve bağımsız davranışları etkili biçimde sergilemeleri için ortaya koydukları ortak çabayı ifade eden dinamik bir süreç olarak tanımlanmaktadır (McEwan ve Beauchamp, 2014). Takım çalışması, takım üyelerinin davranışlarına odaklanır ve takım etkililiği kavramsal çerçevesi içerisinde bir tür takım süreci olarak değerlendirilir. Bu sürecin etkililiğini belirleyen en önemli unsurlardan biri antrenörlerin kullandıkları stratejilerdir. Bu bağlamda bu çalışmanın amacı elit spor takım antrenörlerinin takım çalışmasını geliştirmek için bir sezon boyunca kullandıkları stratejileri keşfetmek ve bunları model çerçevesinde değerlendirmektir.

Yöntem: Bu çalışma nitel araştırma yöntemi ile tasarlanmıştır. Veriler yarı-yapılandırılmış bireysel görüşmeler ve zaman çizelgesi aracılığıyla toplanmıştır. Araştırma grubunu farklı takım sporları branşlarında aktif görev yapmakta olan 10 antrenör oluşturmaktadır. Antrenörler 33-54 yaş aralığında olup, hepsi profesyonel kulüplerin alt yapısında çalışmaktadır. Ses kayıt cihazı aracılığıyla yapılan görüşmeler bilgisayar ortamına aktarılmış ve verilere tümdengelimci tematik analiz uygulanmıştır.

Bulgular: Antrenörlerin takım çalışmasını geliştirmek için sezon boyunca kullandıkları stratejiler 1) Takım sürdürülebilirliğinin sağlanması 2) Takım performansının düzenlenmesi olmak üzere iki ana temada değerlendirilmiştir. Birinci ana-tema antrenörlerin takım sürdürülebilirliğinin sağlanması için takım çatışmalarını birleştirici stratejilerle çözdüklerini göstermektedir. İkinci ana-tema ise antrenörlerin takım performansının düzenlenmesinde hedef belirleme, takım uyumunu arttırma, takım iletişimini geliştirme, oyuncular arası iş birliğini sağlama, performansın değerlendirilmesi ve düzenlenmesi stratejilerini içermektedir.

Sonuç: Elde edilen bulgular antrenörlerin kullandıkları stratejilerin takım çalışması modeli kapsamında dış faktörler (organizasyonel ve öğrenci-sporcu profili gibi) nedeniyle sezon öncesi planlamada yetersiz kaldıklarını, sezon süreci içerisinde takım içi iletişime ve takım performansına ilişkin karşılaştıkları durumsal problemleri çözmek/iyileştirmek için sistemli stratejiler yerine akut stratejiler geliştirdikleri görülmüştür. Sonuç olarak bu çalışma, antrenörlerin sezon boyunca kullandıkları stratejilerin takım etkililiği için önemini ortaya koymaktadır.

EVALUATION OF ELITE SPORT TEAM COACHES' SEASON-LONG STRATEGIES IN THE FRAMEWORK OF THE TEAMWORK MODEL

Introduction and Purpose: Teamwork is defined as a dynamic process involving a colloborative efffort effort by team members to effectively carry out the independent and interdependent behaviors that are required to maximize a team's likelihood of achieving its purposes (McEwan & Beauchamp, 2014). Teamwork focuses on team members' behaviours and is considered as one type of team processes in the broader team effectiveness framework. The strategies used by coaches are one of the most important factors determining the teamwork process. This study aimed to explore elite sport team coaches' season-long strategies to improve teamwork and evaluate these strategies according to the teamwork model.

Method: The study was designed with the qualitative research method. Data were gathered through semi-structured, timeline interviews Participants were 10 coaches who were active in different team sports branches. Coaches aged between 33 to 54 and they

were working underage level in proffessional clubs. The interviews were recorded with a voice recorder and transcribed into a computer. Data were analyzed through deductive thematic analysis.

Findings: Coaches' strategies that used during the season were considered under two core themes: 1) Achieving team maintenance and 2) Regulation of team performance. The first core theme showed that coaches solved team conflicts with integrative strategies to ensure team maintenance. The second core theme revealed that coaches used several strategies to regulate team performance including goal setting, enhancing team accordance, development of team communication, cooperation between players, performance evaluation and adjustment strategies.

Results: The findings showed that the strategies used by the coaches are inadequate in pre-season planning due to external factors within the teamwork model. Coaches have developed acute strategies instead of systematic strategies to solve/improve situational problems of team communication and team performance. As a result, this study showed the the importance of the strategies that coaches use throughout the season.

SB395

LİSE ÖĞRENCİLERİNİN EMPATİK EĞİLİM DÜZEYLERİ İLE ALGILANAN STRES DÜZEYLERİNİN BAZI DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ

***[1]Mustafa İnan Özant*, [1]Mehmet Acet**

[1]Dumlupınar Üniversitesi

Email : *inanozant@gmail.com, acetmehmet44@gmail.com*

Bu araştırmanın amacı lise öğrencilerinin empatik eğilim düzeyleri ve algılanan stres düzeylerinin ne olduğu ve bu düzeyi belirli değişkenlerin ne doğrultuda etkilediğini belirlemektir. Araştırmya Ankara ili Etimesgut ilçesinde farklı branşlarda spor yapan ve yapmayan 427 lise öğrencisi katılmıştır. Araştırmada Cohen,Kamarck ve Mermelstein (1983) tarafından geliştirilen Eskin ve ark., 2013'te geçerlik güvenirlik çalışması yapılan 10 maddeden ve iki alt boyuttan oluşan Algılanan Stres Ölçeği (ASÖ) kısa formu ve Dökmen tarafından geliştirilen (1988) Empatik Eğilim Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde betimsel istatistikler, Bağımsız Tek Örneklem T testi, Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ve Tukey HSD ve LSD kullanılmıştır. Araştırmada Empatik eğilim düzeyine yönelik Cronbach Alpha değeri.70, Algılanan stres düzeyine yönelik Cronbach Alpha değeri .82 olarak bulunmuştur. Elde edilen diğer bulgulara göre; katılımcıların empatik eğilim ve toplam algılanan stres düzeyleri yüksek, algılanan stres alt boyutlarından stress/ rahatsızlık algısı boyutu puanları yüksek, yetersiz öz yeterlik algısı düzeyleri düşük olarak belirlenmiştir. Katılımcıların cinsiyet, yaş, anne eğitim durumu, anne babanın ayrı ya da birlikte yaşıyor olması, lisanslı spor yapma ve günlük hayatta kendilerini tanımlama değişkenleri ile empatik eğilim düzeyleri ile algılanan stres düzeyleri arasında anlamlı farklılıklar tesbit edilirken, baba eğitim durumu ve spor branşı değişkenlerine göre empatik eğilim ve algılanan stres arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Bu çalışma grubu için kadın katılımcıların, yaş grubu 18 ve üzeri olanların, anne eğitim durumu ilkokul olanların, lisanslı olarak spor yapmayanların ve günlük hayatta kendisini sinirli ve çabuk parlayan biri olarak niteleyen katılımcıların lehine algılanan stres düzeylerinin yüksek olduğu aynı zamanda 18 yaş üzeri olan, anne ve babaları bir arada yaşayan ve günlük hayatta kendisini sosyal ve dışa dönük olarak nitelendiren katılımcıların lehine empatik eğilim düzeylerinin yüksek olduğu tespit edilmiştir. Sonuç olarak lise öğrencilerinin empatik eğilim düzeyleri ile algıladıkları stres düzeyleri yüksek ve bu düzeyleri belirli değişkenlerin (cinsiyet, yaş, anne baba eğitim durumları, lisanslı olarak spor yapma) etkilediği söylenebilir.

ANALYSIS OF EMPATHY AND PERCEIVED STRESS LEVELS OF HIGH SCHOOL STUDENTS ACCORDING TO SOME VARIABLES

The aim of this research is to determine what the emphatic tendency and perceived stress levels of high school students are and how this level affects the specific variables. The study group of study consisted of 427 high school students who did sports and did not perform in different branches in the city of Etimesgut in Ankara province. The Percieved Stress Scale (PSS) which is developed by Cohen, Kamarck and Mermelstein (1983) and validity and reliability analysis is studied by Eskin et al. (2013) is used in a short form, consisting of 10 items and two subscales. And the Empathic Tendency Scale developed by Dökmen (1988) is used in the research. Descriptive statistics, Independent Single Sample T test, One way ANOVA and Tukey HSD and LSD were used in the analysis of the data. According to other findings; participants had high empathic tendency and total perceived stress levels, high score of stress / discomfort perception dimension from perceived stress sub - dimensions, and low levels of inadequate self - efficacy perception. While there were significant differences between the participants; gender, age, education level of mother, parents living separately or together, licensed sport and self-definition variables in daily life, empathic tendency and perceived stress levels, empathic tendency and perceived stress. For this study group, the stress levels perceived by women participants, those with age group 18 and above, those with primary school education, those without licensed sports and those who perceived themselves as nervous and quick-tempered in everyday life, and high empathic tendencies in favor of participants who live together in their fatherhood and who characterize themselves as social and outward in daily life. As a result, high school students; empathic tendencies and perceived stress levels are high and these levels are obtained as a result of researches that are influenced by certain variables.

SB400

ELİT SPORCULARLA SEDANTER BİREYLERİN OLUMLU DÜŞÜNME BECERİLERİNE YÖNELİK BİR KARŞILAŞTIRMA

***[1]Okan Burçak Çelik*, [1]Oğuz Kaan Esentürk, [1]Ekrem Levent İlhan**

[1]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

***Email :** okanburcakcelik@hotmail.com, oguz_kaan61@hotmail.com, levent-besyo@hotmail.com*

Elit sporcu, ''şampiyon olmuş, rekor kırmış, ulusal ve uluslararası yarışmalarda dereceye girmiş ya da birinci kategoride (lig vb.) yarışan sporcu'' olarak tanımlanmaktadır. Olumlu düşünme ise ''ümit verici hayaller yaratan, iyimser fikirler geliştiren, sorunlara elverişli çözümler bulan, olumlu kararlar veren ve yaşam üzerine genel parlak bir bakış açısı üreten bilişsel bir süreç'' olarak ifade edilmektedir. Bu araştırmanın amacı, elit sporcularla sedanter bireylerin olumlu düşünme becerilerini karşılaştırmaktır. Araştırmaya elit düzeyde spor yapan 208 sporcu ile 217 sedanter olmak üzere toplam 425 kişi katılmıştır. Araştırma verilerinin toplanmasında, Bekhet ve Zauszniewski (2013) tarafından geliştirilen ve Akın, Uysal ve Akın (2015) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Olumlu Düşünme Becerileri Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde Tek Yönlü Varyans Analizi (One Way ANOVA) kullanılmıştır. Araştırma sonucunda, sporcu katılımcıların olumlu düşünme becerilerinin sedanter bireylere göre istatistiksel açıdan daha iyi olduğu belirlenmiştir. Sonuç olarak, düzenli olarak spor yapılmasının olumlu düşünme becerisini geliştireceği düşünülmektedir.

A COMPARISON ON POSITIVE THINKING SKILLS OF ELITE ATHLETES AND SEDENTARY INDIVIDUALS

Elit athlete is defined as an athlete who has become a champion, broken a record, ranked in national and international competition or competes in first category (league etc.). Positive thinking is expressed as a cognitive process that creates hopeful images, develops optimistic ideas, finds favorable solutions to problems, makes affirmative decisions, and produces an overall bright outlook on life. The aim of this research is to compare the positive thinking skills of elite athletes and sedentary individuals. A total of 425 people 208 athletes playing at elite level and 217 sedentary, participated in the research. The Positive Thinking Skills Scale developed by Bekhet and Zauszniewski (2013) and adapted to Turkish by Akın, Uysal and Akın (2015) was used in the collection of research data. One-Way ANOVA was used in the analysis of the data. As a result of the research, it was determined that the positive thinking skills of the athletes were statistically better than the sedentary ones. As a result, it is thought that playing sports regularly will improve the positive thinking skill.

SB410

GENÇ SPORCULARDA PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK: GÜDÜSEL İKLİM VE BAŞARI HEDEFLERİ'NİN ROLÜ

***[1]Nurgül Keskin Akın*, [2]Aydan Gözmen Elmas, [3]Duygu Karadağ, [2]F. Hülya Aşçı**

[1]Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, AĞRI
[2]Marmara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İSTANBUL
[3]Haliç Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, İSTANBUL

***Email :** nurgulkeskin28@gmail.com, gozmenaydan24@gmail.com, duygum_karadag@hotmail.com, fhulya@marmara.edu.tr*

Amaç: Bu araştırmanın amacı genç sporcularda antrenörden algılanan güdüsel iklim ve başarı hedefi yöneliminin psikolojik sağlamlığı yordamadaki rolünü araştırmaktır.

Yöntem: Çalışmaya 149 kız (Xyaş=15.16±1.86) ve 151 erkek (Xyaş=15.16±1.86) toplam 300 (Xyaş=15.08±1.81) sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Sporculara "Kişisel Bilgi Formu, "Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği", "Antrenör Kaynaklı Destekleyici ve Kısıtlayıcı Güdüsel İklim Ölçeği" ve "Başarı Algısı Envanteri (Çocuk Versiyonu)" uygulanmıştır. Elde edilen verilerin analizinde betimsel istatistik ve Hiyerarşik Regresyon Analizi kullanılmıştır.

Bulgular: Üç adımda gerçekleştirilen hiyerarşik regresyon analizinde; birinci adımda kontrol değişkeni olarak cinsiyet, ikinci adımda cinsiyet ile birlikte başarı hedefi yönelimi alt boyutları ve üçüncü adımda cinsiyet ve başarı hedefi yönelimi alt boyutları ile birlikte antrenör kaynaklı destekleyici ve kısıtlayıcı güdüsel iklimin alt boyutları girilmiştir. Yapılan analiz sonucu, başarı hedefi yöneliminin ve cinsiyetin psikolojik sağlamlığın yordayıcısı olmadığını göstermiştir ($p>0.05$). Modele üçüncü adımda dahil edilen antrenörden algılanan güdüsel iklim toplam varyansın %12'sini açıklamaktadır ve algılanan güdüsel iklim psikolojik dayanıklılığın anlamlı belirleyicisidir ($R=0.34$; $R2 =0.12$; $F(8,299)=5.01$; $p<0.01$). Güdüsel iklime yönelik analiz sonuçları psikolojik sağlamlığın görev iklimi ($\beta=.12$, $p<0.01$) ve sosyal destek ($\beta=.14$, $p<0.01$) ile pozitif, ego iklimi ($\beta=-.26$, $p<0.01$) ile negatif ilişkili olduğunu göstermiştir.

Sonuç: Analiz sonuçlarına bakıldığında, genç sporcularda psikolojik sağlamlığı belirlemede, görev ve ego yönelimli olmak gibi bireysel faktörlerden ziyade, antrenörden kaynaklanan güdüsel iklim gibi sosyal faktörlerin etken olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler:güdüsel iklim, psikolojik sağlamlık, başarı hedefleri, genç sporcular

PSYCHOLOGICAL RESILIENCE IN YOUNG ATHLETES: THE ROLE OF MOTIVATIONAL CLIMATE AND ACHIEVEMENT GOALS

Purpose: The aim of this study was to investigate the role of coach created motivational climate and achievement goal orientation in determining the psychological resilience in young athletes.

Method: One hundred-forty-nine girls (Mage=15.16±1.86) and 151 boys (Mage=15.16±1.86) totally 300 (Mage=15.08±1.81) athletes voluntarily participated in this study. "Personal Information Form" ,"Child and Youth Resilience Measure", "Empowering and Disempowering Motivational Climate Questionnaire" and "The Children's Version of The Perception of Success Questionnaire" were administered to athletes. Descriptive statistics and hierarchical regression analysis were conducted to analyze the data.

Results:Hierarchical regression analysis was carried on three steps. At first step gender as a control variable, at second step gender with achievement goal orientation and at third step gender and achievement goal orientation with empowering and disempowering motivational climate subscales were included. Regression analysis indicated that the achievement goal orientation and gender did not predict the psychological resilience significantly ($p>0.05$). The coach created motivational climate in the third step explained 12% of variance of psychological resilience and it was significant predictor of the psychological resilience ($R=0.34$; $R2 =0.12$; $F(8,299)=5.01$; $p<0.01$). Hierarchical regression analysis indicated that task-involving ($\beta=.12$, $p<0.01$) and socially- supportive ($\beta=.14$, $p<0.01$) motivational climate were significantly and positively, the ego-involving motivational climate ($\beta=-.26$, $p<0.01$) was negatively correlated with the psychological resilience in young athletes.

Conclusion: It can be concluded that the social factors such as coach-created motivational climate is more influential than the individual factors for understanding the psychological resilience in young athletes.

Keywords:motivatonal climate, psychological resilience, achievement goals, young athletes

SB413

DANSA KATILAN VE KATILMAYAN GRUPLARDA BEDEN İMGESİNİN YAŞAM NİTELİĞİNE ETKİSİ

***[1]Zekai Pehlevan*, [2]Gökay Daşdan**

[1]Mersin Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, MERSİN
[2]Çokurova Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı, ADANA

***Email :** zpehlivan@mersin.edu.tr, gokaydasdans@gmail.com*

Bu çalışmanın genel amacı dansa katılan ve katılmayan gruplarda beden imgesinin yaşam niteliğine etkisini farklı değişkenlerle incelemektir. Araştırmaya 279 kişi katılmıştır. Veriler, Beden İmgesinin Yaşam Niteliğine Etkisi Ölçeği'nin (BİYNEÖ) Türkçe versiyonu ile toplanmıştır. Ölçek Likert tipinde olup -3 ile +3 arasında puanlanmaktadır. Verilerin analizinde bağımsız gruplar için t testi ve çift yönlü varyans analizi (MANOVA) kullanılmıştır. Analiz sonuçlarına göre; BİYNEÖ toplam puanlarda ve tüm alt boyutlarında dansa katılanların lehine anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<.05$). Dansa katılan ve katılmayan gruplarda cinsiyet açısından farklılık bulunmamıştır ($F= 1.017$, $p=0.399$). BİYNEÖ ölçeği "Kendilik değeri" ve "Davranış/tutum üzerine etkisi" alt boyutlarında halk danslarına katılanlar sosyal Latin danslarına katılanlardan anlamlı biçimde yüksek puan almışlardır ($p<.05$). Dansa katılan grupta, "davranış/tutum üzerine etkisi" alt boyutunda lise mezunu olanların puanları üniversite mezunu veya devam edenlerin puanlarından anlamlı biçimde yüksek bulunmuştur ($p<.05$). Dans yaşı ile BİYNEÖ toplam ve alt boyutları arasında anlamlı bir korelasyon bulunmamıştır ($r= 0.089$, $p>0.01$, 0.05). Anahtar Kelimeler: Dans, Beden imgesi, Yaşam niteliği

EFFECTS OF LIFE QUALITY OF BODY IMAGE IN DANCE PARTICIPATING AND NON-PARTICIPATING GROUPS

The main purpose of this study is to examine the effect of body image on the quality of life in different groups in participating and non-participating dance. 279 people participated in the survey. The data were collected with the Turkish version of the Body Image Quality of Life Inventory (BIQLI). Scale is Likert type and scored between -3 and +3.Likert type scales scores between -3 and +3. In the analysis of the data, "t" test and two way analysis of variance (MANOVA) were used for independent groups. According to the analysis results; significant differences were found in the BIQLI total points and in all subdimensions in favor of participants in the dance ($p <.05$). There was no gender difference according to dance participation ($F= 1.017$, $p = 0.399$). In the sub-dimensions of BIQLI scale "effect on the self-value" and "effect on behavior/attitude"; those who participated in folk dances had significantly higher scores than those who participated in social Latin dances ($p <.05$). In the group participating in the dance, the scores of high school graduates in the "effect on behavior/attitude" subscale were found significantly higher than the scores of the university graduates and the followers ($p <.05$). There was no significant correlation between the age of the dance and the total and sub-dimensions of BIQLI ($r = 0.089$, $p> 0.01$, 0.05). Keywords: Dance, Body image, Quality of life

SB424

VÜCUT GELİŞTİRME VE FİTNESS SPORCULARININ EGZERSİZ BAĞIMLILIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

[1]ADIYAMAN ÜNİVERSİTESİ, BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOKULU, ADIYAMAN

Email :

ÖZET Günümüzde teknolojinin gelişimine bağlı olarak vücut geliştirme, fitness sektörünün gelişmesiyle birlikte toplumsal hayatta yer edinen ve günlük yaşamın bir parçasına dönüşmeye başlamış ve özellikle de erkeklerin fitness programlarının bir parçası haline gelmiştir. Bu durumun bireylerin fiziksel görünüme verdikleri önemden kaynaklandığı savunulabilir. Bu çalışmanın amacı, Türkiye Vücut Geliştirme, Fitness ve Bilek Güreşi Federasyonu'na bağlı lisanslı sporcuların egzersiz bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesidir. Bu amaçla araştırmaya 21-25 Mart 2018 tarihlerinde Türkiye Vücut Geliştirme Şampiyonasına katılan 142 erkek 126 kadın sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Housenblas ve Downs, (2002a) tarafından geliştirilen ve Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışması Yeltepe ve İkizler (2007) tarafından yapılmış Egzersiz Bağımlılığı Ölçeği (EBÖ-21) ve Kişisel Bilgi Formu uygulanmıştır. Elde edilen veriler SPSS 22.0 Paket programına kaydedilerek hata kontrolleri, tabloları, istatistiksel analizleri bu program aracılığı ile yapılmıştır. Sonuçlar % 95'lik güven aralığında, anlamlılık $p<0.05$ düzeyinde değerlendirilmiştir. Araştırmaya %52,98 (142)'si erkek, %47,02 (126)'sı kadın sporcuların katıldığı belirlenmiştr. Elde edilen verilere göre araştırmaya katılan sporcuların %26,50 (71)'i 1-5 yıl arasında lisanslı olarak vücut geliştirme sporu yaptıkları, %36,56 (98)'i 6-10 yıl arasında lisanslı spor yaptıkları, %24,25 (65)'ininde 11-15 yıl boyunca lisanslı sporcu oldukları ve son olarak da %12,68 (34)'ününde 16 yıl ve üstü yıl boyunca vücut geliştirme sporunu lisanslı olarak yaptıkları tespit edilmiştir. Araştırma Sonucunda araştırmaya katılan vücut geliştirme ve fitness sporcularının %18,28 (49)'u egzersiz bağımlısı oldukları, %41,79 (112)'sinin egzersiz bağımlısı belirtisi gösterdikleri ve %39,93 (107)'sininde egzersiz bağımlılığı belirtisi göstermedikleri tespit edilmiştir. Sonuç olarak, kadın ve erkeklerin egzersiz bağımlılığı düzeyinde istatistiksel farklılık olmasa da kadınların egzersiz bağımlığı düzeylerinin erkeklerden daha yüksek olmasının kadınların postural görünüme verdikleri önemden kaynaklandığı düşünülebilir.

Anahtar Kelimeler: Vücut geliştirme, egzersiz bağımlılığı, sporcu

EXAMINING OF THE EXERCISE DEPENDENCE LEVELS OF BODYBUILDING AND FITNESS ATHLETES

ABSTRACT Today, due to the development of technology, as the fitness industry has grown and become a part of society, bodybuilding has become a part of everyday life and especially has become a part of men's fitness programs. It can be argued that this is due to the importance of individual physical appearance. The purpose of this study is to examine exercise dependence levels of athletes who licenced in Turkey Bodybuilding, Fitness and Arm Wrestling Federation in terms of several variables. For this purpose, 142 male 126 female athletes who take place in Turkey Bodybuilding Championships held on 21-25 March 2018 participated voluntarily to the research. As a data collection tool, the Exercise Dependence Scale (EDS-21) developed by Housenblas and Downs (2002a) and Turkish validity and reliability study were conducted by Yeltepe and İkizler (2007) and Personal Information Form were aplied in the research. The obtained data were recorded in SPSS 22.0 package program and error checks, tables and statistical analyzes were performed via this program. The results were assessed at a 95% confidence interval and at a significance level of $p <0.05$. It were determined that 52,98% (142) male and 47,02 (126) female athletes participated to the research. According to the results obtained, 26.50% (71) of the athletes participated in the study had licensed bodybuilding training for 1-5 years, 36.56% (98) had licensed sports for 6- 10 years, 24.25% (65) were licensed athletes for 11-15 years and finally 12.68% (34) were found to be licensed for 16 years and over throughout the year. In conclusion, although there is no statistical difference in the level of exercise dependence of men and women, it can be considered that the higher the levels of exercise dependence of the women than the men, the higher the importance of the postural appearance of women. Key Words: Bodybuilding, Exercise Dependence, Athlete

SB428

LİSE ÖĞRENCİLERİNDE PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMI İLE BESLENME EGZERSİZ TUTUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİ

***[1]Maya Budak*, [2]Alparslan Ünveren, [2]Mert Kayhan, [1]Cemalettin Budak**

[1]Dumlupınar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kütahya
[2]Dumlupınar Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Kütahya

***Email :** mycybudak@gmail.com, alparslanunveren@gmail.com, alparslanunveren@gmail.com, cemalettinbudak@mynet.com*

Bu araştırmada, lise öğrencilerinin problemli internet kullanımı ile beslenme egzersiz tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu araştırmaya, yaşları ortalaması 16,36±1,259 yıl olan 72 kadın ve yaşları 16,35±1,251 yıl olan 330 erkek katılmıştır. Verilerin toplanmasında, problemli internet kullanım ölçeği ve beslenme egzersiz tutum ölçeği kullanılmıştır. Araştırmaya katılan, katılımcıların problemli internet kullanımının ve beslenme egzersiz tutumların cinsiyete ve annenin iş durumuna göre karşılaştırılmasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir (P>0,05). Araştırmaya katılan kadın katılımcılara ilişkin problemli internet kullanımının beslenme egzersiz tutumunu etkilemediği tespit edilmişken (P>0,05), erkek katılımcılara ilişkin problemli internet kullanımının beslenme egzersiz tutumunu etkilemediği, problemli internet kullanımındaki bir birimlik değişikliğin beslenme egzersiz tutumunu %6,4 oranında etkilediği tespit edilmiştir (P<0,05). Sonuç olarak; lise öğrencilerde, problemli internet kullanımı beslenme tutumlarını kadınlarda etkilemezken erkeklerde etkilediği, kadınlardaki durumun kadın katılımcıların sayısının azlığından kaynaklandığı düşünülmektedir. Anahtar kelimler: Beslenme, Egzersiz, İnternet,

THE RELATIONSHIP BETWEEN PROBLEMATIC INTERNET USE AND NUTRITION EXERCISE ATTITUDES OF HIGH SCHOOL STUDENTS

The aim of this study is to investigate the relationship between problematic internet use and nutrition exercise attitudes of high school students. 402 high school students were participated. The study included 72 female aged 16,36±1,259 years and 330 men aged 16,35±1,251 years. Problematic internet use scale and nutrition exercise attitude scale were used to collect the data. A statistically significant difference was not found in the comparison of participant's internet usage and nutritional exercise attitudes according to sex and mother's employment status (P> 0,05). It has been determined that problematic internet use of male participants does affect nutrition exercise attitude and that a unit change of problematic internet use affects nutrition exercise attitude by 6.4% (P<0.05), on the other hand, problematic internet use of participating female participating in research did not affect nutrition exercise attitude (P >0.05). In conclusion, in high school students, while the problematic internet usage does not affect the nutritional attitudes for females problematic internet usage affects nutrition attitudes in males. The situation in female is thought to be caused by the low number of female participants. Key words: Nutrition, Exercise, Internet.

SB432

DÜZENLİ ANTRENMAN YAPAN BADMİNTONCULARLA SPOR YAPMAYAN BİREYLERİN KRONOTİP AÇISINDAN İNCELENMESİ

***[1]Nimet Haşıl Korkmaz*, [1]Nimet Haşıl Korkmaz, [2]Zekine Pündük, [1]Buse Ceylan**

[1]Bursa Uludağ Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi
[2]Balıkesir Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu

***Email :** nhasil@uludag.edu.tr, nhasiluludag.edu.tr, zkn1938@gmail.com, buseceylaann@gmail.com*

Bu çalışma düzenli antrenman yapan ve spor yapmayanların kronotip açısından farklılık gösterip göstermediğini araştırmak amacıyla yapıldı. Çalışmaya 18-30 arasında değişen spor yapmayan ve badminton sporu yapan, 243 erkek, 257 kadın toplam 500 kişi katılmıştır. Bireylerin kronotip özellikleri, "Horne ve Östberg'in" insan sirkadiyen ritminde sabahçıl ve akşamcıl tipleri belirleyen Türkçe versiyonu ölçek formuyla sorgulanmıştır. Çalışmada elde edilen veriler SPSS 20 paket programı kullanılarak, frekans dağılımları ve gruplar arası karşılatırmada Independent t-testi kullanılarak yapılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre, düzenli badminton sporu yapanların %18'i Sabahçıl/Sabahçıl tipe yakın, %6.8'i Akşamcıl/ akşamcıl tipe yakın, %74.4 Ara tip olarak değerlendirilmiştir. Spor yapmayan bireylerin ise %7.62'si Sabahçıl/Sabahçıl tipe yakın, %20 si Akşamcıl/Akşamcıl tipe yakın, %72.4 oranındaki bir çoğunluk ise Ara tip olarak değerlendirilmiştir. Kronotip açından spor yapan ve yapmayanlarda anlamlı bir farklılık bulunamadı ($p>0.05$). Ancak, düzenli badminton antrenmanı yapanların sabahçı olma eğiliminde olduğunu, spor yapmayanların ise akşamcıl olma eğiliminde oldukları, büyük çoğunluğun ise ara tip de olduğu tespit edildi. Sonuç olarak bu çalışma bireylerin büyük çoğunluğunun fiziksel ve bilişsel performansın en iyi olduğu saatleri sabahın erken saatleri veya akşam geç saatlerini tercih etmemektedir.

INVESTIGATION OF INDIVIDUALS CHRONOTYPIC WHICH EXERCISE REGULARLY BADMINTON AND SEDANTAIRY

This study was conducted to investigate whether regular exercise and non-athletes differ in terms of chrono types. A total of 243 men and 257 women participated in the study. The chrono type characteristics of individuals were questioned by the Turkish version of the "Horne and Estherberg" in the form of the Turkish version of the human circadian rhythm that determines the types of morning and evening primaries. The data were analyzed with the SPSS 20 package program using Independent t-test for frequency distributions and cross-group comparisons. According to the results, 18% of those who perform regular badminton sports were considered to be morning type 6.8% were considered to be evening and 74.4% were intermediate. 7.62% of the non-athletes were considered to be close to morning type, 20% were close to evening type, and 72.4% were considered to be intermediate type. There was no significant difference between the two groups ($p>0.05$). However, it was found that regular badminton practice tends to be the morning, while those who do not exercise tend to be the evening, and the majority are the intermediate type. As a result, this study does not recommend early morning hours or late evening hours for the majority of the individuals who have physical and cognitive performance

SB435

ÇOCUKLARIN CESARET, BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR KATILIMLARINA GÖRE PSİKOLOJİK SAĞLAMLIKLARI

[1]Dokuz Eylül Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Email :

Amaç: Bu araştırmanın amacı çocukların cesaret, beden eğtimi ve spor katılımlarına göre psikolojik sağlamlıklarını araştırmaktır. Metot: Veriler, İzmirde devlet okullarında beden eğitimi ve spor dersleri alan 9-12 yaşları arasındaki çocuklardan toplanmıştır (N=335, M=10.57 ± 0.93, 164 erkek, 167 kız ve 4 belirtilmemiş). Çocuklara Spor Cesaret Ölçeği Çocuk Versiyonu-28 (ÇSCÖ-28, Konter, Ng and Bayansalduz, 2013), Çocuk-Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (ÇGPSÖ-12, Arslan, 2015) ile kişisel bilgi formu uygulanarak veriler toplanmıştır. ÇSCÖ-28; Yetkinlik/Kendine Güven, Kararlılık, Atılganlık, Tehlikeyi Göze Alma/Korkuyla Baş etme ve Kendini Feda Etme/Özverili Olma faktörlerinden meydana gelirken ÇGPSÖ-12 ise tek boyutludur. Her iki ölçeğin de psikometrik özellikleri iyi durumdadır. Toplanan verilerin analizinde Normallik Testleri, Korelasyon, Regresyon, One-Way ANOVA, Kruskal-Wallis ve Mann-Whitney U Testleri kullanılmıştır. Bulgular: Verilerden elde edilen bulgular şunları ortaya koymuştur: 1) ÇGPSÖ-12 ile ÇSCÖ-28 .148 ile .321 arasında değişen olumlu korelasyonlar göstermektedir. 2) Psikolojik sağlamlık puanları yüksek olan çocuklar psikolojik sağlamlık puanları düşük çocuklara göre daha yüksek Yetkinlik/Kendine Güven, Kararlılık, Atılganlık, Tehlikeyi Göze Alma/Korkuyla Baş etme ve Kendini Feda Etme/Özverili Olma puanlarına sahiptir. 3) En azından haftada 3 gün spora katılan çocuklar katılmayanlara göre daha yüksek Yetkinlik/Kendine Güven, Kararlılık, Atılganlık, Tehlikeyi Göze Alma/Korkuyla Baş etme ve Kendini Feda Etme/Özverili Olma puanlarına sahiptir. 4) 10 yaş öncesinde, en azından haftada 3 gün beden eğitimi ve spor aktivitlerine katılan çocuklar katılmayanlara göre daha yüksek Yetkinlik/Kendine Güven, Kararlılık, Atılganlık, Tehlikeyi Göze Alma/Korkuyla Baş etme ve Kendini Feda Etme/Özverili Olma puanlarına sahiptir. 5) Okul spor takımına katılan çocuklar katılmayanlara göre daha yüksek Yetkinlik/Kendine Güven, Kararlılık, Atılganlık, Tehlikeyi Göze Alma/Korkuyla Baş etme ve Kendini Feda Etme/Özverili Olma puanlarına sahiptir. Sonuç: Ön araştırmalar beden eğitimi ve sporlara katılmanın cesaret gelişiminde önemli role sahip olduğunu ortaya koymuştur. Daha kesin sonuçlar için daha çok araştırmaya gereksinim vardır.

RESILIENCE OF CHILDREN IN RELATION TO COURAGE, PHYSICAL EDUCATION AND SPORT PARTICIPATION

Objective: The purpose of this study was to examine; “resilience of children in relation to level of sport courage, physical education and sport participation. Method: Data were collected from 9-12 years old children (N=335, M=10.57 ± 0.93, 164 male, 167 female and 4 unstated) taking physical education and sport classes at state schools in İzmir/Turkey. Children were given the “Revised Version of Sport Courage Scale for Children-RSCS 28” and the Children /Youth Resilience Measure-12 (CYRM-12) form (Arslan, 2015) along with an individual information form. RSCS-28 comprises 5 factors (Mastery, Determination, Assertiveness, Venturesome and Self-Sacrifice Behavior) and CYRM-12 is a unidimensional scale. The both scales have good psychometric results. Collected data was analyzed by various tests including Normality Tests, Correlations, Regression, One-Way ANOVA, Kruskal-Wallis, Mann-Whitney U and t-tests. Results: Results indicated that: 1) CYRM-12 scale has positive correlation with RSCS-28 and its factors ranging between .148 and .321. 2) Children with higher points of mastery/self-confidence, determination, assertiveness, venturesome, sacrifice behavior and total sport courage have significantly higher points of resilience than children with lower points. 3) Children with at least 3 times a week sport participation have significantly higher points of mastery, determination, assertiveness, venturesome, sacrifice behavior and total sport courage than non-sport participant children. 4) Children with at least 3 times a week sport participation before the age of 10 have significantly higher points of mastery, determination, assertiveness, venturesome, sacrifice behavior and total sport courage than non-sport participant children before the age of 10. 5) School sport team participant children have significantly higher points of mastery, determination, assertiveness, venturesome, sacrifice behavior and total sport courage than non-school sport team participant children. Conclusion: Initial research indicate that physical education and sport participation play an important role for the development of courage. More research is needed for more certain results.

SB437

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN DUYGUSAL ZEKA DURUMLARININ BAZI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ

[1]Cemil Tuğrulhan şam, [1]Hasan Hüseyin Yılmaz, [2]Berna Yaman, [1]Murat Kaldırımcı, [1]Haluk Sivrikaya, [1]Levent Önal

[1]ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ,ERZURUM
[2]ALKENT 2000 SPOR KOMPLEKSİ, İSTANBUL

Email : *tugrulsam@atauni.edu.tr, hasanh.yilmaz@atauni.edu.tr, bernayaman_28@hotmail.com, murat.kaldirimci@atauni.edu.tr, haluk@atauni.edu.tr, levent.onal@atauni.edu.tr*

Bu çalışmanın amacı, spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin duygusal zeka düzeylerinin farklı değişkenler açısından incelemektir. Duygusal zeka (EQ), stresi azaltmak için olumlu şekillerde duyguları yönetmek, etkili iletişim, başkalarıyla empati, zorlukların üstesinden gelme, çatışmayı etkisiz hale getirme yeteneğidir. Bu açıdan bakıldığında sportif başarının sağlanmasında geleceğin antrenör, beden eğitimi ve spor öğretmeni ve spor yöneticilerinin duygusal zekalarını incelemek önemlidir.

Çalışmaya Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinin farklı bölümlerinde öğrenim gören 300 öğrenci katılmıştır. Araştırmadan elde edilen verilerin analizinde SPSS 22 paket programı kullanılmış, parametrik verilerin analizinde t-test, non parametrik verilerin analizde ise ANOVA kullanılmıştır. İstatiksel değerlendirmelerde anlamlılık düzeyi $p<0,05$ olarak alınmıştır.

Araştırmanın sonucunda duygusal zeka düzeyinin cinsiyet, bölüm,spor branşı, kardeş sayısı açısından anlamlı farklılıklar gösterdiği; spor yaşı, aile gelir düzeyi, kardeş sayısı ve spor yaşı açısından ise herhangi bir anlamlı farklılık olmadığı belirlenmiştir.

INVESTIGATION OF EMOTIONAL INTELLIGENCE SITUATIONS OF STUDENTS OF SPORT SCIENCES FACULTY IN TERMS OF SOME VARIABLES

The purpose of this study is to examine the different variables of emotional intelligence levels of sport science faculty students. Emotional intelligence (EQ) is the ability to manage emotions in positive ways to reduce stress, effective communication, empathy with others, overcoming difficulties, neutralizing conflict. From this point of view, it is important to examine the emotional intelligence of coaches, physical education and sports teachers and sports managers in achieving sporting success.

300 students from different departments of Atatürk University Sports Sciences Faculty participated in the study. SPSS 22 package program was used in the analysis of the data obtained from the research, t-test was used for analysis of parametric data, and ANOVA was used for analysis of non-parametric data. The level of significance was taken as $p<0,05$ in statistical evaluations.

As a result of the research, the level of emotional intelligence showed significant differences in terms of gender, department, sports branch, sibling number; there was no significant difference in terms of sport age, family income level, number of siblings and age of sport.

SB440

REKREAKTİF ETKİNLİKLERE KATILAN MADDE BAĞIMLISI GENÇLERİN SALDIRGANLIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

[1]Hasan Hüseyin Yılmaz*, [2]Mehmet Ilkım, [3]Hasan Hüseyin Yılmaz, [1]Murat Kaldırımcı, [4]Berna Yaman, [1]Cemil Tuğrulhan Şam, [3]Haluk Sivrikaya

[1]ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ, ERZURUM
[2]İNÖNÜ ÜNİVERSİTESİ,MALATYA
[3]ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ,ERZURUM
[4]ALKENT 2000 SPOR KOMPLEKSİ, İSTANBUL

Email : *hasanh.yilmaz@atauni.edu.tr, mehmet.ilkim@inonu.edu.tr, hasanh.yilmaz@atauni.edu.tr, murat.kaldirimci@atauni.edu.tr, bernayaman_28@hotmail.com, tugrulsam@atauni.edu.tr, haluk@atauni.edu.tr*

Bu çalışmanın amacı, madde bağımlısı gençlerin düzenli rekreasyonel etkinlikler ile saldırganlık düzeylerinde meydana gelen değişiklikleri incelemektir.

Çalışmaya 18-21 yaş aralığında yer alan 24 madde bağımlısı genç katıldı. Araştırmaya katılan deneklere madde bağımlısı olmayan bireylerle birlikte haftada iki kere düzenli olarak 16 hafta boyunca futbol aktivitesi yaptırılmıştır. Araştırmada Buss ve Perry (1992) tarafından geliştirilen ve 2012 yılında Demirtaş Madran tarafından Türkçeye uyarlanıp geçerlilik ve güvenilirliği yapılmış olan ‘’ Saldırganlık Envanteri’’ kullanılarak veriler toplanmıştır. Ölçek ilk test ve son test olmak üzere iki defa uygulanmıştır. Elde edilen veriler SPSS (versiyon 22) for Windows paket istatistik programında değerlendirilmiştir. İstatiksel verilerde anlamlılık 0.05 olarak seçildi.

Çalışmanın sonucunda madde bağımlısı gençlerin saldırganlık düzeylerinde anlamlı düzeyde bir düşüş olduğu saptanmıştır. Rekreaktif etkinliklerin sağlıklı bireylerde olduğu kadar madde bağımlısı bireylerde de olumlu sosyolojik, psikolojik,mental ve fiziksel yanıtlarının olduğu düşünülmektedir.

INVESTIGATION OF AGGRESSION LEVELS OF DRUG ADDICTED YOUNGS PARTICIPATING RECREATIONAL ACTIVITY

This study’s purpose is to investigate changes of agrression levels with regular recreational activity participating of drug addicted youngs.

18-21 ages 24 drug addicted youngs attended this study. Experimental subject participating this study were done football activity with people who haven’t be drug addicted twice per weeekend along 16 weekend. The datas of the study was gathered using ‘’Agression inventory’’ developed by Buss and Perry (1992) and in 2012 adapted to Turkish, validity and reliability done by Demirtaş Madran. The analysis of acquired datas from study is done using SPSS (version 22) for Windows Statistical Programme. Statistical Evaluation of Datas was used T-test and ANOVA for parametric datas. Significance for statistical datas was selected being $p<0.05$.

At result of research, Aggression levels of drug addicted youngs were determined significantly decrease. Recreate activities are thought to be positive sociological, psychological, mental and physical responses in drug addicted as well as healthy individuals.

SB443

SPORCULARIN SPOR KARAKTERLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Merve Karaman*, [1]Tekin Çolakoğlu, [2]Selma Karacan, [1]Filiz Fatma Çolakoğlu**

[1]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA
[2]Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, KONYA

***Email :** mervekaraman_@hotmail.com.tr, tcolakoglu@gmail.com, selmakaracan@gmail.com, fcolakoglu@gmail.com*

Giriş ve Amaç

Spor iletişim içerisinde olduğu büyük kitle nedeniyle sporcu karakteri de adil, merhametli, dürüst ve sosyal olma gibi değerler ile şekillenmekte ve bu değerlere ilişkin düzeyin yüksek olmasının spor alanlarında ortaya çıkacak sorunlarla mücadeleye, profesyonelleşme sürecinin başlangıcının veya uzun sporculuk hayatının düzenli ve verimli ilerleyebilmesine yardımcı olacağı varsayımını güçlendirmektedir. (Görgüt ve Tuncel, 2017). Bu çalışmanın amacı, sporcuların spor karakterlerinin incelenmesidir.

Yöntem

Çalışmaya 1134 sporcu katılmıştır. Araştırmada verilerin toplanmasında Chang-Yong Jang (2013) tarafından geliştirilen ve Görgüt ve Tuncel (2017) tarafından Türkçe' ye uyarlanmış dürüstlük, anti-sosyal, merhamet, sportmenlik, adalet alt boyutlarından oluşan 5'li likert tipi "Spor Karakter Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin analizinde bağımsız tek örneklem testi, tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır.

Bulgular

Analizlere bakıldığında sporcuların spor karakter ölçeği puanları ve alt boyut puanları cinsiyet, yaş, eğitim durumu, gelir düzeyi, sporculuk yılı ve milli olma durumuna göre değişirken, branş türüne göre merhamet, adalet ve toplam puanları, sporculuktan maddi kazanç elde etme durumuna göre ise anti-sosyal alt boyut ve toplam puanları değişmektedir Bununla birlikte sporcuların spor karakter ölçeğinden en yüksek puanı dürüstlük alt boyutundan aldığı ve karakter yapılarının olumlu olduğu görülmektedir.

Sonuç

Araştırma sonuçlarına göre sporcuların olumlu karakter yapıları geliştirdikleri, kadınların erkeklerden, 19-24 yaş grubundakilerin 16-18 ve 25 yaş üstü olanlardan, eğitim durumu lise ve lisans olanların lisansüstü olanlardan, gelir düzeyi düşük ve orta olanların yüksek olanlardan, bireysel sporla uğraşanların takım sporu ile uğraşanlardan, spor yılı 3-4 ve 5-6 yıl olanların 1-2 yıl ve 8 ve üstü olanlardan, milli olanların milli olmayanlardan ve sporculuktan maddi kazanç sağlayanların maddi kazanç sağlamayanlardan daha olumlu karakter yapısına sahip olduğu görülmektedir.

Kaynaklar

Görgüt, İ. & Tuncel, S. (2017). Spor Karakter Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması. Hacettepe Spormetre, 15(3), 149-156. Jang C Y (2013): Development and validation of the sport character scale. Doctorate thesis, The University of Utah, USA.

ANALYSIS OF ATHLETES' SPORTS CHARACTERISTICS

Introduction and Objective

The objective of this study is to analyze the sports characteristics of athletes.

Method

1134 athletes participated in the study. 5-point likert scale "Sports Characteristic Scale", comprising of the honesty, anti-social, compassion, sportsmanship, justice sub-dimensions, was used for data collection, which was developed by Chang-Yong Jang (2013) and adapted to Turkish by Görgüt and Tuncel (2017). For analysis of the data, independent one sample test and one-way variance analysis were used.

Findings

Examining the analyses, sports characteristics scale scores and sub-dimension scores of the athletes change based on gender, age, educational back ground, level of income, years of sportsmanship background and becoming national athlete, while the compassion, justice and total scores change based on the sports branch, and the anti-social sub-dimension and total scores change based on the monetary gain from sportsmanship. Additionally, it can be seen that the athletes score highest on the honesty sub-dimension based on the sports characteristic scale, thus having a positive characteristic structure.

Conclusion

According to the research results, it can be seen that the athletes have positive characteristic structures, and that those in the age group of 19-24 have more positive characteristic structure compared to those in the age group of 16 – 18 and 25 & over, as well as those graduated from highschool and university than those having master's degree, those having low and medium income than those having high incomes, those in individual sports than those in team sports, those with a professional sports history of 3-4 and 5-6 years than those with 1-2 and 8 & more years, those recognized as national team athletes than those not becoming national athlete, those generating income from being athlete than those who do not.

SB471

12 -18 YAŞ GRUBU SPORCULARDA KENDİNE GÜVEN DUYGUSU KAYNAKLARININ BELİRLENMESİ

[2]Bülent Okan Miçooğulları, [1]Günay Yıldızer, [1]Canberk Özlü

[1]Eskişehir Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Eskişehir
[2]Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Beden Eğitimi Öğretmenliği Bölümü

Email : *okanmicoogullari@gmail.com, gunayyildizer@gmail.com, ozlucanberk@gmail.com*

GİRİŞ: Spor literatüründe başarıyı tanımlama, başarıya ulaşma ve etkileyen olguları belirleme her zaman ilgi çekebilen bir konu olmuştur. Sporda başarı kavramı içerisinde etkili olduğu düşünülen önemli kavramlardan biri sporcunun performansıdır. Sporda performansı belirleyen ve etkileyen psikometrik özelliklerden biri olarak sporda kendine güven kavramını görmekteyiz. Sporda güven duygusu süreksizlik ve geçicilik gösterebilmektedir. Bunun sebebi olarak ta zaman içinde belli olmayan periyotlarda kendine güven kaynaklarının etkisi olarak belirtilmektedir. Yani sporcunun farklı zamanlarda kendine güven kaynağı olarak neyi gördüğü, nasıl algıladığı ile değişebilen bir süreç izlemektedir. Bu konuda yapılan araştırmaların çoğu belli başı bazı güven kaynaklarının davranışı, duyguları, zihni ve güvenin düzeylerini nasıl etkilediğini ortaya koyma gayesi ile planlanmıştır. Kendine güven kaynakları ile ilgili planlanmış çalışmalar, sporcuların bireysel özellikleri, organizasyonel kültür ve sosyal geçmişlerinin karşılıklı etkilerini açıklamaya yardımcı olmuşlardır. METHOD: Çalışmaya masa tenisi branşından 125 sporcu, voleyboldan 107 sporcu, atletizmden 40 sporcu olmak üzere toplam 272 sporcu gönüllü olarak katılmışlardır. Bütün katılımcıların (272 sporcu) yaş ortalamaları □= 14.60±1.58 dır. 130 erkek sporcunun yaş ortalamaları □=13.72±1.34 ve 142 kadın sporcunun yaş ortalamaları □= 14.02±1.78 bulunmuştur. Sporcuların sahip oldukları kendine güven duygusunun kaynaklarını belirleyebilmek için Vealey ve ark. tarafından 1986 yılında geliştirilen Kendine güven kaynakları ölçeği kullanılmıştır. Türkiye popülasyonunda geçerlik ve güvenirliği yapılan ölçek 7 alt boyuttan ve 43 sorudan oluşmaktadır. Envanterdeki maddeler likert tipi 7'li ölçek şeklinde olup "1" karşılaştıkları durumların kendileri için hiç önemli olmadığını ifade ettikleri. "7" karşılaşılan durumun kendilerini güvenli hissetmelerinde çok önemli bir rol oynadığını ifade etmektedir. SONUÇLAR: Yapılan çalışma sonucunda sporcuların genel kendine güven kaynakları boyutunda karşılaştıkları durumlarda kendilerini güvenli hissettikleri belirlenmiştir. Cinsiyetlere göre ayrıştırılarak yapılan detaylı incelemede ise, erkeklerin beceri sunumu, antrenör – koç liderliği ve durumsal uygunluk boyutlarında kadınlara göre daha üst düzeyde güven kazandıkları; Kadınların ise empati deneyimi, fiziksel- zihinsel hazırlanma, sosyal destek ve uzmanlık konularında erkeklere göre daha üst düzeyde güven kaynağı olarak algıladıkları saptanmıştır.

DETERMINATION SOURCES OF SPORT CONFIDENCE OF 12 – 18 YEARS OLD ATHLETES

Success identification, reaching success, and determining the parameters of successful performance subjects in sport literature have always been a topic of interest. Self-confidence is a crucial parameter that affects and determine sportive performance. The sense of self- confidence in sport can show discontinuity and temporariness. The reason of these problematic issues can be named as the effects of sources of sport confidence. Because, it is a process that can vary with the athlete's different perception at different times as a source of self-confidence and how athlete perceives those sources. Many of the researches done in this regard have been planned with a view to demonstrating how certain sources of self-confidence affect; athletes' behavior, feelings, and mental skills. Designed scientific studies related on self-confidence resources have supported to explain the reciprocal effects of individual characteristics, organizational culture and social backgrounds of athletes. The participants from table tennis, volleyball and track-field (n=272) used in the study were selected using the random sampling procedure. The male players were 130 and the female players were 142. The mean age of the male player was 13.72±1.34, while the mean age of the female players was 14.02±1.78. Data was collected using Vealey's (1986) Source of Sport Confidence Questionnaire (SSCQ). The instrument is a (7)– point Likert scale that ranges from 1 (not at all important) to 7 (of highest importance). As a result of the study, it was determined that the athletes feel safe in the situations they encountered in terms of general self-confidence resources. In a detail review by gender, it was found that men had higher level of confidence in demonstration of ability, trainer - coach leadership and situational favorableness than women; Women were perceived as a source of trust in the empathy experience, physical- mental preparation, social support and mastery at a higher level than men.

SB478

YURT DIŞINDA YAŞAYAN TENİS BRANŞIYLA UĞRAŞAN TÜRK SPORCULARDA SÜREKLİ SPORTİF KENDİNE GÜVENİN ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ

***[1]Ersin Afacan*, [2]Ahmet Uslu**

[1]Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü Spor Bilimleri Fakültesi, MANİSA
[2]Eskişehir Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Bölümü, ESKİŞEHİR,

***Email :** mentorersin@hotmail.com, auslu@anadolu.edu.tr*

Yurt Dışında Yaşayan Tenis Branşıyla Uğraşan Türk Sporcularda Sürekli Sportif Kendine Güvenin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi

Özet

Bu çalışmanın amacı, sürekli sportif kendine güven kavramının çeşitli değişkenlerle ilişkilerinin belirlenmesidir. Bu amaç doğrultusunda katılımcılara, iki bölümden oluşan anket uygulaması yapılmıştır. Anket formunun ilk kısmında katılımcıların demografik özelliklerinin belirlenmesi için sorular sorulmuş, ikinci kısmında ise Vealey (1986) tarafından sportif güveni değerlendirmek için geliştirilen ölçme aracının bir alt boyutu olan 13 sorudan oluşan, "Sürekli Sportif Kendine Güven Ölçeği" (SSKGÖ) kullanılmıştır. Araştırma grubu, Almanya'nın Berlin şehrinde yaşayan ve tenis branşıyla uğraşan 14 (9 kadın,5 erkek) ve yaş ortalamaları 26 Türk kökenli Alman sporcular dan oluşmuştur. Katılımcılara, Sürekli Sportif Kendine Güven Ölçeği uygulanmıştır. Verilerinin değerlendirilmesinde, bağımsız gruplar için t-testi, kullanılmıştır. Araştırma bulgularına göre katılımcıların, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu ve lisanslı sporculuk yılı değişkenleri açısından anlamlı farklılıklar tespit edilememiştir. Ancak cinsiyet değişkeni açısından katılımcılar değerlendirildiğinde Sürekli Sportif Kendine Güven faktörlerinde anlamlı bir farklılığa rastlanmıştır. Ayrıca aile bireylerinde lisanslı sporculuk geçmişi değişkeni açısından da anlamlı farklılık tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Tenis, Sürekli sportif kendine güven, Sporcu.

AN ANALYSIS OF CONTINUOUS SPORT SELF CONFIDENCE AND VARIOUS VARIABLES IN TURKISH SPORTSMEN WORKING WITH TENNIS BRANCHES LIVING ABROAD

An Analysis of Continuous Sport Self Confidence and Various Variables in Turkish Sportsmen Working with Tennis Branches Living Abroad

Summary The purpose of this study is to determine the relation of the concept of continuous sportive self-confidence to various variables. For this purpose, a questionnaire consisting of two parts was conducted. In the first part of the questionnaire, questions were asked to determine the demographic characteristics of the participants. In the second part, "Continuous Sport Self-Confidence Scale" (CSSCS) consisting of 13 questions, a sub-dimension of the measurement tool developed by Vealey (1986) The study group consisted of 14 (9 female - 5 male) tennis players living in Berlin, Germany, and German athletes with a mean age of 26 Turkish. Continuous Sport Self-Confidence Scale was applied to participants. In the evaluation of the data, t-test was used for independent groups. According to research findings, no significant differences were found in terms of participants, mother education status, father education status and licensed year of sport. However, when participants were evaluated in terms of gender change, a significant difference was found in the factors of Continuous Sport Self Confidence. In addition, a significant difference was also found in terms of licensed sports history changes in family members.

SB479

GENÇ SPORCULARDA TÜKENMİŞLİĞİN BELİRLENMESİNDE KAYGI VE BENLİK SAYGISININ ROLÜ

***[1]Duygu Karadağ*, [2]F. Hülya Aşçı**

[1]Haliç Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, İSTANBUL
[2]Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İSTANBUL

***Email :** duygukaradag@halic.edu.tr, fhulya@marmara.edu.tr*

Amaç: Bu araştırmanın amacı genç sporcularda kaygı ve benlik saygısının tükenmişliği yordamadaki rolünü araştırmaktır. Yöntem: Çalışmaya 160 kız (Xyaş=15.17±1.86) ve 160 erkek (Xyaş=14.63±1.71) toplam 320 (Xyaş=14.90±1.80) sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Sporculara "Kişisel Bilgi Formu, "Spor Kaygı Ölçeği-2", "Sporcu Tükenmişlik Ölçeği" ve "Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği" uygulanmıştır. Elde edilen verilerin analizinde betimsel istatistik ve hiyerarşik regresyon analizi kullanılmıştır. Bulgular: Üç adımda gerçekleştirilen hiyerarşik regresyon analizinde; birinci adımda kontrol değişkeni olarak cinsiyet ve spor türü; ikinci adımda cinsiyet ile birlikte spor türü ve kaygının alt boyutları; üçüncü adımda cinsiyet, spor türü, kaygı ve benlik saygısı eklenmiştir. Modele birinci adımda dahil edilen cinsiyet ve spor türünün tükenmişliği yordamada anlamlı katkısı yoktur ($R=0.05$; $R2=0.00$; $F (2.319)=0.44$; $p > 0.05$). Modele ikinci adımda dahil edilen kaygının genç sporcularda tükenmişliği açıklamada anlamlı katkısı vardır ($R=0.21$; $R2=0.03$; $F (4,319)=3.59$; $p < 0.05$) ve tükenmişliğin % 3 'ünü açıklamaktadır. Somatik kaygı tükenmişliğin anlamlı belirleyici değil iken ($\beta=0.08$; $p > 0.05$), bilişsel kaygı ile tükenmişlik arasında anlamlı ve pozitif bir ilişki vardır ($\beta=0.17$; $p < 0.05$). Modele üçüncü adımda girilen benlik saygısının tükenmişliği açıklamada anlamlı katkısı yoktur ($p > 0.05$). Sonuç: Genç sporcularda tükenmişliğin açıklanmasında cinsiyet, spor türü, somatik kaygı ve benlik saygısı gibi faktörler anlamlı değilken; bilişsel kaygı ve tükenmişlik arasında pozitif ilişki olduğu söylenebilir. Anahtar Kelimeler: benlik saygısı, tükenmişlik, kaygı, genç sporcular

THE ROLE OF ANXIETY AND SELF ESTEEM IN DETERMINATION OF BURNOUT IN YOUNG ATHLETES

Purpose: This study aims to examine the role of anxiety and self-esteem in predicting burnout in young athletes. Method: 320 (Mage=14.90±1.80) athletes including 160 females (Mage=15.17±1.86) and 160 males (Mage=14.63±1.71) voluntarily participated in the study. "Personal Information Form", "Sport Anxiety Scale-2", "Athletes Burnout Questionnaire" and "Rosenberg Self Esteem Scale" were administered to all participants. Descriptive statistics and hierarchical regression analysis were used to analyze data. Results The hierarchical regression analysis performed at three steps, in the first step the control variables of gender and sports branch were entered to the model, sports branch, gender and subscales of anxiety were entered at the second step and at the third step gender, sports branch, anxiety and self-esteem were entered into model. Gender and sports branch at the first step were not significant predcitor of burnout ($R=0.05$; $R2=0.00$; $F (2.319) =0.44$; $p > 0.05$). Anxiety which was entered at the second step was significant contributor of burnout in young athletes ($R=0.21$; $R2=0.03$; $F (4,319) =3.59$; $p < 0.05$) and it explained 3% of burnout. Somatic anxiety was not a significant determinant of burnout ($\beta=0.08$; $p > 0.05$) while there was a significant and positive correlation between cognitive anxiety and burnout ($\beta=0.17$; $p < 0.05$). Self-esteem included in the model at the third step did not make any significant contribution to explain burnout ($p > 0.05$). Conclusion: The factors such as gender, sports branch, somatic anxiety and self-esteem are not significant in description of burnout in young athletes; it may be stated that there is a positive correlation between cognitive anxiety and burnout. Keywords: self-esteem, burnout, anxiety, young athletes

SB503

FİZİKSEL AKTİVİTENİN LİSE ÖĞRENCİLERİNİN YARATICI KİŞİLİK DÜZEYLERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

[1]Murat Tekin, [1]Yusuf Şahin, [1]Cansu Akalın

[1]Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu / Karaman

Email : *murattekin76@gmail.com, ysfshn456@gmail.com , murattekin76@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Egzersiz ve motor beceriler; yaratıcılığın ortaya çıkmasında, aynı zamanda yürütme organı olan zihinsel yapının hazırlamasında önemli bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu çalışmanın amacı da; Fiziksel aktivitenin lise öğrencilerinin yaratıcı kişilik düzeylerine etkisinin incelenmesidir. Yöntem: Araştırma grubu; karaman il merkezinde ve liselerin 9.sınıfta yer alan 14'ü erkek 8'i kadın toplam 22(yaş=15.1818+0.66450) öğrenciden oluşmaktadır. Araştırmanın amacına ulaşmak için; araştırmacılar tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi formu, Şahin ve Danışman(2017) tarafından geliştirilen yaratıcı kişilik ölçeği kullanılmıştır. 10 hafta boyunca beden eğitimi ve spor derslerinde öğrencilere fiziksel aktivite yaptırılmış ve Araştırmada ön test, son test ve kontrol gruplu deneysel desen kullanılmıştır. Verilerin çözüm ve yorumlanmasında, Shapiror Wilk Testi, İlişkili Ölçümler İçin Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi kullanılarak anlamlılık P<0,05 alınmıştır. Bulgular: deney ve kontrol grubu sonuçları arasında anlamlı bir farklılığın olduğu ayrıca deney ve kontrol grupları ön test ve son test sonuçları arasında da anlamlı bir farklılığın olduğu bulunmuştur (P<0,05). Ayrıca; Öğrencilere uygulanan yaratıcı kişilik ölçümlerinden amaca yönelimlik, içsel motivasyon, genel yaratıcılık son test puan ortalamaları lehine anlamlı bir farklılık bulunmuştur (P<0,05). Sonuç: Bu çalışmanın sonucunda; lise öğrencilerine uygulanan fiziksel aktivitenin öğrencilerin yaratıcı kişilik düzeylerini olumlu yönde etkilediği sonucunu ortaya çıkarmaktadır. Bu bulgular bize; sporun karmaşık bağlamda davranışı incelemek için çok değerli bir alan olduğunu, buna bağlı olarak fiziksel aktivitenin; bireylerin bilişsel, sosyal ve duyuşsal özelliklerinin gelişimini sağladığı, ayrıca yaratıcılığı destekleyici kişilik özelliklerine bağlı olarak bireysel farklılıklarının ve farklı düşünme süreçlerinin ortaya çıkmasında önemli bir kavram olduğunu göstermektedir. Anahtar Kelimeler: Fiziksel Aktivite, Yaratıcı Kişilik, Lise Öğrencileri

INVESTIGATION OF THE EFFECT OF PHYSICAL ACTIVITY TO THE HIGH SCHOOL STUDENTS' CREATIVE PERSONALITY LEVELS

Introduction and aim: In the emergence of exercise and motor skills creativity, being the also execution models, in the preparation of the mental structure, as an important concept emerges. The purpose of this study is to investigate of the effect of physical activity to the high school students' Creative Personality levels. Method: The research group;consists of male 14, 8 female, 22(average of age=15.1818+0.66450) in total who in the Karaman province and in high school in the study. "Personal Information Form"developed by the researchers,'Creative personality Scale developed by Şahin ve Danışman(2017)were used in order to reach the aim of the study. During 12 weeks,students did physical activity and Experimental design was used in the study,with pre- test and post-test control group.In the analysis and assessment of the data, Shapiror Wilk Test,Wilcoxon signed rank test for paried samples Test was used and significance was taken as P<0.05. Findings: Within this study; there was a significant difference between the results of the experimental and control groups;and there was significant difference between post-test results of the experimental and control groups(P<0,05).Also, According to research results; there was a significant difference between in favor of post test total scores mean for of in task oriented, internal motivation, general creativity, in high school student's that participated Experimental study(P<0,05). Results: As a result of this study; reveals that the physical activity applied to high school students positively influences the level of students' creativity personality. Sports is a worthwhile field to study behavior in a complex context(Memmert 2011).Accordingly; physical activity, the provide development of cognitive, social and affective characteristics of individuals ensure. it also shows that it is an important concept in the emergence of individual differences and different thinking processes depending on personality traits that support creativity. Key Words: Physical Activity,Creative Personality,High School Students

SB514

KADIN BASKETBOLCULARIN ZİHİNSEL DAYANIKLILIK VE TÜKENMİŞLİK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Seda Özlem Temir*, [1]Ebru Kurtulget , [1]Fatma Çepikkurt**

[1]Mersin Üniversitesi

Email : *o.temir11@gmail.com, ebrukurtulget@hotmail.com, fcepikkurt@hotmail.com*

Giriş ve Amaç:Bu araştırmanın temel amacı Türkiye Kadın Basketbol Ligi (TKBL)'nde oynayan kadın basketbolcuların zihinsel dayanıklılık puanları ile sporda yaşadıkları tükenmişlik düzeyleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktır.Araştırmanın ikinci amacı ise TKBL'nde başarı durumuna göre üst sıralarda yer alan takımlarla ligin alt sıralarında yer alan takımların zihinsel dayanıklılık puanları ve tükenmişlik düzeyleri arasında bir fark olup olmadığını incelemektir. Yöntem:Çalışmaya 2017-2018 yılında TKBL'nde oynayan 109 kadın basketbolcu (Xyaş= 23.57±5.37; Xspyaşı= 13.04 ±5.06) gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılara Sheard ve ark.(2009) tarafından geliştirilen ve Türkçe'ye uyarlaması Altıntaş ve Bayar-Koruç(2016) tarafından yapılan "Sporda Zihinsel Dayanıklılık Envanteri"; Raedeke ve Smith (2001) tarafından geliştirilen ve Türkçe'ye uyarlaması Kelecek ve ark. (2016) tarafından yapılan "Sporcu Tükenmişlik Ölçeği" ve araştırmacılar tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu uygulanmıştır.Verilerin analizinde betimsel istatistikler, normallik dağılım testleri, Pearson Korelasyon Analizi ve bağımsız gruplar için t-testi kullanılmıştır. Bulgular ve Sonuç:Yapılan korelasyon analizi sonucunda zihinsel dayanıklılığın "güven" alt boyutu ile "duygusal tükenme" ve "azalan başarı hissi" arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu; zihinsel dayanıklılığın "devamlılık" ve "kontrol" alt boyutlarıyla tükenmişliğin tüm alt boyutları arasında da negatif yönde anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur.Ayrıca; yapılan t-testi sonuçları ligin üst sıralarında yer alan takımların ligin alt sıralarında yer alan takımlara göre azalan başarı hissini ve duygusal tükenmeyi daha yoğun yaşadıklarını ortaya koymuştur. Bu bulgular yapılan bazı araştırmalarla benzerlik göstermektedir.Madigan ve Nicholls (2017) genç sporcularda zihinsel dayanıklılık ve tükenmişlik arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalarında zihinsel dayanıklılığın tükenmişlik ile negatif ilişki gösterdiğini ve zihinsel dayanıklılığı yüksek olan sporcuların azalan başarı hissini ve duygusal tükenmeyi daha az yaşadıklarını belirtmişlerdir. Levy ve ark. (2012) ise zihinsel dayanıklılığı zayıf olan sporcuların duygusal tükenmeyi tehdit olarak algılayabilecekleri sonucuna ulaşmışlardır.Sonuç olarak; zihinsel dayanıklılığı yüksek olan kadın basketbolcuların tükenmişlik sendromunu daha az yaşayacakları söylenebilir.Ayrıca, daha başarılı takımların elde ettikleri başarıyı korumak veya daha üst sıralarda yer alabilme amacıyla tükenmişliği yoğun yaşayabilecekleri söylenebilir. Keyword: zihinsel dayanıklılık, tükenmişlik, kadın basketbolcular.

INVESTIGATION OF MENTAL THOUGHNESS AND BURNOUT OF WOMEN BASKETBALL PLAYERS

Introduction:The main purpose of this study is to examination of mental thougness and burnout levels of women basketball players who played at Turkish Women Basketball league.The second aim of this study was to compare the mental thougness and burnout levels of women basketball players according to league rank order. Method :One hundred and nine women basketball players(Xage= 23.57±5.37; Xsportage= 13.04 ±5.06) that played TKBL voluntarly participated in this study.All prticipants "The Sport Mental Thoughness Questionnaire","Athlete Burnout Questionnaire" and personal information form prepared by researchers were applied.To analyse, the data, descriptive statistics, t-test, The Pearson Correlation Analysis have been used. As a result of performed correlation analysis mental toughness "confidence" subscale and "emotional exhaustion" ve "Reduces Sense of Accomplishment" between in the negative direction there is a meaningful relationship; mental toughness "constancy" and "control" subscale burnout all subscale between in the negative direction there is a meaningful relationship have been found. Results:As a result of research ; t-test results teams in the upper ranks of the league according to the teams in the lower rows of the league reduces sense of accomplishment and emotional exhaustion it has revealed that they live more intensively. These findings are similar to some studies conducted.The relationship between mental thougness and exhaustion in young athletes, Madigan and Nicholls (2017) reported that mental thougness and burnout relationship with exhaustion and decreased success of athletes with mental thougness and burnout exhaustion.Levy and friends (2012) concluded that athletes with weak mental thougness may perceive burnout as a threat. In conclusion;women's basketball

players who have a high mental toughness can say that they will from burnout syndrome less.In addition, it can be said that more successful teams can experience depletion intensively in order to maintain their success or to be in higher ranks. Keyword: mental toughness burnout, female basketball players.

SB540

FARKLI BÖLÜMLERDE OKUYAN ÖĞRENCİLERİN SPOR YAPMA DURUMLARINA GÖRE UMUTSUZLUK, ÖZNEL ZİNDELİK VE PSİKOLOJİK İYİ OLUŞ DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

[1]Hakan Kolayiş, [1]Nurullah Çelik

[1]Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, SAKARYA

Amaç: Bu çalışmanın amacı, farklı bölümlerde okuyan öğrencilerin spor yapıp yapmama durumuna göre umutsuzluk, öznel zindelik ve psikolojik iyi oluş düzeylerinin incelenmesidir. Metod: Çalışmaya uluslararası ilişkiler (51 kişi), metalürji ve malzeme mühendisliği (47 kişi), makine mühendisliği (44) ve teknoloji fakültesinden (32) 66'sı kadın (20,61±1,78), 108'i erkek(21,58±2,63) olmak üzere toplam 174 öğrenci (21,21±2,39 yaş ort.) katılmıştır. Çalışmada ölçüm aracı olarak, Beck (1961) tarafından geliştirilen, Seber (1991) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan "Beck Umutsuzluk Ölçeği", Ryan ve Frederick (1997) tarafından geliştirilen, Akın ve arkadaşları (2012) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan "Öznel Zindelik Ölçeği" ile Diener (2009) tarafından geliştirilip Akın ve Fidan (2012) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan "Psikolojik İyi Oluş Ölçeği" kullanılmıştır. Elde edilen verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler, bağımsız gruplar t-testi ile gruplar arası farkların tespiti için One-Way ANOVA testi kullanılmıştır. Veriler SPSS 16 programında analiz edilmiştir. Anlamlılık düzeyi 0.05 olarak kabul edilmiştir. Bulgular: Çalışmada elde edilen bulgular incelendiğinde, haftada en az üç saat spor yapan ve yapmayan farklı fakültelerdeki öğrencilerin umutsuzluk, öznel zindelik ve psikolojik iyi oluş düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır (p>0,05). Öte yandan, farklı bölümlerde okuyan kadın ve erkek öğrenciler arasında umutsuzluk ölçeği puan ortalamaları bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur (p<0,05). Yapılan tanımlayıcı istatistikler analizinde ortaya çıkan bu farkın kadın öğrencilere ait yüksek umutsuzluk puan ortalamasından kaynaklandığı tespit edilmiştir. Sonuç: Sonuç olarak, düzenli olarak haftada en az üç saat spor yapan ile yapmayan öğrencilerin umutsuzluk düzeyi arasında bir farkın olmadığı tespit edilmiştir. Benzer şekilde, öznel zindelik ve psikolojik iyi oluş düzeyleri bakımından da anlamlı bir fark bulunmamasına karşın, cinsiyete göre ise kadınların daha geleceğe yönelik erkeklerden daha umutsuz bir yaklaşıma sahip oldukları sonucu ortaya çıkmıştır. Anahtar Kelimeler: Spor, umutsuzluk, öznel zindelik, psikolojik iyi oluş, öğrenci

EXAMINATION OF THE HOPELESSNESS, SUBJECTIVE VITALITY AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING LEVELS OF STUDENTS FROM DIFFERENT DEPARTMENTS ACCORDING TO THE STATUS OF DOING SPORT

Purpose: The purpose of this study was to examine the hopelessness, subjective vitality and psychological well-being levels of students from different departments according to the status of doing sport. Method: The study was conducted by a total of 174 (19.72 ± 2.89 years) university students (66 female students, (Xage: 20,61±1,78) and 108 male students, (Xage: 21,58±2,63) from the departments of international relations (51), metallurgical and materials engineering (47), mechanical engineering (44) and technology faculty (32). As a measurement tool, The "Beck Hopelessness Scale" Beck (1961), The "Subjective Vitality Scale" (Ryan and Frederick, 1997) and "Flourishing Scale" (Deiner et al., 2009) were used in the study. For analysis, descriptive statistics, independent samples t-test and One-Way ANOVA test for detecting the intergroup differences were used. The data was analyzed through the SPSS 16 program. The level of significance was determined as 0.05. Findings: According to the findings, no significant difference was found between the hopelessness, subjective vitality and psychological well being scores of students from different departments who did sports at least three hours a week (p>0,05). However, significant difference was found between male and female students from different departments in terms of mean score of hopelessness scale due to the higher mean scores of female students (p<0,05). Conclusion: As a result, no significant difference was found between the hopelessness, subjective vitality and psychological well-being levels of the students who regularly did sports at least three hours a week and those who did not. However, the findings revealed significant difference in the mean scores of hopelessness scale between female and male students arising from the higher scores of hopelessness level of female students. It can be concluded that the female students had a more desperate approach to the future compared to male students. Keywords: Sport, hopelessness, subjective vitality, flourishing, student

SB546

BASKETBOLCULARDA TUTKUNLUK VE ZİHİNSEL DAYANIKLILIĞIN TÜKENMİŞLİĞİ BELİRLEMEDEKİ ROLÜ

***[1]Ebru Kurtulget*, [1]Gizem Kaplan, [1]Fatma Çepikkurt**

[1]Mersin Üniversitesi

Email : *ebrukurtulget@hotmail.com, gzmkpln5@hotmail.com, fcepikkurt@hotmail.com*

Bu araştırmanın amacı; basketbolcuların tutkunluk ve zihinsel dayanıklılık puanlarının sporda yaşadıkları tükenmişliği belirmedeki rolünü incelemektir. Bu çalışma ilişkisel tarama modelinde betimsel bir araştırmadır. Örneklem grubunu Koç-Spor Fest kapsamında yapılan Basketbol Süper Lige yükselme müsabakasına katılan 55 kadın (20,21± 1,70) ve 84 erkek (21,32± 2,06) olmak üzere 139 basketbolcu oluşturmuştur. Araştırma verileri; kişisel bilgi formu, Sporda Zihinsel Dayanıklılık Envanteri (Sheard ve ark., 2009; Altıntaş, 2015), Sporcu Tükenmişliği Ölçeği (Vallerand ve ark., 2003; Kelecek ve Aşçı, 2013) ve Tutkunluk Ölçeği (Raedeke ve Smith, 2001; Kelecek ve ark., 2016) ile toplanmıştır. Verilerin analizinde betimsel istatistikler, bağımsız gruplar için t-testi, Pearson Korelasyon Analizi ve Çoklu Doğrusal Regresyon analizleri kullanılmıştır. Analiz sonuçları tükenmişlik alt boyut puanları ile zihinsel dayanıklılığın kontrol ve devamlılık alt boyut puanları arasında anlamlı ve negatif bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur ($p<0,05$). Tükenmişlik alt boyut puanları ile tutkunluk alt boyut puanları arasında ise anlamlı bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşılmıştır ($p>0,05$). Yapılan regresyon analizi sonuçları ise zihinsel dayanıklılığın tüm alt boyutlarının tükenmişliğin alt boyutlarını anlamlı düzeyde yordadığını; tutkunluğun alt boyutu olan takıntılı tutkunluğun tükenmişliğin duyarsızlaşma alt boyutunun anlamlı yordayıcısı olduğunu ortaya koymuştur ($p<.05$). Ancak tutkunluğun alt boyutlarının tükenmişliğin alt boyutlarını yordama düzeyinde anlamlılık düzeye erişmediği saptanmıştır ($p>0,05$). Sonuç olarak, zihinsel dayanıklılıkları yüksek olan sporcuların tükenmişliği daha az yaşayabilecekleri söylenebilir. Dolayısıyla, sporcu ve performansı üzerinde olumsuz etkiye sahip olduğu düşünülen tükenmişliğin üstesinden gelmek için sporcuların zihinsel yönden mücadeleci yetiştirilmesi önerilebilir. Anahtar Kelimeler: Tükenmişlik, Zihinsel Dayanıklılık, Tutkunluk

DETERMINING THE ROLE OF PASSION AND MENTAL TOUGHNESS FOR BURNOUT AT BASKETBALL PLAYER

The purpose of this research is to investigate the role of passion and mental toughness determine the burnout. This study is correlational survey desing. Sample group is consisted 54 female and 85 male by the 139 basketball players who joined Koç Spor Fest Basketball Super League Promotion Matches. “The Sport Mental Toughness Questionnaire-SMTQ”, “Athlete Burnout Questionnaire”, “Passion Scale” and “Personal Information Form” were used as data collection tools in the study. To analysis of data, descriptive statistics, t-test, The Pearson Correlation Analysis and Multiple Linear Regression analysis have been used. The results of the analysis revealed that burnout sub-dimension scores and mental toughness scores were significantly and negatively related to control and constancy sub-dimension scores ($p<0.05$). There was no significant relationship between burnout sub-dimension scores and passion sub-dimension scores ($p>0,05$). The results of the regression analysis show that all sub-dimension of mental toughness significantly predict sub-dimensions of burnout; which is a sub-dimension of attitude, is a significant predictor of depersonalization sub-dimension ($p<.05$). However, it was found that the sub-dimensions of the attitude did not reach significance level at the level of determining the sub-dimensions of burnout ($p>0,05$). In conclusion, it can be said that athletes with a high level of mental toughness will experience less bornout. So it may be suggested that athletes must be trained mentally strong to deal with bornout, whichh is thought to have a negative effect on the athlete and his performance.

SB565

FARKLI FUTBOL ETKİNLİKLERİNE KATILAN ÇOCUKLARIN AHLAKİ DEĞER ALMA TUTUMLARININ KARŞILAŞTIRILMASI

***[1]Ahmet Yapar*, [1]Ahmet Yapar , [2]Semih Deniz**

[1]Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ÇANAKKALE
[2]Bireysel Antrenman Planlayıcısı

***Email :** yapara@gmail.com, yapara@gmail.com, ayberksaatcioglu@gmail.com*

Futbol çocuklar ve gençler tarafından en çok katılımı olan etkinliklerin başında gelmektedir. Futbol, katılanların beceri ve sağlık gelişimlerine etki ettiği kadar ahlaki gelişimleri üzerinde de etkili rol oynamaktadır. Bu etkiler olumlu olduğu kadar olumsuz sonuçlarda doğurabilmektedir. Bu nedenle beceri dışında kalan bu davranışların incelenmesi önemli görülmektedir. Buradan hareketle çalışmanın amacı organize futbol etkinliklerine katılan çocuk futbol oyuncuları ile rekreatif futbol oynayan çocukların ahlaki değer alma tutumlarının incelenmesidir. Çalışmanın katılımcıları 12-17 yaş aralığından 150 lisanlı (Ort.= 14.65; SS= 1.69) ve 150 rekreatif ortamlarda futbol oynayan lisanssız (Ort.= 14.90; SS= 1.52) toplamda 300 erkek bireylerden oluşmaktadır. Veriler Gürpınar (2014) tarafından Türkçe ye uyarlanan "Altyapı Sporlarında Ahlaki Karar Alma Tutumları Ölçeği-2 " ile elde edilmiştir. Elde edilen veriler yaş grubu gözetilerek tek yönlü varyans analizi ile incelenmiştir. Bulgular incelendiğinde 12 ve 13 yaş grubu lisanslı ve lisanssız futbolcular hileyi benimseme [F(1,30) =15.668, p= .142], yarışmaseverliği benimseme [F(1,30) =14.300, p= .211] ve Adilce kazanmayı korumak [F(1,30) =1.998, p= .168] alt boyutlarında istatiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemiştir. Ancak 14, 15 ve 16 yaş grubu lisanslı ve lisanssız futbolcular hileyi benimseme [F(1, 64=25.284., p = .012], yarışmaseverliği benimseme [F(1,64) =4.682, p= .041] alt boyutlarında istatiksel olarak anlamlı bir fark gösterirken Adilce kazanmayı korumak alt boyutunda anlamlı bir fark gözlenmemiştir [F(1, 64) =14 .405, p = .441]. 17 yaş grubu lisanslı ve lisanssız futbolcular incelendiğinde sadece hileyi benimseme alt boyutunda anlamlı bir fark gözlenirken [F(1,54) =7.734, p=.007] yarışmaseverliği benimseme [F(1, 54) =682, p = .413] ve Adilce kazanmayı korumak [F(1, 54) =1.110, p = .237] alt boyutlarında istatiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemiştir.

Futbol ortamları incelendiğinde müsabaka sıklığı ve turnuvaların yerel düzeyden ulusal düzeye doğru ilerlemesi çocuklar üzerinde kazanma baskısı oluşturmakta bu nedenle lisanlı olarak müsabakalara katılan bireylerde hileyi benimseme ve yarışmaseverlikten uzaklaşma durumlarının oluşmasına yol açtığı söylenebilir.

COMPARISON OF YOUTH COOCER PLAYERS' ATTITUDES TO MORAL DECISION MAKING FROM DIFFERENT SOCCER CONTEXT.

Soccer is one of the commonly participated activity among youth and adults. Soccer plays critical roles on moral development of participants as well as sport specific skills and heath development. These roles might be have negative and positive effect. For this reason, investigation of the moral behaviors is seen important. Therefore, the aim of the study was the comparison of moral decision-making attitudes of children participating organized and recreational soccer contexts. Participants composed of 150 children coming from organized soccer context (M= 14.65; SD= 1.69) and 150 children coming from recreational soccer context (M= 14.90; SD= 1.52). Turkish version of Attitudes to Moral Decision-Making in Youth Sport Questionnaire-2 (Gürpınar,2016) was used for data collection. Regarding age factor, One way ANOVA was used to analyze the differences competitive (licensed) and recreational (non-licensed) youth male soccer players` attitudes to moral decision making. Results indicated there were no statistically significant differences in 12 and 13 years old soccer players` Acceptance of Cheating [F(1,30) =15.668, p= .142], Acceptance of Gamesmanship [F(1,30) =14.300, p= .211] and Keep Winning in Proportion [F(1,30) =1.998, p= .168] sub scales. Although significant difference were observed between 14,15 and 16 years old male soccer players` Acceptance of Cheating [F(1, 64=25.284., p = .012], Acceptance of Gamesmanship [F(1,64) =4.682, p= .041] subscales there was no significant differences in Keep Winning in Proportion [F(1, 64) =14 .405, p = .441] subscale. Finally, 17 years old soccer players` results indicated that there was significant difference in Acceptance of Cheating

subscale [F(1,54) =7.734, p=.007] and there were no significant differences in Acceptance of Gamesmanship [F(1, 54) =682 , p = .413] and Keep Winning in Proportion [F(1, 54) =1.110, p = .237] sub scales. As conclusion, when youth competitive soccer contexts cause stress on players getting olderç

SB566

KADIN BASKETBOLCULARIN KAZANMA ALGISI İLE BAŞARI HEDEFLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

[2]Fatma Çepikkurt, [1]Esen Kızıldağ Kale

[1]Nişantaşı Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu
[2]Mersin Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu

Email : *fcepikkurt@hotmail.com, esen.kale@nisantasi.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı kadın basketbolcuların kazanmaya yönelik algıları ile başarı hedefleri düzeylerini belirlemek ve basketbolcuların kazanma algıları ile başarı hedefleri arasındaki ilişkiyi test etmektir. Yöntem: Çalışmaya yaşları 16-31 arasında değişen (yaş=19.45 3.46 ; sporyaş=6.97 4.64) gençler ve büyükler kategorisinde oynayan 92 kadın basketbolcu katılmıştır. Basketbolcuların kazanmaya yönelik algılarını ölçmek için Okur ve Güven (2012) tarafından geliştirilen "Sporculara Yönelik Kazanma Algısı Ölçeğl" kullanılmıştır. Ölçek 10 madde ve tek boyuttan oluşan 5'li likert türü bir ölçektir. Ölçeğin bu çalışma için Cronbach alpha değeri .77'dir. Katılımcıların başarı hedeflerini belirlemek için Conroy ve ark. (2003) tarafından geliştirilen ve Türkçe'ye uyarlaması Kazak Çetinkalp (2009) tarafından yapılan "Sporda 2x2 Başarı Hedefleri Envanteri" kullanılmıştır. Envanter dört alt boyut (ustalık yaklaşma, performans yaklaşma, performans kaçınma ve ustalık kaçınma) ve toplam 12 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin alt boyutlarının bu çalışma için Cronbach alpha değerleri .73 ile .98 arasındadır. Elde edilen verilerin analizinde betimsel istatistikler, Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi kullanılmıştır. Bulgular: Basketbolcuların Sporculara Yönelik Kazanma Algısı Ölçeğinden almış oldukları ortalama puanlarına bakıldığında ölçekten oldukça yüksek puan aldıkları; 2x2 Başarı Hedefleri Envanterinden almış oldukları puanlarına bakıldığında ise en yüksek ortalama puanı "ustalık-yaklaşma" boyutunda elde ettikleri görülmektedir. Pearson Korelasyon analizi sonuçları incelendiğinde kazanma algısı ile performans yaklaşma boyutu (r=.270) ve performans kaçınma alt boyutu arasında (r=.243) pozitif anlamlı ilişki olduğu ortaya konmuştur (p<.01; p<.05). Sonuç: Sonuç olarak kadın basketbol oyuncularının kazanmayı başkalarının önüne geçmek, başkalarından üstün olmak ya da başkaları tarafından geçilmemek, başkalrının gerisinde kalmamak olarak algıladıkları söylenebilir. Bu nedenle de kazanmayı dışsal faktörlere bağladıkları ifade edilebilir.

Anahtar kelimeler: Kazanma algısı, başarı hedefi, kadın basketbolcular

THE RELATIONSHIP BETWEEN WINNING-ORIENTED PERCEPTIONS AND ACHIEVEMENT GOALS OF FEMALE BASKETBALL PLAYERS

Purpose:The aim of this study is to determine the levels of winning-oriented perceptions and achievement goals of female basketball players and is to test the relationship between basketball players' winning perceptions and achievement goals. Method: 92 female basketball players which are play in Junior and Senior league between the ages of 16 and 31 (Mage=19.45 3.46;Msportage= 6.97 4.64) were participated. In order to measure the winning- oriented perceptions of basketball players, the "Winning Perception Scale-WPS" developed by Okur,Güven(2012) was used. The scale is a 5-point Likert-type scale consisting of 10 items and has one dimension. Scale's Cronbach alpha value for this study is .77. "2x2 Achievement Goals Questionnaire-AGQ" developed by Conroy et al.(2003) and adapted for Turkish by Kazak Çetinkalp(2009) was used to determine achievement goals of participants. The questionnaire has four subscales (mastery-approach, performance-approach, mastery-avoidance and performance-avoidance), for a total of 12 items. Subscales' Cronbach alpha values for this study are between 73 and .98. Descriptive statistics and Pearson Product-Moment Multiplication Correlation Analysis were used to analyze the obtained data. Results: When the mean scores of WPS of players were considered it was seen that they had high scores in this scale and also when the mean scores of 2x2 AGQ of female basketball players were considered it was seen that they had the highest mean score in "mastery approach" sub-scale. Pearson correlation analysis revealed that there was a statistically significant and positive correlation were found between winning perception and performance-approach(r=.270) and between winning perception and performance- avoidance(r=.243) (p<.01; p<.05). Conclusion: As a result, it

canbe said that female basketball players perceive the winning as being in front of the others, being superior to others or being not passed by others and not being behind others. For this reason, it can be expressed that they attribute the winning to external factors.

Keywords:winning perception,achievement goal,female basketbol players

SB578

ÇOCUK VE ERGENLERİN SEÇİLİ KİŞİSEL DEĞİŞKENLERİ, BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR KATILIMLARINA GÖRE SPOR LİDERLİK GÜCÜ ALGILARI VE PSİKOLOJİK SAĞLAMLIKLARI

[1]Dokuz Eylül Üniversitesi, İZMİR

Email :

Amaç: Bu araştırmanın amacı; çocuk ve ergenlerin seçili kişisel değişkenleri, beden eğitimi ve spor katılımlarına göre spor liderlik gücü algıları ve psikolojik sağlamlıklarını incelemektir. Metot: Veriler, İzmir devlet okullarında beden eğitimi ve spor dersleri alan 9-18 yaşları arasındaki çocuk ve ergenlerden toplanmıştır (N=806, M=13.05 ± 3.18, 442 erkek, 349 kız ve 15 belirtilmemiş). Katılımcılara Spor Liderlik Gücü Algısı Ölçeği-19 (SLGAÖ-19 Konter, Yang ve Chan, 2015), Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği-12 (ÇGPSÖ-12, Arslan, 2015) ile kişisel bilgi formu uygulanarak veriler toplanmıştır. SLGAÖ-19; Özdeşleşim Gücü, Uzmanlık Gücü, Yasal Güç, Zorlayıcılık Gücü ve Ödül Gücü faktörlerinde meydana gelirken ÇGPSÖ-12 ise 12 maddelik tek boyutlu bir ölçektir. Her iki ölçeğin de psikometrik özellikleri iyi durumdadır. Toplanan verilerin analizinde Normallik Testleri, Korelasyon, Regresyon, One-Way ANOVA, Kruskal-Wallis ve Mann-Whitney U Testleri kullanılmıştır. Bulgular: 1) Spearman korelasyon analizi şunları göstermiştir: a) CGPSÖ-12 ile Özdeşleşim Gücü (r=.336, p<001), Uzmanlık Gücü (r=.227, p<001), Ödül Gücü (r=.369, p<.001) ve SLGAÖ-19 (r=.242, p<.001) arasında düşükten orta düzeye olumlu korelasyonlar bulunmaktadır. b) CGPSÖ-12 ile Zorlayıcılık Gücü arasında düşük düzeye olumsuz korelasyon bulunmaktadır. (r=-.142, p<.001). 2) CGPSÖ-12 ile Cinsiyet arasında anlamlı farklılık vardır (P<.012). Kızlar erkeklerden daha yüksek CGPSÖ-12 puanına sahiptir (Mean Rank=418.94 karşı 377.88, p<.032). 3) Nonparametrik analizler aynı zamanda SLPS-19, CGPSÖ-12 ve bir dizi kişisel ve spor değişkenleri içine alan anlamlı farklılıkları ortaya koymuştur. Örneğin; anne ve baba tutumları (demokratik, otoriter, liberal ve koruyucu), hatada en az 3 gün spor katılımı, 10 yaş öncesi çocukluk beden eğitimi ve spor katılımı, okul spor takımlarına yer alma vb. (p<.05). Sonuç: Ön araştırmalar SLGAÖ-19 ve ÇGPSÖ-12 ile elde edilen bilgilerin çocuk ve gençlerin sağlıklı gelişimi, başarı, performans ve yukarıda belirtilen bir dizi kişisel ve spor değişkenleriyle açısından önemli olabileceğini göstermektedir. Daha kesin bilgiler için daha çok araştırmaya gereksinme vardır.

SPORT LEADERSHIP POWER PERCEPTIONS AND RESILIENCE OF CHILDREN AND ADOLESCENTS IN RELATION TO SELECTED INDIVIDUAL, PHYSICAL EDUCATION AND SPORT VARIABLES

Objective: The purpose of this study was to examine the sport leadership power perceptions and resilience of children and adolescents in relation to selected individual, physical education and sport variables. Method: Data were collected from 9-18 years old children (N=806, M=13.05 ± 3.18, 442 male, 349 female and 15 unstated) taking physical education and sport classes at state schools in İzmir/Turkey. Children were given the “Sport Leadership Power Scale-19 (SLPS-19, Konter, Yang and Chan, 2015), the Children and Youth Resilience Measure-12 (CYRM-12) form (Arslan, 2015) along with an individual information form. SLPS-19 comprises 5 factors (Referent, Legitimate, Expert, Coercive and Reward Powers), and CYRM-12 is a unidimensional scale including 12 items. The both scales have good psychometric results. Collected data was analyzed by various tests including Normality Tests, Correlations, Regression, One-Way ANOVA, Kruskal-Wallis, Mann-Whitney U and t-tests. Results: 1) Spearman's correlations revealed that; a) There is low to moderate positive correlations between Referent Power and CYRM-12 (r=.336, p<001), Expert Power and CYRM-12 (r=.227, p<001), Reward Power and CYRM-12 (r=.369, p<.001), SLPP-19 and CYRM-12 (r=.242, p<.001). b) There is low negative correlation between Coercive Power and CYRM-12 (r=-.142, p<.001). 2) There is significant difference between CYRM-12 and Gender (P<.012). Females have significantly higher scores of CYRM-12 than males (Mean Rank=418.94 versus 377.88, p<.032). 3) Nonparametric analyses also indicated a number of significant differences regarding SLPS-12, CYRM-12 and various variables comprising mother and father attitudes (democratic, authoritarian, liberal and protective), three times a week sport participation, school sport team involvement, and early childhood sport activities. Conclusion: Initial research findings indicate that SLPS-19 and CYRM-12 are very important for the healthy development, success and performance of children and adolescents for a number of individual and sport variables indicated above. More research is needed for more certain results.

SB583

INSTAGRAM'DA ÇOCUK VE OYUN ETİKETİ İLE YAPILAN PAYLAŞIMLARIN İNCELENMESİ

[1]Trabzon Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, TRABZON

Email :

Günümüzde sosyal medya kullanımı yaygınlık kazanmış olup, hayatımızın her alanında kullanılır hale gelmiştir. Öyle ki Twitter, Facebook, Instagram gibi sosyal ağlar zamanımızın önemli bölümünü alabilmektedir. Bu sosyal ağlarda yapılan paylaşımlar arkadaşlarımız ve yakınlarımız tarafından takip edilmekte ve beğeni almaktadır. İnsanlar herhangi birey, durum ve olay karşısında sahip oldukları duygu, düşünce ve algılarını bu ortamlardan ifade edebilmektedir. Bu araştırma da çocuk ve oyun kavramının Instagram'da görsel olarak nasıl sunulduğu incelenmiştir. Instagram üzerinde "çocuk ve oyun" etiketiyle (hashtag) paylaşılan görsellerin başka hangi etiketlerle tanımlanmaktadır. Araştırmada nitel araştırma yaklaşımlarından birisi olan olgubilim deseni kullanılmıştır. Araştırmanın evrenini instagramda "çocuk ve oyun" kelimesi geçen paylaşımlardır. Çalışma grubu ise içerisinde "çocuk ve spor" kelimesi geçen son 300 paylaşımdan meydana gelmektedir. Bu paylaşımlardan Türkçe olmayanlar, sakıncalı ve siyasi içeriğe sahip olanlar dikkate alınmamış ve bunların dışında kalan paylaşımlar incelenmiştir. Elde edilen veriler içerik analizine tabi tutulmuştur. Konu ile ilgili paylaşımlar ilk olarak belirlenmiş, kodlama işlemi gerçekleştirilmiştir. Kodlama işlemi esnasında, görseller ve bu görsellerin altında yer alan etiketlemeler birlikte değerlendirilmiştir. Kodlar alt alta yazılmış, benzer olan kodlar içeriğe uygun olarak kategoriler altında toplanmıştır. Kodlama ve kategori oluşturma araştırmacı tarafından gerçekleştirilmiştir. Çalışmanın güvenirliği için başka bir araştırmacıya kodlar ve kodların yer aldığı kategorilerin uygunluğu kontrol ettirilmiştir. Böylece ortaya çıkan kategorilere son şekli verilmiştir. Paylaşım yapanların genellikle pedagog, kreş, annelerin olduğu saptanmıştır. Paylaşımlar çocuğun oyun aracılığıyla öğrenebileceğini ortaya koymaktadır. Ayrıca çocuk gelişiminde oyunun önemli bir yere sahip olduğunu belirten paylaşımlara yer almaktadır.

Anahtar Kelimeler: Çocuk ve oyun, Instagram, Algı, Sosyal medya

INVESTIGATION OF SHARES RELATED TO CHILD AND PLAY HASHTAG IN INSTAGRAM

The use of social media has gained widespread use and has become available in all areas of our lives. So much so that social networks like Twitter, Facebook, Instagram can get a big part of our time. The sharing made in these social networks is followed and appreciated by our friends and relatives. People can express emotions, thoughts and perceptions they have in the face of any individual, situation and event. This research examines how the concept of children and sport is presented visually in Instagram. Instagram has been investigated in what works with other tags the images shared by the "child and sports" hashtag are defined. One of the qualitative research approaches in the research was used the phenomenology design. The population of the research is formed by the instagram in which "the children and play" word was passed. The study group is determined by objective sampling by selecting the last 300 sharing where "children and play" was mentioned on instagram. From these shares, the ones that only include are non-Turkish, objectionable, and political content are ignored, and the remaining hashtags are considered for evaluation. The obtained data were subjected to content analysis. Shares related to the subject were determined first and the coding process was carried out. During the coding process, the visuals and the hashtags under these visuals are handled together. The codes are written in the sub-level, similar codes are grouped under categories according to the content. Coding and categorization were performed by the researcher. The appropriateness of the codes and categories was checked by another researcher for the reliability of the work. Thus, the categories are given the final shape. Shares are usually found by pedagogues, nurseries, or mothers. Shares reveal that the child can learn through play.

Keywords: Children and play, Instagram, Perception, Social media

SB587

ALGILANAN SOSYAL DESTEK VE STRESLE BAŞA ÇIKMA TARZLARI ARASINDAKİ İLİŞKİDE ALGILANAN ÖZ YETERLİLİĞİN ROLÜ: GENÇ YETİŞKİNLER ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA

***[1]Kadir Yıldız*, [2]Deniz Dirik**

[1]Manisa Celal Bayar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, MANİSA
[2]Manisa Celal Bayar Üniversitesi İİBF, MANİSA

***Email :** kadiryildiz80@hotmail.com, denizzdirik@gmail.com*

Giriş ve Amaç:

Bu araştırmada, genç yetişkinlerin algılanan sosyal destek ve stresle başa çıkma tarzları arasındaki ilişkide, algılanan öz yeterliliğin rolünün incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Çalışma grubunu, Manisa Celal Bayar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenimlerine devam etmekte olan öğrenciler arasından ulaşılan 429 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Algılanan Sosyal Destek (Eker vd., 2001), Stresle Başa Çıkma (Şahin ve Durak, 1995) ve Genel Öz yeterlilik (Yeşilay, 1996) ölçekleri kullanılmıştır. Veri toplama araçlarının yapı geçerliliği ve faktör yapısı uygunluğu, Amos aracılığıyla doğrulayıcı faktör analizi üzerinden sınanmıştır. Öncü değerlendirmeler için tanımlayıcı istatistiklere bakılmış ve verinin yüzdelik dağılımı, ortalamalar ve standart sapmalar incelenmiştir. Ölçek ortalamalarının normallik varsayımını karşılayıp karşılamadığına ilişkin basıklık- çarpıklık değerleri dikkate alınmıştır. Demografik değişkenler açısından öğrencilerin ölçek ortalamaları arasında farklılık olup olmadığını tespit etmek üzere bağımsız örneklem t-testleri ve Anova testleri yapılmıştır. Ölçekler arasındaki ilişkileri test etmek üzere Pearson testi yapılmıştır. Araştırmanın etkileşim hipotezini sınamak üzere düzenleyici değişkenin farklı seviyeleri hakkında detaylı bilgi veren Hayes'in SPSS uyumlu Process makrosu aracılığıyla hiyerarşik regresyon analizleri yapılmıştır.

Bulgular: Katılımcıların algıladıkları sosyal destek ve genel öz yeterlik ortalamalarının oldukça yüksek olduğu bulgulanmıştır. Korelasyon testi sonuçlarına göre ise, algılanan sosyal desteğin her üç boyutu ile etkili yöntemler arasında orta düzeylerde anlamlı pozitif ilişkiler olduğu görülmektedir. Analiz bulgularına göre, algılanan sosyal destek ile genel öz yeterlilik etkileşiminin, etkili yöntemler üzerinde anlamlı katkısı tespit edilmiştir. Sosyal destek algılarının stresle başa çıkmada kullanılan etkili yöntemler üzerindeki etkisinde, algılanan öz yeterliliğin düzenleyici rolü olduğu söylenebilir. Nitekim, öz yeterlilik algılarının en yüksek olduğu nokta, algılanan sosyal destek ile etkili yöntemler ilişkisinin de en yüksek olduğu noktadır.

Sonuç olarak, ailesinden, sevdiklerinden ve arkadaşlarından sosyal destek gören gençler, stresle başa çıkmada etkili yöntemleri daha fazla kullanmaktadır. Öz yeterlilik algılarının yüksek olması ise bu ilişkinin gücünü arttırıcı rol oynamaktadır.

Anahtar kelimeler: Algılanan sosyal destek, stresle başa çıkma tarzları ölçeği, öz yeterlilik, genç yetişkinler, Türkiye

THE ROLE OF PERCEIVED SELF-EFFICACY IN THE RELATIONSHIP BETWEEN PERCEIVED SOCIAL SUPPORT AND STRESS COPING MECHANISMS: A RESEARCH ON YOUNG ADULTS

Introduction and Purpose: The purpose of this study is to investigate the role of young adults' perceived self-efficacy in the relationship between their perceptions of social support and stress coping mechanisms.

Method: The research group consists of 429 students of sports sciences enrolled in Manisa Celal Bayar University Faculty of Sports Sciences as of 2017-2018 spring semester. Data is collected through Perceived Social Support Scale (Erker et al.,2001), Stress Coping Mechanisms Scale (Şahin, & Durak, 1995), and General Self-Efficacy Scale (Yeşilay, 1996). The construct validity and factorial structure of the scales are tested through confirmatory factor analysis on Amos. The preliminary data analyses include descriptive statistics and percentage distribution, mean scale scores and standard deviations. The normality assumption is tested through skewness and kurtosis values. Independent sample t test and one-way anova are conducted to determine any difference between scale mean scores in terms of demographic variables. The relationships between research variables are tested through Pearson correlation coefficients. The moderating role of perceived self- efficacy in the relationship between social support and stress coping is analyzed through Hayes' Process macro based on hierarchical regression analysis.

Findings: Participants report relatively high levels of social support and general self-efficacy. According to correlation analysis, all three subscales of perceived social support are positively and moderately correlated with effective coping mechanisms. Findings also reveal significant interactive effect of perceived social support and general self-efficacy on effective coping mechanisms. This finding provides evidence that general self-efficacy has a moderating role in the relationship between social support and effective coping mechanisms. In conclusion, young adults resort to effective coping mechanisms much more often if they perceive their families, friends and significant others' support. General self-efficacy plays a moderating role in this relationship.

Keywords: Perceived social support, stress coping mechanisms, self-efficacy, young adults, Turkey

SB598

LASER SINIFI YELKEN SPORCULARINDA DİKKAT KONTROL

***[1]Gülşah Sekban*, [1]Hakan Akdeniz, [1]Caner Aracı**

[1]Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Email : *gsekban@yahoo.com, hakanakdeniz@gmail.com, caneraraci@gmail.com*

Amaç: Bu çalışmanın amacı, Laser sınıfında yarışan yelken sporcularının dikkat düzeylerini etkileyebilecek değişkenlerin belirlenmesidir. Materyal ve Yöntem: Bu çalışma; 2018 yılında Laser sınıfı yelken yarışlarına aktif olarak katılan 13-21+ yaş grubunda 26 kadın ve 63 erkek olmak üzere toplam 89 yelken sporcusu üzerinde yapılmıştır. Veri toplamak amacı ile Derryberry ve Reed (2001) tarafından geliştirilip Akın ve ark.(2013) tarafından Türkçeye uyarlanan „"Dikkat Kontrol Ölçeği"" kullanılmıştır. Verilerin analizinde frekans dağılımı, verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla skewness-kurtosis değerlerine bakılmış, iki bağımsız değişken ile dikkat kontrol düzeyi arasındaki ilişkiyi belirlemede T testi ve ikiden fazla değişken ile dikkat kontrol düzeyi arasındaki ilişkiyi belirlemede Anova Varyans analizi teknikleri uygulanmıştır. Grupların görüşleri arasındaki fark $p<0,05$ anlam düzeyi dikkate alınarak yorumlanmıştır. Bulgular: Elde edilen sonuçlara göre, Dikkat Kontrol Ölçeği cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık bulunamamıştır($p>0,05$). Sporcuların eğitim durumu ve spor yapma yılı değişkenleri açısından incelendiğinde dikkat kontrol ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur($p<0,05$). Buna karşın, gelir düzeyi, millilik durumu ve cinsiyet değişkenleri açısından dikkat kontrol ölçeği toplam puanları arasında anlamlı farklılık bulunamamıştır($p>0,05$). Sonuç; Laser sınıfı yelken sporcuları cinsiyet ve millilik değişkenine göre sporcuların dikkat düzeylerine bir etkisinin olmadığı, buna rağmen spor yapma yılına göre, uzun yıllar yelken sporu ile ilgilenen sporcuların dikkat ve kontrol düzeylerine olumlu yönde etki ettiği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Türkiye Yelken Federasyonu,Yelken, Sporcu,, Dikkat, Dikkat Kontrol Düzeyi, Spor ve Dikkat Kontrol , DKÖ

REVIEWING ATTENTION CONTROL LEVELS IN LASER CLASS SAIL SPORTERS IN TERMS OF CERTAIN VARIABLES

Purpose: The purpose of this research was to determine the variables that can affect the attention levels of sail sporters who race in Laser class. Material and Method: This research conducted on 89 sail sporters in 13-21+ age group. They were composed of 26 female and 63 male who actively participate in Laser class sailing races in 2018. ''Attention Control Scale'' that was developed by Derryberry and Reed (2001) and also was adapted to Turkish by Akın et al., (2013) was used to collect the data. Frequency distribution analyzed the data; skewness-kurtosis values were utilized to determine the data show normal distribution. T-test specified the relationship between two independent variables and attention control variable. Anova Variance analysis was applied to determine the relationship between attention control level and more than two variables. The difference between the opinions of the groups was commented by considering $p<0,05$ significance level. Findings: With reference to the results obtained, there was no significant difference ($p>0,05$) based on the gender variable in Attention Control Scale. It is seen when we analyze the educational background and sporting years that there was found a significant difference ($p<0,05$) between point averages received from attention control scale. However, there was not found a significant difference ($p>0,05$) between the total scores of attention control scale in terms of the level of income, the status of being a national athlete and gender variables. Conclusion: It is thought that gender and being a national athlete variables have not an effect on attention levels of sail sporters in Laser class. However, it is also thought that sporting year variable has a positive effect on attention and control levels of sporters who have engaged in sailing for many years.

Keywords: Turkey Sailing Federation, Sail, Sporter, Attention, Attention Control Level, Sports and Attention control, ACS

SB626

ESKİŞEHİR OSMANGAZİ ÜNİVERSİTESİ OKUL TAKIMLARINDA OYNAYAN SPORCULARIN SPORA KATILIM MOTİVASYONLARININ İNCELENMESİ

***[1]Çağdaş Çınar*, [1]Esra Aldanmaz, [2]Mehmet Yıldırım**

[1]Eskişehir Osmangazi Üniversitesi, Eskişehir
[2]Yozgat Bozok Üniversitesi, Yozgat

***Email :** cagdascinar@ogu.edu.tr, easamuk@ogu.edu.tr, mehmet.yildirim@bozok.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Gerçekleştirilen bu araştırmanın amacı, Eskişehir Osmangazi Üniversitesinde spor yapan öğrencilerin spora katılım motivasyonlarını belirlemektir.

Yöntem:

Evren ve Örneklem: Araştırmanın evrenini Eskişehir Osmangazi Üniversitesinde öğrenim gören sporcu öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise okullarını müsabakalarda temsil eden 160 sporcu öğrenci oluşturmaktadır.

Veri Toplama Araçları: Veri toplama aracı olarak, kişisel bilgi formu ve Spora Katılım Güdüsü Ölçeği kullanılmıştır.

Verilerin Analizi Verilerin analiz edilmesinde frekans analizi, aritmetik ortalama, t testi ve ANOVA testi kullanılmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Araştırma sonucunda spor yapan üniversite öğrencilerinin spora katılım motivasyonu en yüksek hareket/aktif olma olarak bulunmuştur. Cinsiyete göre hareket/aktif olma alt boyutunda kadın sporcuların lehine bir fark olduğu tespit edilmiştir. Sporcu öğrencilerin spora branşına göre de yarışma alt boyutunda farklılaştığı tespit edilmiştir.

DETERMINATION OF SPORTS PARTICIPATION MOTIVATION OF PLAYERS WHO MAKE SPORTS IN ESKISEHIR OSMANGAZI UNIVERSITY TEAMS

Introduction and purpose: The aim of this research is to determine the motivation of the students who play sports at Eskişehir Osmangazi University.

Method: Universe and Sampling: The universe of the research is composed of athletes who are trained at Eskişehir Osmangazi University. The sample of the research consists of 160 athletes who represent their schools in competitions.

Data Collection Tools: Personal data form and Sport Participation Motivation Scale were used as data collection tools.

,Analysis of Data In the analysis of the data, frequency analysis, arithmetic mean, t test and ANOVA test were used.

Findings and Conclusion: As a result of the research, the motivation of participation of the university students in sports was found to be the highest motivation / activity. It has been determined that there is a difference in favor of female athletes in the movement / activity sub-dimension according to gender variable. It has been determined that the athlete students differ in the competition sub-dimension according to the spore branch.

SB642

İRONİK PERFORMANS HATALARINDA BİREYSEL FARKLILIKLAR: OKÇULUKTA ÖZ DENETİM VE EGO YÖNELİMİ ÜZERİNE BİR İNCELEME.

[2]Recep Görgülü, [3]Nihal Dal, [1]Şenol Güven, [3]Serdar Tok

[1]T.C.Milli Eğitim Bakanlığı, Cumayanı Ortaokulu, AYDIN.
[2]Uludağ Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, BURSA.
[3]Manisa Celal Bayar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, MANİSA

Email : *, nihal_arc@yahoo.com, senol82@gmail.com, tokserdar@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Wegner'in (1994) zihinsel kontrolün ironik süreçleri teorisine göre hedeflenenin tam tersi sonuçlara neden olan en şiddetli hatalara ironik hata adı verilir. Kesinlikle kaçınılması gereken bu hatalar ile bilişsel yük arttığında (örn: kaygi) daha sık karşılaşmaktayız. İronik performans hatalarında bireysel farklılıkların potansiyel rolünü incelemek için güçlü bir kuramsal temele rağmen günümüzde bu konuda yapılmış araştırma sayısı son derece sınırlıdır. Bu nedenle, bu araştırmanın amacı, öz denetim ve ego yönelimi gibi bireysel farklılıkların ironik hatalar üzerindeki etkisini incelemektir. Yöntem: Araştırmaya yaş ortalaması 23.3 (SS=2.18) olan 50 okçu dâhil edilmiştir. Katılımcılardan 18 metreden en yüksek puanı elde etmek için 10 atış yapmaları istenmiştir. Bu atışlarda ironik hata bölgesi olarak belirlenmiş bir bölgeyi vurmamaları söylenmiştir. Araştırmadan elde edilen verilerin analizinde 2 x 2 varvans analizi kullanılmıştır. Bulgular: Araştırmadan elde edilen bulgular öz denetim $F (1, 49) =5.24$, $p <.02$, ego yönelimi $F (1, 49) =4.05$, $p =.05$ ve öz denetim x ego yönelimi etkileşim $F (1, 49) =5.67$, $p < .02$ etkilerinin istatistiksel olarak anlamlı olduğunu göstermiştir. Sonuç olarak, hedefin belirli bir bölümüne kesinlikle atış yapılmaması talimatı verildiğinde, düşük öz denetime sahip katılımcılar, yüksek özdenetime sahip olan katılımcılara oranla daha fazla ironik hata yapmışlardır. Dahası, şaşırtıcı bir biçimde yüksek ego yönelimi olan katılımcıların düşük ego yönelimi olanlara göre daha az ironik hata yaptıkları belirlenmiştir. Sonuç: Çalışmadan elde edilen bulgulara göre, öz denetim ve ego yönelimi gibi belirli bireysel farklılıkların rekabetçi bir ortamda özellikle ironik hataların yaygınlığını etkileyebileceği öngörüsünü desteklediği söylenebilir. Anahtar kelimeler: İronik hata, kişilik, ego yönelimi, okçuluk

INDIVIDUAL DIFFERENCES OF IRONIC PERFORMANCE BREAKDOWN: AN INVESTIGATION OF THE CONSCIOUSNESS AND EGO ORIENTATION IN ARCHERY TASK.

Introduction and Objective: According to Wegner's (1994) ironic processes of mental control theory, ironic errors are errors in the most severe form, and result in outcomes precisely opposite to those that were intended. They occur when the to-be-avoided state enters the conscious mind and this happens more frequently when we are anxious. Despite a strong theoretical basis for examining potential role of individual differences (i.e., consciousness, ego orientation) of ironic performance errors in sport, research examining this relationship is limited to date. Therefore, the aim of this research was to investigate the role of consciousness and ego orientation in the incidence of ironic performance errors using an archery task. Methods: Our sample comprised 50 archers (37 male, 13 female, Mage=23.3, SD=2.18). We asked participants to throw 10 arrows from 18 meters to gain maximum point and instructed them not to hit in a specific designated ironic error zone on the target. Results: We conducted a 2 x 2 ANOVA to analyse performance and results revealed a significant main effect for the consciousness, $F(1, 49) =5.24$, $p < .02$, a significant main effect for the ego orientation $F (1, 49) =4.05$, $p =.05$ and a significant consciousness x ego orientation interaction $F(1, 49) =5.67$, $p < .02$. When instructed not to miss in a specific direction, low-consciousness participants made more ironic errors than their high conscientiousness counterparts. Furthermore, participants with high-ego orientation made less ironic errors to compare with their low-ego orientation counterparts. Discussion: Results provide preliminary support for the prediction that certain individual differences such as conscientiousness and ego orientation may affect the prevalence of specifically ironic errors in a competitive environment. Key words: Ironic error, personality, ego orientation, archery.

SB648

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİNDE ÖĞRENİM GÖREN ÖĞRENCİLERİN SALDIRGANLIK DÜZEYLERİNİN ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ: AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ ÖRNEĞİ

***[1]Doğukan Batur Alp Gülşen*, [2]Alkan Uğurlu, [2]Doğukan Batur Alp Gülşen, [2]Emine Bal Turan, [2]Hakan Şimşek**

[1]Akdeniz Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi ANTALYA
[2]Akdeniz Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi - ANTALYA

***Email :** dogukan_gulsen@hotmail.com, augurlu@akdeniz.edu.tr, dogukan_gulsen@hotmail.com, eminebal@akdeniz.edu.tr,*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın temel amacı; spor bilimleri fakültesindeki öğrencilerin belirli değişkenlere göre saldırganlık düzeylerinin karşılaştırılmasıdır.

Yöntem: Çalışmaya Akdeniz Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim görmekte olan rastgele yöntemle seçilmiş 369 öğrenci katılmıştır. Katılımcıların 191'i kadın (51,8), 178'i erkektir (%48,2). Araştırmada, sosyo-demografik değişkenler ile ilgili bilgiler, araştırmacı tarafından oluşturulan Kişisel Bilgi Formu ile toplanmıştır. Araştırmanın amacına ulaşmak için; araştırmanın amacına uygun olarak İlter (1984) tarafından geliştirilmiş "Saldırganlık Envanteri" kullanılmıştır. Verilerin analizi SPSS 25 paket programı ile yapılmış ve araştırmada anlamlılık düzeyi $p<0.05$ olarak alınmış, betimsel istatistikler frekans (f), yüzde (%), T-Testi ve ANOVA testleri kullanılmıştır. Sonuç ve Bulgular: Bu araştırmanın sonucunda, yıkıcı saldırganlık, atılgan saldırganlık ve edilgen saldırganlık alt boyutları incelendiğinde; cinsiyet, öğrenim gördüğü bölüm, sınıf ve branş değişkenleri açısından öğrencilerin saldırganlık düzeylerinde anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Saldırganlık, Takım sporları, Bireysel Sporlar

INVESTIGATION OF THE AGGRESSION LEVELS OF THE FACULTY OF SPORTS SCIENCES STUDENTS IN TERMS OF VARIOUS VARIABLES: AKDENIZ UNIVERSITY EXAMPLE

Introduction and Aim: The main aim of this study was a comparison of the aggression levels of the students of the sport sciences faculty according to certain variables. Method : A total of 369 randomly selected students who study in the Akdeniz University The Faculty of Spor Science, participated to current research, 191 woman and 178 man. In the research, information about socio-demographic variables were collected by the Personal Information Form created by the researcher. To reach the purpose of the research; "Aggressiveness Questionnaire" developed by İlter (1984) was used. SPSS Package program (25) was used in the study and descriptive statistics frequency (f), percentage (%), T-test and ANOVA were used in the data analysis and significant level in the study was taken as $p<0,05.0$ Findings and Conclusion: According to the result of the study, When the sub-dimensions of destructive aggression, aggressive aggression and passive aggression are examined, there were significant differences in the aggression levels of the students in terms of gender, department, class and branch variables.

Keywords: Aggression, Team Sports, Individual Sports

SB650

ŞİŞMANLIK KONUŞMA ÖLÇEĞİ (ŞKÖ)'NİN PSİKOMETRİK ÖZELLİKLERİNİN İNCELENMESİ

[1]Akdeniz Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANTALYA

Email :

Giriş ve Amaç: Bu araştırmanın amacı Şişmanlık Konuşma Ölçeği'nin (Fat Talk Questionnaire-FTQ) Türkçe formunun geçerlilik ve güvenilirliğinin sınanmasıdır. Yöntem: Çalışma grubu seçiminde amaçlı örnekleme yöntemlerinden kolay ulaşabilir örneklem kullanılmıştır. Şişmanlık Konuşma ölçeğinin geçerlik ve güvenirliği, Antalya'da yer alan çeşitli egzersiz merkezlerinde düzenli olarak egzersiz yapan katılımcılar üzerinde sınanmıştır. Ölçek, 23.88 ± 4.16 yaş ortalamasına sahip 102 kadın (24.38 ± 0.45) ve 97 erkek (23.36 ± 0.37) toplam 199 katılımcıya uygulanmıştır. Farklı egzersiz türleri (Fitness, zumba, step aeorobik ve Yoga) ile uğraşan egzersiz katılımcılarının ortalama egzersiz deneyimi 3,44 + 2,36 yıldır. Ölçeğin çevirisi için çeviri-geri çeviri tekniği kullanılmıştır. Bulgular: Ölçeğin Türk kültüründeki yapısını inceleyebilmek için açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi yapılmış, analiz sonucu tek faktör ve 14 maddeden oluşan bir yapı elde edilmiştir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .95, ölçeğin test-tekrar test güvenirliği ise .82 olarak bulunmuştur. Faktör analizi sonuçları, tek faktörlü modelin kabul edilebilir uyum indekslerine sahip olduğunu ortaya koymuştur (CFI=.92, SRMR=.07, RMSEA=.07). Sonuç: Sonuç olarak, "Şişmanlık Konuşma Ölçeğii'nin" Türkçe versiyonunun egzersiz ortamlarında kullanılabilir olduğu söylenebilir.

EXAMINING PSYCHOMETRIC PROPERTIES OF THE FAT TALK QUESTIONNAIRE (FTQ)

Aim: The purpose of this study was to test the validity and reliability of the Turkish form of Fat Talk Questionnaire-FTQ. Method: Easily accessible sample which is one of the methods purposive sampling was used in the selection of working group. The validity and reliability of the ''Fat Talk Scale'' was tested on the participants who regularly exercise in various exercise centers in Antalya. Scale was administered to 199 participant who are 102 women (24.38 ± 0.45) and 199 men (23.36 ± 0.37) with a mean of age 23.88 ± 4.16 years. The mean exercise experience of the exercise participants engaged in different types of exercise (Fitness, zumba, step aeorobic and yoga) is 3.44 + 2.36 years. The method of translation-back translation was used for the translation of the scale into Turkish. Findings: To analyse the structure of the scale in Turkish culture, expletory and confirmatory factor analysis were made, as a result of the analysis, a structure that consisted of one factors and 14 items was obtained. Internal consistency coefficient of the whole scale was found to be .95 and test-retest reliability of the scale was found to be .82. The results of the factor analysis displayed that one-factor model had acceptable fit indices (CFI=.95, SRMR=.04, RMSEA=.08). Conclusion: As a result, it can be concluded that, Turkish versions of FTQ is used to assess Fat Talk in exercise environment.

SB658

ZİHİNSEL DAYANIKLILIK ENVANTERİ: SPORCULAR ÖRNEKLEMİNDE FAKTÖR GEÇERLİLİĞİ VE GÜVENİLİRLİĞİ

***[1]Nazmi Bayköse*, [2]Ziya Koruç**

[1]Akdeniz Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANTALYA
[2]Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

***Email :** nazmibaykose@gmail.com, zkoruc@hacettepe.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı, Gucciardi ve ark. (2015) tarafından geliştirilen "Zihinsel dayanıklılık envanteri"nin n sporcularda geçerliliğini ve güvenirliğini test etmektir. Yöntem: Çalışmaya 79 kadın (Xyaş=21,77 + 2,255) ve 128 erkek (Xyaş=23,07 + 2,362) toplam 207 (Xyaş=22,52 + 3,139) sporcu katılmıştır. Sporculara "Kişisel Bilgi Formu" , "Zihinsel Dayanıklılık Envanteri" ve bu ölçeğin eşzamanlı geçerliğini sınamak için "Sporda zihinsel dayanıklılık ölçeği" uygulanmıştır. Ölçeğin yapı geçerliği için Doğrulayıcı Faktör Analizi, eşzamanlı geçerliliği için Pearson Korelasyon Analizi ve güvenirliğini sınamak için ise Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı kullanılmıştır. Bulgular: Doğrulayıcı Faktör Analizi sonuçlarına göre ölçekte yer alan maddelerin faktör yükleri .70 ile .86 aralığında değişmektedir. Elde edilen uyum indeks değerleri 8 maddelik ölçek formu için kabuledilebilir bulunmuştur (x2/df=1.56, RMSEA=0.06, NFI=0.97, NNFI=0.98, CFI=0.98, GFI=0.95, SRMR=0.03). Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .94, ölçeğin test-tekrar test güvenirliği ise .80 olarak bulunmuştur. Sonuç: Elde edilen bulgular, "Zihinsel Dayanıklılık Envanterin"'nin spor ortamında zihinsel dayanıklılığın değerlendirilmesi için geçerlilik ve güvenirlilik koşullarını sağladığı ortaya koymaktadır.

MENTAL TOUGHNESS INVENTORY: FACTORIAL VALIDITY AND RELIABILITY IN ATHLETES SAMPLE

Introduction and Purpose: The purpose of this study was to test the validity and reliability of Mental Toughness Inventory (MTI) developed by Gucciardi et al. (2015) for Turkish athletes. Method: Seventy nine women (Mage=21,77 + 2,255) and 129 men (Mage=23,07 + 2,362), totaly 207 (Mage=22,52 + 3,139) athletes participated in this study. "Personal Information Form", "Mental Toughness Inventory (MTI)" and "Sport Mental Toughness questionnaire (SMTQ)",were administered to athletes for testing the concurrent validity of the scale. The Confirmatory Factor Analysis and Pearson Correlation Analysis were used to test the construct and concurrent validity of the scale. In addition, Cronbach Alpha internal consistency coefficient was calculated to test reliability. Findings: Confirmatory Factor Analysis results revealed that the factor loading of items were ranged between .30 and .85. Analysis revelaed acceptable fit index values for 8 items scale (x2/df=1.56, RMSEA=0.06, NFI=0.97, NNFI=0.98, CFI=0.98, GFI=0.95, SRMR=0.03) were obtained. Internal consistency coefficient of the whole scale was found to be .94 and test-retest reliability of the scale was found to be .80. Conclusion: It can be concluded that the Mental Toughness Inventory is a valid and reliable measure to determine the mental toughness in sport for Turkish athletes.

SB673

DEMOGRAFİK ÖZELLİKLERİ AÇISINDAN AMATÖR FUTBOLCULARIN BENLİK SAYGILARININ İNCELENMESİ

***[1]Hayri Aydoğan*, [2]Sait Bardakçı, [3]Emin Özdemir**

[1]Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Spor Yöneticiliği Bölümü, RİZE
[2]Cumhuriyet Üniversitesi İktisadi İdari Bilimler Fakültesi İşletme Bölümü, SİVAS
[3]Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği ABD, BURDUR

***Email :** hayri.aydogan@erdogan.edu.tr, sait_bardakci@hotmail.com, eminozdemir_61@hotmail.com*

Giriş ve Amaç Bu araştırmamızın amacı; "Amatör Futbolcuların Bazı Demografik Özellikleri Açısından Benlik Saygılarının İncelenmesi"dir. Örneklemimizin çalışma grubunu Türkiye Futbol Federasyonu 2017-2018 sezonunda, Rize ve Trabzon illerindeki Amatör liglerde mücadele eden 450 futbolcu oluşturmaktadır. Yöntem Araştırmamızda, "Kolayda Örnekleme" yöntemi ve Stanley Coopersmith (1967) tarafından geliştirilen, Turan ve Tufan (1987) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan "Benlik Saygısı Envanteri" 25 maddelik kısa formu ve "Yaş, Eğitim Durumu ve Aile Aylık Geliri" bilgilerini içeren 3 maddelik "Demografik Bilgi Formu" kullanılmıştır. İstatistiksel yöntemler olarak; elde edilen verilerin normal dağılıp dağılmadığının belirlenmesi amacıyla Kolmogorov-Smirnov testi çarpıklık ve basıklık katsayıları dikkate alınmıştır. Ayrıca iki kategoriden oluşan bağımsız gruplar için (t testi), üç veya daha fazla kategoriden oluşan değişkenler için ise tek yönlü varyans analizi (Oneway Analysis of Variance- ANOVA), ikiden fazla parametrik ana kütle ortalamasının birbirine eşit olup olmadığını test etmek için ANOVA testi kullanılmıştır. ANOVA sonucunda varsa farklılığın hangi gruplar arasındaki farklılıktan kaynaklandığını belirlemek için ise çoklu karşılaştırma (Post Hoc.) testleri kullanılmıştır. Kullanılacak çoklu karşılaştırma testinin belirlenmesinde Levene varyansların homojenliği testi dikkate alınmıştır. Bu test sonucunda eğer grup varyansları homojen ise Tukey, grup varyansları homojen değilse Tamhane T2 çoklu karşılaştırma testi kullanılmıştır. Araştırmanın yöntemini oluşturan söz konusu istatistiksel yöntemlerin uygulanmasında lisanslı IBM SPSS 23 paket programından yararlanılmıştır. Bulgular ve Sonuç Araştırmamız bulgularında; amatör futbolcuların benlik saygısı puanlarının futbolcuların ailelerinin aylık gelirine göre ($F=1,541$; $p>0,05$) anlamlı bir farklılık göstermediği, buna karşın; yaş değişkeni ($F=3,790$; $p<0,05$) ve eğitim durumu değişkenine göre ($t=-2,582$; $p<0,05$) anlamlı bir farklılık gösterdiği; bu farklılığın Lise ve Üniversite öğrencileri arasında olduğu belirlenmiştir.

EXAMINING SELF-ESTEEM OF AMATEUR PLAYERS IN TERMS OF SOME DEMOGRAPHIC VARIABLES

Introduction and Purpose The purpose of this research; "Examination of Self-Esteem in Terms of Some Demographic Characteristics of Amateur Footballers". In our sample the workgroup Turkey Football Federation 2017-2018 season, Rize and Trabzon create 450 players competing in amateur leagues in the provinces. Method In our study, we used the "Easy Sampling" method and the 25-item short form "Self-Esteem Inventory" developed by Stanley Coopersmith (1967) and adapted to Turkish by Turan and Tufan (1987) and the 3-item information including "Age, Educational Status and Family Monthly Revenue" "Demographic Information Form" is used. As statistical methods; the Kolmogorov-Smirnov test skewness and kurtosis coefficients were taken into account to determine whether the obtained data were normally distributed. In addition, ANOVA test was used to test the t-test for two groups of independent groups and one-way analysis of variance for three or more categorical variables and to test whether the two-parameter parametric main mass averages were equal. Multiple comparison (Post Hoc.) Tests were used to determine which groups resulted in differences if the ANOVA result was present. The homogeneity test of the Levene variances was taken into consideration when determining the multiple comparison test to be used. As a result of this test, if the group variances are homogeneous, Tukey, if the group variances are not homogeneous, Tamhanes T2 multiple comparison test is used. The application of the statistical methods that make up the research method was made using the licensed IBM SPSS 23 package program. Results The findings of the study indicate that amateur football players' self-esteem scores do not Show any significant differences in terms of monthly income of football players' familys ($F=1,541$; $p>0,05$) while the scores show a significant difference in the variables o age ($F=3,790$; $p<0,05$) and educational status ($t=-2,582$; $p<0,05$) between high school students and university students.

SB678

FİZİKSEL AKTİVİTE İÇİN DURUMLUK BİLİNÇLİ FARKINDALIK ÖLÇEĞİ'NİN TÜRKÇE GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI

[2]Nazmi Bayköse, [1]Çağrı Arı, [3]Gizem Ceylan

[1]Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, ANKARA
[2]Akdeniz Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANTALYA
[3]Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, ANKARA

Email : *nazmibaykose@gmail.com, cagri.ari1989@gmail.com , gizemcyln.87@gmail.com*

Giriş ve Amaç; Bu çalışmanın amacı, Cox, Ullrich-French ve French (2016) tarafından geliştirilen "Fiziksel Aktivite için Durumluk Bilinçli Farkındalık Ölçeği"nin Türkçe versiyonunun geçerliği ve güvenirliğinin test edilmesidir.

Yöntem; Araştırma grubunu, Ankara'nın Çankaya ilçesindeki dans kurslarında eğitim gören bireyler oluşturmaktadır. Araştırmaya, %53.5'i kadın (n=116), %46.5'i erkek (n=101) olmak üzere toplamda 217 birey gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmaya katılan bireylerin yaş ortalaması 31.42 ± 8.93 olarak tespit edilmiştir. Fiziksel Aktivite için Durumluk Bilinçli Farkındalık Ölçeği 14 madde ve iki alt boyuttan (Durumluk Vücutsal Farkındalık ve Durumluk Zihinsel Farkındalık) oluşmaktadır ve 5'li Likert tipinde değerlendirilmektedir.

Bulgular; Verilerin analizinde, yapı geçerliğine ilişkin olarak Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) ve Açımlayıcı Faktör Analizinin (AFA) yanı sıra, iç tutarlığın belirlenmesinde Cronbach Alfa güvenirlik analizi kullanılmıştır. Ayrıca araştırmada eş zamanlı (Concurrent) geçerlik kapsamında pearson korelasyon analizinden, Test-tekrar test güvenilirliğine ilişkin olarak bağımsız örneklem t testinden yararlanılmıştır. Yapı geçerliliğine ilişkin Iraksak ve yakınsak yapı geçerliliğinin sınanmasında ise Fornell ve Larcker (1981)'in önerdiği metodolojiden yararlanılmıştır. Yapı geçerliğine ilişkin bulgular, orijinal ölçeğin iki faktörlü yapısıyla benzer bir yapı göstermektedir. Araştırmamız sonucunda elde edilen uyum indeksleri incelendiğinde; x2/sd =2.207, RMSEA = 0.07, SRMR = 0.03, NFI = 0.92, NNFI= 0.94, CFI = 0.95, GFI = 0.92 olarak elde edilmiştir. İç tutarlık katsayılarının ise her iki alt boyutta da 0.84 olduğu belirlenmiştir.

Sonuç; Bulgular, fiziksel aktivite için durumluk bilinçli farkındalık Ölçeği'nin Türkçeye uyarlamasının fiziksel aktivite katılımcılarının durumluk bilinçli farkındalıklarını belirlemek için yeterli düzeyde psikometrik özelliklere sahip olduğunu göstermiştir.

Anahtar Kelimeler: Fiziksel Aktivite, Durumluk Bilinçli Farkındalık, Geçerlik, Güvenirlik

VALIDITY AND RELIABILITY OF THE TURKISH VERSION OF STATE MINDFULNESS SCALE FOR PHYSICAL ACTIVITY

İntroduction; The purpose of this study was to test the validity and reliability of the Turkish version of the "State Mindfulness Scale for Physical Activity" developed by Cox, Ullrich-French and French (2016).

Method; The study group was conducted individuals who receive dance education in Çankaya county, Ankara. A total of 217 subjects participated in this study, 53.5% female (n = 116) and 46.5% male (n = 101). The average age of the subjects participating in the study was 31.42 ± 8.93. State Mindfulness Scale for Physical Activity consists of 14 items and two sub-dimensions (State Mind Factor and State Body Factor) and is evaluated as a 5-point Likert type.

Findings; In the analysis of the data, Cronbach Alfa coefficients analysis was used to determine internal consistency as well as Confirmatory Factor Analysis (CFA) and Exploratory Factor Analysis (EFA). In addition, the Pearson correlation analysis under the

concurrent validity of the study utilized the independent sample t test for test-retest correlation methods. The methodology proposed by Fornell and Larcker (1981) was utilized in testing divergent and convergent construct validity. Findings related to the structure validity show a similar structure with the two factorial structure of the original scale. When fit indices are examined; x2/sd = 2.207, RMSEA = 0.07, SRMR = 0.03, NFI = 0.92, NNFI = 0.94, CFI = 0.95 and GFI = 0.92. Cronbach alfa coefficients analysis were 0.84 for both subscales.

Conclusion; In conclusion, it has been shown that the adaptation of the " State Mindfulness Scale for Physical Activity " to Turkish has sufficient psychometric properties to determine the state mindfulness of physical activity participants.

Keywords: Physical Activity, State Mindfulness, Validity, Reliability

SB682

KADIN BASKETBOLCULARIN ZİHİNSEL DAYANIKLILIK VE PROBLEM ÇÖZME BECERİLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Ümit Çolakoğlu*, [2]Okan Miçooğulları, [3]Rıdvan Ekmekçi, [1]Büşra Çetin Ulutürk**

[1]Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi BES Anabilim Dalı, MUĞLA
[2]Nevşehir Hacı Bektaş Üniversitesi Eğitim Fakültesi, NEVŞEHİR
[3]Pamukkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

***Email :** umittbf@gmail.com, okanmicoogullari@gmail.com, ridvanekmekci@gmail.com, busractn88@gmail.com*

Giriş ve Amaç Müsabakaların sonucu, fiziksel beceri ve yeteneklerdeki farklılıklar nedeniyle etkilenebilir. Ancak birçok yarışmada, oyuncuların kazanma ya da kaybetmeleri, onların müsabaka gününde nasıl performans sergilediklerine bağlıdır. Fiziksel yeteneğin rakipler arasında epeyce denk olması durumunda ise kazanan genellikle daha iyi zihinsel becerilere sahip olan sporcular olmaktadır. Yapılan bu anket ve envanter çalışmalarındaki amaç, bayan basketbolcuların, maçlar sırasında meydana gelen durumlar karşısında sahip olunan mental dayanıklılık düzeylerini belirleme ve günlük yaşamdaki problemlere genel olarak nasıl tepki gösterdiklerini belirlemeye çalışmaktır. Yöntem Bu çalışmada 2018 yılında Fethiye'de yapılan Kadınlar Basketbol Bölgesel Ligi final grubu müsabakalarında yer alan 5 takımdaki 66 sporcuya Zihinsel Dayanıklılık Anketi ve Problem Çözme Envanteri uygulanmıştır. Elde edilen bilgiler Tek yönlü varyans analizi tekniği kullanılarak, takımlarda ki sporcular arasında değişkenler açısından farklılık olup olmadığı incelenmiştir. Bulgular Problem çözme becerisi ile ilgili olarak alt boyutlar arasında (problem çözme güveni ($f(4,61)= 5.05$, $p < .01$) - yaklaşma kaçınma stili $f(4,61)= 5.87$, $p < .00$ – kişisel kontrol $f(4,61)= 4.65$, $p < .02$) anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Sahip olunan toplam puanlar $f(4,61)= 3.71$, $p > .09$ incelendiğinde ise anlamlı farklılığa rastlanmamıştır. Bayan basketbolcuların zihinsel dayanıklılık alt boyutları ve toplam puanları incelendiğinde ise tutarlılık-bağlılık alt boyutu $f(4,61)= 1.76$, $p > .14$ ve toplam puanlar $f(4,61)= .24$, $p > .91$ arasında anlamlı farklılığa ulaşılamazken; kendine güven ve kontrol alt boyutlarında anlamlı farklılıklara ulaşılmıştır. SONUÇ Kendine güven alt boyutunda en yüksek puanı Nesibe Aydın okulları alırken, en düşük puanı ise İstanbul üniversitesi takımı almıştır. Tutarlılık-Bağlılık alt boyutunda en yüksek puanı Galatasaray alırken, en düşük ortalama puanını ise Giresun üniversitesi takımı almıştır. Problem çözme becerisi alt boyutları ile incelendiğinde, problem çözme güveni alt boyutunda en yüksek puanı Nesibe Aydın okulları alırken, en düşük puanı ise Ordu üniversitesi takımı almıştır. Toplam problem çözme becerisi değerlerinde ise en yüksek puanı Nesibe Aydın okulları en düşük puanı İstanbul üniversitesi almıştır.

EVALUATION OF WOMEN BASKETBAL PLAYERS MENTAL TOUGHNESS and PROBLEM SOLVING ABILITY

Introduction The purpose of this study is to determine the level of mental toughness experienced by female basketball players in situations that occur during the games and to try to determine how they react in general to the problems in daily life. Method The sample of this study is 66 women basketball players who were between 17-40 ages. Sport Mental Toughness questionnaire and Problem solving inventory were used to measure independent variables. One way ANOVA technique was used to determine whether there is a meaningful difference between players' mental toughness and problem solving skill levels. Results There were significant differences between whole sub-dimensions of problem solving skill, include confidence of problem solving ($f(4,61)= 5.05$, $p < .01$), avoidance – approach style $f(4,61)= 5.87$, $p < .00$, personal control $f(4,61)= 4.65$, $p < .02$). However, there was no meaningful differences between total problem solving scores of teams $f(4,61)= 3.71$, $p > .09$. Women basketball players mental toughness scores were introduced that there were not significant differences between constancy sub-dimension $f(4,61)= 1.76$, $p > .14$ and total mental toughness scores $f(4,61)= .24$, $p > .91$. Moreover, there were significant differences between self-confidence $f(4,61)= 4.48$, $p < .03$ and control sub-dimensions $f(4,61)= 4.51$, $p < .03$ of players. Conclusion The highest score in the self-confidence subscale was obtained by Nesibe Aydın high schools while the lowest score was taken by the Istanbul University team. Galatasaray has the highest score in the Constancy sub-dimension while Giresun University team has the lowest average score.The highest score in Total Mental

Toughness values was obtained from Giresun University while Nesibe Aydın Schools received the lowest score. The highest score in the problem solving confidence subscale was obtained by Nesibe Aydın high schools while the lowest score was taken by the Ordu University team.

SB685

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖZEL YETENEK SINAVINA GİREN ADAY ÖĞRENCİLERİN YARIŞMASAL DURUMLUK KAYGI DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Deniz Bedir*, [1]Fatih Ağduman, [2]Zinnur Gerek, [1]Süleyman Erim Erhan**

[1]Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi
[2]Gaziantep Üniversitesi Türk Musikisi Devlet Konservatuarı

***Email :** denizbedir@hotmail.com, fatihagduman@hotmail.com, zgerek@gmail.com, erimerhan@hotmail.com*

Bu çalışmanın amacı, spor bilimleri fakültesi özel yetenek sınavına giren aday öğrencilerin yarışmasal kaygı düzeylerinin incelenmesidir. Çalışmanın örneklemini; 2018-2019 eğitim öğretim yılı Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi özel yetenek sınavına giren 165 aday öğrenci oluşturmaktadır. Deneklerin yarışmasal kaygı düzeylerinin incelenmesi amacıyla Martens ve diğ. (1990) tarafından geliştirilen Koruç (1998) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Yarışmasal Durumluk Kaygı Ölçeği" kullanılmıştır. Bu ölçek bilişsel kaygı, somatik kaygı ve öz güven alt boyutlarından oluşmaktadır. Verilerin analizinde non-parametrik testler olan Mann Whitney-U ve Kruskal Wallis testleri kullanılmıştır. Yapılan analizler sonucunda; cinsiyet değişkenine göre öz güven alt boyutunda erkekler lehine anlamlı farklılık olduğu görülmüştür ($p<.05$). Temel Yetenek Testi (TYT) puanlarına göre puanı düşük olan adayların bilişsel ve somatik kaygı düzeylerinin puanı yüksek olan adaylara göre daha düşük olduğu, öz güvenlerinin ise puanı yüksek adaylara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Diğer değişkenler arasında (branş, yaş, yaşadığı yer, sınava giriş sayısı, lisanslı spor yapma yılı) yarışmasal durumluk kaygı düzeyleri arasında herhangi bir anlamlı farklılık görülmemektedir. Sonuç olarak erkeklerin kadınlara göre yarışma öncesinde yüksek öz güvene sahip olduğu görülmektedir. Bunun sebebinin ise kadınların sportif konularda kendilerini yeterli görmemeleri olduğu söylenebilir. Düşük TYT puanına sahip adayların yüksek puan alan adaylara göre kaygı düzeylerinin düşük, öz güvenlerinin yüksek olmasının sebebinin ise adayların sportif faaliyetlere sınavlardan daha fazla zaman ayırması sonucu bu adayların sınav puanları genellikle düşük olmaktadır. Fakat sportif konularda öz yeterlik duygularının fazla olmasından dolayı bu adayların kaygı düzeyleri düşük, kendine güven duygusu yüksektir.

INVESTIGATING THE COMPETITIVE STATE ANXIETY OF THE PARTICIPANTS OF FACULTY OF SPORTS SCIENCES ABILITY TEST

The purpose of this study is to examine the competitive state anxiety levels of the participants of Faculty of Sport Scences Ability Tests. The sample of the study consists of 165 students participated Ataturk University Faculty of Sport Sciences Ability Tests. Competitive State Anxiety Scale was used to examine competitive state anxiety levels of the subjects, which was developed by Martens et al (1990) and adopted to Turkish Language by Koruç (1998). Cognitive anxiety, somatic anxiety and self confience are the sub dimensions of the scale. Non-parametric tests Mann Whitney-U and Kruskal Wallis tests were used in the analysis of the data. As a result of the analyzes made; it was found that there was a significant difference in favor of men in the sub-dimension of self-confidence according to gender variable ($p<.05$). Candidates with low scores of the Basic Ability Test were found to have lower cognitive and somatic anxiety and higher self confidence levels than candidates with high score of the Basic Ability Test. There is no significant differences among the other variables (sport, age, residence, attandance number of test, duration of the license of sport) with competitive state anxiety levels. As a result, male students appear to have high self-confidence before the competition compared to female students. It can be said that the reason for this is female students do not see themselves adequately in sports matters. Candidates with low Basic Ability Test scores who have more time to spend on sport activities than examinations tend to have lower levels of anxiety and higher self – confidence compared to candidates with high Basic Ability Test scores. Due to the high level of self-efficacy in sport issues, these students have low levels of anxiety and high self- confidence.

SB687

KONSERVATUAR VE SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖZEL YETENEK SINAVINA GİREN ADAY ÖĞRENCİLERİN GENEL ÖZ YETERLİK VE BAŞ ETME BECERİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

[2]Zinnur Gerek, [2]Hasan Açılmış, [1]Deniz Bedir, [1]Fatih Ağduman, [1]Süleyman Erim Erhan

[1]Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi
[2]Gaziantep Üniversitesi Türk Musikisi Devlet Konservatuarı

Email : *zgerek@gmail.com, zgerek@gmail.com, denizbedir@hotmail.com, fatihagduman@hotmail.com, erimerhan@hotmail.com*

Bu çalışmanın amacı, konservatuar ve spor bilimleri fakültesi özel yetenek sınavlarına giren aday öğrencilerin öz yeterlik ve baş etme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

Araştırmanın örneklemeni Gaziantep Üniversitesi Türk Musikisi Devlet Konservatuarı ve Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi özel yetenek sınavlarına giren 450 lisans öğrencisi adayı oluşturmaktadır. Adayların öz yeterlik düzeylerini ölçmek için Sherer ve arkadaşları (1982) tarafından geliştirilen, Yıldırım ve İlhan (2010) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Genel Öz Yeterlik Ölçeği", baş etme becerilerini ölçmek için Folkman ve Lazarus (1986) tarafından geliştirilen, Durak ve ark. (2011) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Baş Etme Yolları Ölçeği" kullanılmıştır. Elde edilen verilerin analizi için parametrik testler olan; Independent Samples T Test, One Way Anova ve Pearson Korelasyon Analizi kullanılmıştır.

Yapılan analizler sonucunda spor bilimleri fakültesi ve konservatuar sınavına giren aday öğrenciler arasında öz yeterlilik ısrar alt boyutunda ve baş etme becerileri kadercilik alt boyutunda spor bilimleri fakültesi sınavına giren adaylar lehine anlamlı farklılık olduğu gözlenmiştir. Ayrıca aday öğrencilerin cinsiyete göre kadercilik puanlarında erkekler lehine anlamlı farklılık vardır. Alınan puanlar yaş değişkenine göre incelendiğinde öz yeterlik toplam puanı ve başlama, yılmama alt boyutlarında 20 yaş ve altı adaylar lehine anlamlı farklılık olduğu gözlenmiştir.

Sonuç olarak; tüm spor branşları içinde çaba, azim, gayret ve yılmama gibi özellikler mevcuttur. Dolayısıyla sporla uğraşan kişilerin bu tür yönlerinin gelişmesi gayet doğal bir sonuçtur. Spor bilimleri fakültesi sınavına giren adayların ısrar alt boyutunda konservatuvar sınavına giren adaylardan daha iyi olmalarının sebebi bu açıdan açıklanabilir. Aynı zamanda tüm müsabakaların kazanmak ve kaybetmek gibi sonuçları içerdiğinden ve sporcular bu durumları fazlasıyla yaşadığı için sporla uğraşan kişilerin baş etme stratejilerinden olan kadercilik özelliğinin gelişmesine sebep olmaktadır.

THE INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-EFFICACY AND COPING SKILLS OF CANDIDATE STUDENTS ENTERING THE FACULTY OF CONSERVATOIRE AND SPORT SCIENCE FACULTY

The aim of this study is to investigate the relationship between self-efficacy and coping skills of candidate students entering the faculty of conservatoire and sport science faculty. Gaziantep University Turkish Music Government Conservatoire and Atatürk University Faculty of Sports Sciences 450 candidate students who take part in special talent exams.

Research samples consist of Gaziantep University Turkish Music State Conservatory and Atatürk University Faculty of Sports Sciences 450 candidate students who take part in special talent exams. The "General Self-Efficacy Scale" developed by Yıldırım and İlhan (2010) developed by Sherer et al. (1982) to measure the self-efficacy levels of the candidates was developed by Folkman and Lazarus

(1986) . (2011) adopted the Turkish version of the "Ways of Coping Questionnaire". Parametric tests for the analysis of the obtained data; Independent Samples T Test, One Way Anova and Pearson Correlation Analysis were used.

As a result of the analysis, it was observed that there is a significant difference in the self-efficacy insistence subscale among the candidate students entering the sport sciences faculty and the conservatoire examination and in favor of candidates entering the sports science faculty examination in the fatalism subscale. There is also a significant difference in the fatalism score of the candidate students in favor of men in accordance with gender. When examining the scores according to the age variable, it was observed that there was a significant difference in the total score of self-efficacy and in the beginning and in the stand up sub-dimensions in favor of candidates aged 20 and below.

As a result; Within all sports branches, there are features such as effort, determination, effort and non-aggression. Therefore, the development of such aspects of the people who are engaged in sports is a natural result. It can be explained in this respect that the candidates who entered..

SB697

VOLEYBOL HAKEMLERİNİN ÖZYETERLİK DÜZEYLERİ VE KARAR VERME BECERİLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Çağlar Sarıdede*, [2]Mehmet Kutlu, [3]Tevfik Cem Akalın**

[1]MEB, Yalova/Çınarcık Gazi Mustafa Kemal Mesleki Ve Teknik Anadolu Lisesi
[2]İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi
[3]Bülent Ecevit Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu

Email : *caglarsaridede@hotmail.com, mkutlu2002@yahoo.com, tc.akalin@hotmail.com*

Giriş ve Amaç: Sportif müsabakaların adil oyun çerçevesinde skor ve gidişatında büyük etkisi olduğuna inanılan hakemlerin fizyolojik ve psikolojik durumlarının yanı sıra kural bilgisi ve tecrübelerinin de verdikleri kararlar üzerindeki etkisi büyük önem taşımaktadır. Bu kapsamda çalışmamızda, müsabakanın yürütülmesinde vazgeçilmez bir unsur olan voleybol hakemlerinin öz yeterlik düzeyleri ve karar verme becerileri arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Çalışmaya 2017/2018 voleybol sezonunda faal olan çeşitli klasman (A, B, C ve KD) ve seviyede (aday, il, ulusal ve uluslararası), 106 erkek, 82 kadın olmak üzere toplam 188 voleybol hakemi katılmıştır. Çalışmaya katılan hakemlere Kişisel Bilgi Formu, Hakem Öz Yeterlik Ölçeği, Genel Öz Yeterlik Ölçeği ve Melbourne Karar Verme Ölçeği uygulanmıştır. Araştırma kapsamında toplanan anket verileri SPSS for Windows 23.0 paket programına aktarılarak değerlendirilmiştir.

Bulgular: Hakemlerin öz yeterlik seviyeleri ve dikkatli karar verme stili arasında anlamlı ve pozitif bir korelasyon ilişkisi tespit edildi. Hakemlerin öz yeterliliği artıkça dikkatli karar verme eğilimi de artmakta, kaçıngan, erteleyici ve panik karar verme eğilimi azalmaktadır. ($p<0.05$)

Sonuç: Sonuç olarak elde edilen bulgular voleybol hakemlerinin öz yeterlikleri ve öz güvenleri, doğru ve yerinde karar vermelerinde önemlilik arz ettiği bu nedenle öz yeterlik ve öz güven düzeylerinin geliştirilmeleri için erken yaşlarda hakemlik eğitime başlanması, hakemliğin üniversitelerde ders olarak okutulması, hakemlere uygulamaya dönük eğitimlerin arttırılması gerektiği kanaatine varılmıştır.

ANALYSING SELF SUFFICIENCY LEVEL AND DECISION MAKING ABILITY OF VOLLEYBALL REFEREES

Introduction: For Referces who are believed to have big imparet on scores and the process of the matches in fair play frames ,physical and psychological states have very important effects to make decisions as well as their knowledge of rules of the games and experiences. In this context in our research, we aimed to analyse the self sufficeney level and deciding ability of volleyball referees who are indispencible elements to start the game according to the rules and gaming process.

Method: In our research we included 106 male , 82 female and in total 188 referees who are still actıve in 2017/2018 volleyball season from different divisions (A,B,C and KD) and level capprentice, province, natiomal and international. Personal information form self sufficieney scale for refereas, general self sufficiency scale and Melbourne decision making scale have been applied to the referees whom we have included in our research. In the context of our research, the date gathered have been transferred to SPSS for Windows packate programme and evalvated by this way.

Results: A meaningful and positive corelation has been spotted between referees selfsufficiency level and accurate decision style. As the level of self sufficiency of referees increases, the tendency of accurate decision increases, avoidant, dilatory and panicked decision making tendeney decreases, though.

Conclusion: All in all, findings gathered have importance on referees self sufficiency and self-confidence and right and accurate decision making so we have reached the conclusion that starting the referee education at early ages, teaching referees at universities and increasing the tendency of working in the field as a referee are important to improve referees self–sufficiency and self confidence.

SB699

SPOR OKULLARINA KATILAN ÖĞRENCİLERİN BAŞARI ALGISI, SORUMLULUK DUYGUSU VE DAVRANIŞLARININ İNCELENMESİ (KOCAELİ/DERİNCE- SABANCI ORTAKLARI VE ÇALIŞANLARI İLKOKULU ÖRNEĞİ)

***[1]Hakan Akdeniz*, [2]Deniz Demirci, [1]Can Ahmet Sezgin , Arda Demirci**

[1]Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi
[2]Bilgi Üniversitesi İstanbul/Turkiye
[3]istanbul Özel Saint-Joseph Fransız Lisesi

***Email :** hakanakdeniz@gmail.com, dnzarda@yahoo.com.tr, canahmetsezgin@gmail.com*

Bu araştırmanın amacı; spor okullarına katılan öğrencilerin başarı algısı, sorumluluk duygusu ve davranışları arasındaki ilişkileri incelemektir. Araştırmanın örneklemini Sabancı Ortakları ve Çalışanları İlkokulu 2017-2018 eğitim öğretim yılında eğitim gören ve gönüllü katılım sağlayan 379 öğrenci oluşturmuştur. Tarama modeli kullanılarak yapılan betimsel çalışmada veri toplamak amacı ile Roberts, Treasure ve Balague (1998) tarafından geliştirilen ve Türkçeye Çetinkalp (2006) tarafından uyarlanan "Başarı Algısı Ölçeği" ile öğrencilerin sorumluluk duygusu ve davranış seviyelerini belirlemek için Özen (2008) tarafından geliştirilen "Sorumluluk Duygusu ve Davranışı Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin analizinde katılımcıların kişisel bilgilerini belirlemek için frekans analizi, verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla skewness-kurtosis değerlerine bakılmış, değişkenler arasındaki, farklılıkları belirlemek için Manova, Tukey, Post-Hoc testleri yapılmış ilişkiyi belirlemek için korelasyon analizi ve etkiyi belirlemek amacıyla da regresyon analizinden faydalanılmıştır. Yapılan analizler sonucunda; Başarı algısı, sorumluluk duygusu ve davranış skorlarında yüksek düzeyde negatif yönde bir ilişki bulunmuştur($p<0,05$). Öğrencilerin Sorumluluk algısı Ölçeği cinsiyet değişkenine göre sorumluluk duyarım, sorumlu davranırım alt boyutlarında anlamlı farklılık bulunmamıştır($p>0,05$). Başarı envanteri alt boyutları görev alt boyutunda anlamlı farklılık bulunmazken ego alt boyutunda anlamlı farklılık bulunmuştur($p<0,05$) Başarı algısı ölçeği, görev ve ego alt boyutları, sorumluluk duygusu ölçeği sorumluluk duyarım, sorumlu davranırım alt boyutları Öğrencilerinin sınıf ve spor yapma yılları değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir ($p<0.05$). Sonuç olarak; Spor okullarına katılan öğrencilerin spor yapma yıllarına göre, sorumluluk duygularının arttırdığı söylenebilir. Anahtar Kelimeler: Spor Okulları, Başarı Algısı, Sorumluluk, Davranış.

REVIEWING BEHAVIORS, PERCEPTION OF SUCCESS AND SENSE OF OBLIGATION OF STUDENTS PARTICIPATE IN SPORTS SCHOOLS (KOCAELI/DERINCE- SABANCI PARTNERS AND EMPLOYEES PRIMARY SCHOOL CASE)

The purpose of this research was to review the relationships between behaviors, the perception of success and sense of obligation of students who participate in sports schools. Sample of the research was composed of 379 students who study in Sabancı Partners and Employees Primary School in the 2017-2018 academic year and volunteered for the research. ''Perception of Success Scale'' that was developed by Roberts, Treasure, and Balague (1998) and adapted to Turkish by Çetinkalp (2006) was used to collect data for this study that was conducted using screening model. 'Behavior and Sense of Obligation Scale' that was developed by Özen (2008) was utilized to determine behavior and sense of obligation levels of students. Frequency analysis was used to specify the personal information of participants in the analysis of data. Skewness-kurtosis values were reviewed to determine whether the data show normal distribution; Manova, Tukey, Post-Hoc tests were applied to find the differences between the variables. Moreover, correlation analysis determined the relationship between the variables; regression analysis was used to find the effects of the variables. Highly negative relationship was found in scores of behavior, the perception of success and a sense of obligation. There was no significant difference ($p>0,05$) in sub-dimensions called 'I take responsibility' 'I act responsibly' based on gender variable in Sense of Obligation Scale of the students. While there was no significant difference in success inventory and assignment sub-dimensions, there was found a significant difference ($p<0,05$) in ego sub-dimension. A statistically significant difference ($p<0.05$) was found in an assignment and ego sub-

dimension, sub-dimensions called ‘I take responsibility’ ‘I act responsible,' class and sporting year variables in a perception of success scale. In conclusion, it can be said that the sporting year variable increases students’ sense of obligation. Keywords: Sports Schools, Perception of Success, Responsibility, Behavior.

SB708

İMGELEME BİÇİMLERİ ZİHİNSEL DAYANIKLILIK DÜZEYLERİNİN BELİRLEYİCİSİ MİDİR?

[1]Yunus Emre Yarayan, [2]Aydıner Birsin Yıldız, [1]Gönül Tekkurşun Demir

[1]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara
[2]Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Ankara

Email : *yunus.emre.yarayan@gmail.com, abyildiz@ybu.edu.tr, gonultekkursun@hotmail.com*

Giriş: Bu araştırmanın amacı; mücadele sporcularında imgeleme biçimlerinin (bilişsel imgeleme, motivasyonel özel imgeleme, motivasyonel genel uyarılmışlık, motivasyonel genel ustalık) zihinsel dayanıklılık düzeylerindeki belirleyici rolünü tespit etmektir.

Yöntem: Araştırmaya 124'ü erkek (%59,3), (Xyaş=21,56±4,43), 85'i kadın (%40,7), (Xyaş=21,01±4,08) olmak üzere toplam 209 mücadele sporcusu (boks, güreş, taekwondo, kick-boks, karate, judo) gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada Hall ve ark. (1998) tarafından geliştirilen, Kızıldağ ve Tiryaki (2007) tarafından Türkçeye uyarlanan Sporda İmgeleme Envanteri ile Sheard ve diğ. (2009) tarafından geliştirilen ve Türkçeye uyarlamasını Altıntaş (2015)'ın yaptığı "Sporda Zihinsel Dayanıklılık Envanteri" kullanılmıştır. Araştırmada kullanılan, Sporda İmgeleme Envanteri ve Sporda Zihinsel Dayanıklılık Envanterine verilen cevapların iç tutarlılığı Cronbach's Alpha (α) ile incelenmiş ve sırasıyla .88 ve .74 olarak belirlenmiştir. Envanterlere ait puan dağılımlarının çarpıklık ve basıklık değerleri dikkate alındığında verilerin normal dağılım gösterdikleri saptanmıştır. Bu doğrultuda değişkenler arasındaki ilişkileri belirlemek için pearson korelasyon analizi, bağımsız değişkenlerin her birinin zihinsel dayanıklılık alt boyutlarını yordamadaki güçlerini belirlemek amacıyla ise adımsal regresyon (stepwise regression) analiz yöntemleri kullanılmıştır. Tüm analizler SPSS paket programında yapılmış ve tüm değerlendirmelerde anlamlılık düzeyi $p<0.05$ olarak alınmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara göre, sporcuların imgeleme biçimlerinin zihinsel dayanıklılık düzeylerinin önemli belirleyicileri olmasının yanı sıra, güven alt boyutunda üç aşamada tamamlanan analiz toplam varyansın %19'unu açıkladığı, kontrol alt boyutunda iki aşamada tamamlanan analiz toplam varyansın %13'ünü açıkladığı, devamlılık alt boyutunda iki aşamada tamamlanan adımsal regresyon analiz sonuçları ise toplam varyansın %11'ini açıkladığı tespit edilmiştir. Ayrıca imgeleme biçimleri ve zihinsel dayanıklılık alt boyutları arasında yapılan korelasyon analizi sonucunda anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Mücadele Sporu, İmgeleme, Zihinsel Dayanıklılık

ARE IMAGERY FORMS THE DETERMINANTS LEVEL OF MENTAL TOUGHNESS ?

Introduction: The purpose of this research; (cognitive imagery, motivational special imagery, motivational general arousal, motivational general mastery) in the level of mental toughness.

Method: A total of 209 combat athletes, 124 male (59.3%), (Mage=21.56±4.43), 85 female (40.7%), (Mage=21.01±4.08) (boxing, wrestling, taekwondo, kick-boxing, karate, judo) participated voluntarily. In the study, Hall et al. (1998) developed by Kızıldağ and Tiryaki (2007), and "Sports Imagery Questionnaire" adapted by Sheard et al. (2009) "Sports Mental Toughness Questionnaire" which Altıntaş (2015) made to Turkish adaptation was used. The internal consistency of the responses to the Sports Imagery Questionnaire and the Sports Mental Toughness Questionnaire used in the study was examined by Cronbach's Alpha (α) and was found to be .88 and .74 respectively. When the skewness and kurtosis values of the points distributions belonging to the qestionnaires are taken into consideration, it is determined that the data show normal distribution. In this direction, pearson correlation analysis was used to determine the relationships between the variables, and stepwise regression analysis was used to determine the strengths of each of the independent variables to predict the mental toughness sub-dimensions. All analyzes were performed in the SPSS package program and the level of significance was taken as $p<0.05$ in all the evaluations.

Findings and Results: According to the findings of the research, it was found that, in addition to being important determinants of mental toughness levels of athletes imagery forms, confidence sub-dimension explained %19 of the total variance analyzed in three steps, the control sub-dimension explained %13 of the total variance analysis in two stages and the stepwise regression analysis results in two stages in the constancy sub-dimension revealed %11 of the total variance. In addition, significant differences were found as a result of the correlation analysis between imagery forms and mental toughness sub-dimensions.

Key Words: Combat Sports, Imagery, Mental Toughness

SB709

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN OPTİMAL PERFORMANS DUYGU DURUMUNUN EGZERSİZ DAVRANIŞ DEĞİŞİM BASAMAKLARINA GÖRE İNCELENMESİ

***[1]Gaye Erkmen*, [2]Emre Uçar**

[1]Selçuk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü, Konya.
[2]Milli Savunma Üniversitesi, Hava Harp Okulu, İstanbul.

***Email :** gerkmen9@gmail.com, emreucar0519@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Optimal performans duygu durumunun fiziksel aktivite ve egzersiz ortamında aktivite bağlılığını sürdürmek için oldukça önemli bir kavram olduğu ifade edilmektedir. Bu çalışmanın amacı üniversite öğrencilerinin optimal performans duygu durumlarını bulundukları egzersiz değişim basamaklarına göre incelemektir. Yöntem: Çalışmanın örneklemi 216 (75 kadın, 141 erkek) üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Katılımcılar farklı spor ve egzersiz türlerine (fitnes, pilates, yüzme, futbol, basketbol, zumba, dans) ortalama 3.5 senedir katılım gösterdiklerini belirtmişlerdir. Araştırmada veri toplamak amacıyla araştırmacılar tarafından oluşturulan kişisel veri formu, Egzersiz Davranışı Değişim Basamakları Anketi (Marcus ve Lewis, 2003; Cengiz, Aşçı, İnce, 2010) ve Sürekli Optimal Performans Duygu Durum Ölçeği (Jackson ve Eklund, 2004; Aşçı ve ark. 2007) kullanılmıştır Katılımcıların optimal performans duygu durumlarının egzersiz değişim basamaklarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını ortaya koyabilmek amacıyla tek föktörlü varyans analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Bulgular: Yapılan analizin sonuçlarına göre, katılımcıların optimal performans duygu durumlarının egzersiz değişim basamaklarına göre anlamlı olarak farklılaştığı bulunmuştur ($F(4,211) = 5.932$, $p < .05$). Anlamlı çıkan F değeri için Tukey yöntemi ile analiz sonrası ikili karşılaştırmalar yapılmıştır. Devamlılık basamağında yer alan katılımcılar (= 119.94) ve eğilim öncesi (= 132.51), hazırlık (= 136.06), hareket (= 133.49) basamağında yer alan katılımcılar arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Ancak, devamlılık basamağında yer alan katılımcılar (= 119.94) ve eğilim basamağında (= 129.19) yer alan katılımcıların optimal performans duygu durumları arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Tartışma ve Sonuç: Egzersiz davranış basamaklarındaki değişim baz alınarak yapılan bu çalışmada egzersiz katılımcılarının optimal performans duygu durumlarının farklılaşabileceği görülmüştür. Bireylerin düzenli egzersize katılım davranışlarında deneyimledikleri pozitif duygu durumlarının egzersize bağlılık duymaları açısından önem arz ettiği düşünülmektedir. Anahtar Kelimeler: Optimal performans duygu durumu, Egzersiz davranış değişim basamakları.

EXAMINATION OF UNIVERSITY STUDENTS' DISPOSITIONAL FLOW STATE WITH REGARD TO EXERCISE STAGES OF CHANGE

Introduction and Purpose: Dispositional flow state is expressed as a very important concept to maintain the regular exercise commitment in physical activity and exercise setting. The purpose of this study was to examine the dispositional flow states of university students with regard to their exercise stages of change. Method: The sample of the study consisted of 216 (75 female, 141 male) university students. Participants indicated that they engaging in different sports and exercise types (fitness, pilates, swimming, football, basketball, zumba, dance) for 3.5 years. For data collection, demographic information form created by the researchers, Exercise Stages of Changes Questionaire (Marcus ve Lewis, 2003; Cengiz, Aşçı, İnce, 2010) and Dispositional Flow Scale (Jackson and Eklund, 2004; Aşçı et al., 2007). Single-factor analysis of variance (ANOVA) was performed to determine whether the participants' dispositional flow state differed with regard to the exercise change stages. Results: Findings showed that participants' dispositional flow state scores significantly differed with regard to exercise stages of change ($F (4,211) = 5.932$, $p < .05$). For the meaningful F value, binary comparisons were conducted after analysis by means of Tukey method. Significant differences were found in participants' dispositional flow states scores in the maintenance stage (= 119.94), pre-contemplation stage (= 132.51), preparation stage (= 136.06) and action stage (= 133.49). However, there was no significant difference between participants' dispositional flow states scores in the maintenance stage (=119.94) and contemplation stage (=129.19). Discussion and Conclusion: Based on the change in the exercise behavioral stages, this study showed that the dispositional flow states of the exercise participants might be different. It is

thought that the positive emotional states experienced by the individuals in their regular exercise participation are important for their sense of commitment to exercise.

Keywords: Dispositional flow state, Exercise stages of change.

SB719

ORTA ŞİDDETLİ EGZERSİZ ÖNCESİ ALINAN FARKLI DOZLARDAKİ KAFEİNLİ KAHVENİN BOZUCU ETKİYE DİRENÇ ÜZERİNE ETKİSİ

***[1]Erdem Çakaloğlu*, [1]Raci Karayiğit, [1]Gülfem Ersöz, [1]Perican Bayar**

[1]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

***Email :** erdemcakaloglu@gmail.com, racikarayigit@hotmail.com, gersoz@ankara.edu.tr, pbayar@ankara.edu.tr*

Giriş: Egzersizin bilişsel işlevlere olumlu etkilerine ilişkin çalışmalar literatürde yaygın olarak yer almaktadır. Bu etkiler genellikle uzun süreli bellek, kısa süreli bellek ve yönetici işlevler üzerine araştırılmıştır (Chang ve ark., 2012). Egzersize ek olarak kafein, uyanıklık, reaksiyon zamanı, seçici dikkat, görev değiştirme, tepki engelleme ve bozucu etkiye direnç dahil olmak üzere bilişin birçok boyutu üzerine olumlu etkileri olduğu öne sürülmüştür (Brunyé ve ark., 2010). Literatürde de görüldüğü üzere egzersiz ve kafein bilişsel süreçleri ayrı ayrı etkilemektedir fakat bu iki faktörün birlikte etkisini araştıran çalışma oldukça azdır. Bu çalışmanın amacı kafein ve egzersizin bilişsel süreçlerden bozucu etkiye direnç üzerine etkisini incelemektir.

Yöntem: Araştırmaya 11 sağlıklı genç kadın (M=20.5±1.5 yıl) dahil edilmiştir. Her bir katılımcı laboratuvara toplam 5 kez gelmiştir. İlk seansta, bisiklet ergometresinde Wattmax ve VO2max değerleri belirlenmiştir. Katılımcıların diğer seanslara geliş sıraları ise (1,5mg/kg kafein, 3mg/kg kafein, plasebo ve dinlenme) karşıt dengelenmiştir. Katılımcılar, bisiklet ergometresinde gerçekleştirilen 30 dakikalık %50 Wattmax şiddetindeki egzersizin bitiminden 15 dk sonra, bilgisayar versiyonu Inquisit lab 5 arayüzünde, Jaeggi ve ark. (2010) tarafından revize edilmiş olan Stroop Testine alınmışlardır. Kafein alım yöntemi olarak kafeinli kahve (1,5mg/kg ve 3mg/kg) plasebo olarak ise kafeinsiz kahve verilmiştir. Kahve alımları egzersizden 45 dk. önce gerçekleştirilmiştir. Egzersizden hemen önce ve sonra kalp atım hızı (KAH) kaydedilmiştir. Verilerin analizinde tekrarlayan ölçümlerde tek yönlü ANOVA kullanılmıştır.

Bulgular: Stoop testinden elde edilen verilere göre, uyumlu ve uyumsuz denemelerde 1.5 mg/kg, 3 mg/kg, plasebo ve dinlenme koşullarında anlamlı farklılığa rastlanmazken ($p>0.05$) , kontrol denemelerinde dinlenme koşulunda diğer koşullara göre anlamlı derecede farka rastlanmıştır ($p<0.05$).

Sonuç:

Bu çalışmanın sonucunda; egzersiz yapılan durumlarda bozucu etkiye direnç parametrelerinin reaksiyon zamanlarında gelişme gözlenmiştir, fakat bu durum kafeinli ve kafeinsiz kahve koşulları arasında farklılık göstermemiştir. Bu bulgular literatür ile paralellik göstermektedir (Meeusen ve ark., 2013). Gelecekteki araştırmalarda; yüksek dozlardaki kafeinin farklı şiddetlerdeki egzersiz sırasında ve sonrasındaki bilişsel fonksiyonlar üzerine etkisi incelenebilir.

THE EFFECT OF DIFFERENT DOSES OF CAFFEINATED CAFFEE TAKEN BEFORE MODERATE EXERCISE ON INHIBITORY CONTROL

Studies on the positive effects of exercise on cognitive functions are widely found in the literature. These effects are usually studied on long-term memory, short-term memory, and executive functions (Chang et al., 2012). In addition to the exercise, caffeine has been suggested to have positive effects on many aspects of cognition, including vigilance, reaction time, selective attention, task switching, response inhibition, and inhibitory control (Brunyé et al., 2010). The purpose of this study is to examine the effect of caffeine and exercise on the inhibitory control, a part of cognitive processes.

Eleven healthy young women (M=20.5±1.5 yrs.) were included in the study. Each participant visited the lab 5 times totally. Wattmax and VO2max values were determined in the first session by bicycle ergometer. Other sessions (1,5 mg / kg caffeine, 3 mg / kg caffeine, placebo and rest) were counterbalanced. Participants were taken to the Stroop Test, which was revised by Jaeggi et al. (2010) on the computer version of Inquisit lab 5, 15 minutes after the end of the 30 minute 50% Wattmax exercise on the bicycle ergometer. Caffeined coffee was taken 45 minutes before the exercise. Heart rate (HR) was recorded just before and after exercise. Repeated measures One- way ANOVA was used. According to the Stoop test data, there was no significant difference ($p>0.05$) in the conditions of 1.5 mg / kg, 3 mg / kg, placebo and rest in the congruent and incongruent trials, but significant difference was found ($p<0.05$) in the control trials that faster reaction times in exercise conditions than rest condition.

As a result of this study; an enhancement in reaction times of inhibitory control parameters were observed in exercise situations, but this did not differ between caffeinated and decaffeinated coffee conditions. These findings are in line with the literature (Meeusen et al., 2013).

SB726

KIRIKKALE SPOR LİSESİ ÖĞRENCİLERİNİN HEDEF YÖNELİMİ VE ALGILANAN MOTİVASYONEL İKLİM ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

***[1]Raşit Karaca*, [2]Mehmet Öçalan, [3]Selami Erman**

[1]DELİCE MESLEKİ VE TEKNİK ANADOLU LİSESİ, KIRIKKALE
[2]KIRIKKALE ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ, KIRIKKALE
[3]SİİRT ÜNİVERSİTESİ BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEK OKULU, SİİRT

***Email :** rasitkaracamlzgrt@gmail.com, mocalan@yahoo.com, seler56@hotmail.com*

Giriş: Bu araştırmanın amacı, spor lisesinde öğrenim gören öğrencilerin hedef yönelimi ve algılanan motivasyonel iklim arasındaki ilişkiyi incelemek ve aralarında cinsiyet ve spor branşı değişkenlerine göre fark olup olmadığını incelemektir.

Yöntem: Araştırmaya 107'si erkek (%59,4), 73'ü kız (%40,6) olmak üzere toplam 180 öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada Seifriz, Duda ve Chi, (1992) tarafından geliştirilen, Toros (2001) tarafından Türkçeye uyarlanan Sporda Algılanan Motivasyonel İklim Ölçeği ile Duda, Chi, Newton, Walling ve Catley, (1995) tarafından geliştirilen ve Türkçeye uyarlamasını Toros (2001)'in yaptığı Sporda Görev ve Ego Yönelimi Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmada kullanılan, Sporda Algılanan Motivasyonel İklim Ölçeği ve Sporda Görev ve Ego Yönelimi Ölçeğine verilen cevapların iç tutarlılığı Cronbach's Alpha (α) ile incelenmiş ve sırasıyla .94 ve .89 olarak belirlenmiştir. Ölçeklere ait puan dağılımlarının çarpıklık ve basıklık değerleri dikkate alındığında verilerin normal dağılım gösterdikleri saptanmıştır. Bu doğrultuda değişkenler arasındaki ilişkileri belirlemek için pearson korelasyon analizi, bağımsız örnekler ve değişkenler arasındaki farkı belirlemek için ise t-testi analiz yöntemleri kullanılmıştır. Tüm analizler SPSS paket programında yapılmış ve tüm değerlendirmelerde anlamlılık düzeyi $p<0.05$ olarak alınmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara göre, sporda görev ve ego yönelimi ile motivasyonel iklim arasındaki ilişkilerde, görev yönelimi ile ustalık ve performans yönelimi arasında pozitif yönde anlamlı ilişki, ego yönelimi ile ustalık ve performans yönelimi arasında ise pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Sonuç olarak, spor lisesi öğrencilerinin görev ve ego yönelimleri arttıkça ustalık ve performans yönelimlerinin de artmakta olduğu söylenebilir. Ayrıca cinsiyet ve spor branşı değişkenine göre yapılan t-testi sonuçlarına göre gruplar içinde anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir.

THE INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN TARGET TRAINING AND OBJECTIVE MOTIVATIONAL CLIMATE OF THE KIRIKKALE SPORTS HIGH SCHOOL STUDENTS

Introduction: The aim of this research is to examine the relationship between the target orientation and the perceived motivational climate of the students studying in sports school and to examine whether they differ according to gender and sport branch variables.

Method: A total of 180 students (107% male, 59.4% female, 73% female) participated in the research voluntarily. The research was conducted by Seifriz, Duda and Chi (1992), developed by Toros (2001) and adapted to Turkish by Sport Sensed Motivational Climate Scale and Duda, Chi, Newton, Walling and Catley, (1995) Sports Task and Ego Orientation Scale. The internal consistency of the responses to the Sport Sensed Motivational Climate Questionnaire and the Sport Task and Ego Orientation Questionnaire used in the study were examined by Cronbach's Alpha (α) and found to be .94 and .89 respectively. When the skewness and kurtosis values of the scales belonging to the scales were taken into account, it was determined that the data showed normal distribution. In this direction Pearson correlation analysis was used to determine the relationships between the variables and t-test analysis methods were used to determine the difference between the independent samples and the variables. All analyzes were performed in the SPSS package program and the level of significance was taken as $p <0.05$ in all the evaluations.

Findings and Conclusion: According to the findings of the research, it was found that there is a significant positive relationship between task orientation and mastery and performance orientation, and a positive relationship between target orientation and mastery and performance orientation in relationship between goal orientation and motivational climate.

Keywords : Target orientation, motivational climate, sports high school, sports

SB729

CURLING SPORCULARININ ÇOKLU ZEKÂ DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

[1]Levent Önal, [1]Hasan Hüseyin Yılmaz

[1]Atatürk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

Email : *levent.onal@atauni.edu.tr, hasanh.yilmaz@atauni.edu.tr*

Sosyal ilişkiler, matematiksel/mantıksal, görsel ve bedensel/kinestetik açıdan stratejik öneme sahip olan bazı alanlar bu alanda spor yapan bireyler için oldukça önemli olduğu düşünülen bu çalışmada Curling sporcularının çoklu zeka düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Araştırmanın evrenini Erzurum ilinde lisanslı 670 sporcu oluştururken; örneklem grubunu ise rastgele yöntemle seçilmiş 174 Curling sporcusu (92 Erkek – 82 Kadın) oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplamak amacıyla Gülşen (2015) tarafından geliştirilen Çoklu Zekâ Alanları Değerlendirme Ölçeği kullanılmıştır. Elde edilen verilerin analizi için istatistik programından yararlanılmış ve frekans analizi, t-testi ve anova testleri uygulanmıştır. İstatistiksel anlamlılık düzeyi $p<0.05$ olarak hesaplanmıştır.

Yapılan analizler sonucunda curling sporcularının farklı zeka türleri arasında anlamlı ilişkilerin olduğu saptanmıştır. Sonuç olarak yaş ortalaması ±19 olan sporcuların görsel, matematiksel/mantıksal ve bedensel/kinestetik zeka düzeylerin daha ön planda olduğu belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Çoklu Zeka, Curling, Spor.

INVESTIGATION OF MULTIPLE INTELLIGENCE LEVELS OF CURLING ATHLETES

It is aimed to examine the multiple intelligence levels of Curling athletes in this study, which is thought to be important for individuals engaged in this field, with some areas that have strategic priorities in terms of social relations, mathematical / logical, visual and bodily / kinesthetic.

The universe of the research is composed of 670 athletes licensed in Erzurum province. The sample group consisted of 174 curling athletes (92 males - 82 females) randomly selected. In order to collect data, Multiple Intelligences Areas Evaluation Scale developed by Gülşen (2015) was used. For the analysis of the obtained data, statistical program was used and frequency analysis, t-test and anova tests were applied. Statistical significance level was selected as $p <0.05$.

As a result of the analyzes made, it was determined that curling athletes have significantly relationships between different intelligence types. As a result, it was determined that visual, mathematical / logical and physical / kinesthetic intelligence levels of the athletes with a mean age ± 19 were more preliminary.

Key Words: Multiple Intelligence, Curling, Sport.

SB734

GÜREŞÇİLERDE İMGELEME İLE BAŞARI MOTİVASYONU ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

***[1]Abdullah Ayçiçek*, [1]Bülent Ağbuğa**

[1]Pamukkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, DENİZLİ

Email : *abdullah1515abdullah@outlook.com, bakboga@pau.edu.tr*

Sporcuların başarısına katkı sağlayabilecek en önemli psikolojik yöntemlerinden biri imgesel çalışmalardır. Ancak sporcuların imgesel çalışma yapıp yapmadıkları, ne kadar yaptıkları ve bunun motivasyonlarına ne kadar etkisi olduğu üzerine çalışmalar son zamanlarda yapılmaya başlanmıştır. Bu araştırmalarda bu her iki değişkenin arasındaki ilişkinin farklı spor branşları yapan sporcular üzerinde tekrar yapılması tavsiye edilmesine rağmen güreşçiler üzerinde yapılan böyle bir çalışma mevcut değildir. Bu yüzden bu çalışmanın amacı güreşçilerin imgeleme ile başarı motivasyon arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Denizli, Antalya, Burdur ve İzmir illerinde güreş yapan sporcularda rastgele yöntemle seçilen toplam 108 (90 erkek ve 18 kadın) sporcu (Xyaş = 16,13; Ss = 1,68) araştırmaya katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Tiryaki & Gödelek (1997) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Willis'in 3 alt boyut ve 40 maddelik Spora Özgü Başarı Motivasyonu Ölçeği ile Tiryaki & Kızıldag (2000) tarafından Türkçe'ye uyarlanan orjinali ve Hall, Mack, Paivio, ve Hausenblas tarafından geliştirilen 4 alt boyut ve 21 maddelik Sporda İmgeleme Envanteri kullanılmıştır. Korelasyon analizi sonuçlarına göre Güç Gösterme Güdüsü ile Bilişsel İmgeleme arasında istatistiki anlamda pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Araştırmanın sonucunda güreşçilerde imgeleme ve başarı motivasyonu arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu belirlendi. Bu sonuç, imgeleme çalışması yapmanın başarı motivasyonu üzerinde olumlu bir etkiye sahip olduğunu göstermekte ve imgeleme çalışmasının farklı spor branşlarında başarıyı arttırdığını saptayan çeşitli araştırmaların bulgularını desteklemektedir. Araştırmanın sonucunda imgesel çalışmaların sporcuyu motive etmesi yönünde oldukça etkili olduğu tespit edilmiştir. Bu yüzden sporcu performansının artması için imgesel çalışmaların yapılması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Güreş, başarı, motivasyon, imgeleme

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN WRESTLERS' IMAGERY AND ACHIEVEMENT MOTIVATION

One of the most important psychological methods that can contribute to the success of the athletes is imaginative studies. However, recent studies have begun to study whether or not the athletes are doing imaginary work; how much they are doing and how much it has influenced their motivations. In these studies, although it is recommended to repeat the relationship between these two variables on athletes' performance in different sports branches, such a study on wrestlers is not available. Therefore, the purpose of this study is to examine the relationship between imagination and success motivation of wrestlers. A total of 108 (90 men and 18 women) athletes (Xyaş = 16,13; Ss = 1,68) were randomly selected from the athletes who wrestled in Denizli, Antalya, Burdur and İzmir. The three subscales and a 40-item of "Sports-Specific Achievement Motivation Scale" developed by Willis and adapted to Turkish by Tiryaki & Gödelek (1997), and a 21-item and 4 dub-dimensions "Sports İmaging İnventory", developled by Hall, Mack, Paivio, and Hausenblas, adapted to Turkish by Tiryaki & Kizildag (2000) were used as data collection questionnaires. According to the results of correlation analysis, there was a statistically significant positive correlation between these two variables. As a result of the research, it was determined that there is a positive relation between imagination and motivation of success for wrestlers. This result shows that doing imagery work has a positive effect on motivation for success. This result supports the findings of previous researches that determine that imagination work improves success in different sports branches. As a result of the research, it has been determined that imaginary studies are very effective in motivating athletes. Therefore, it is recommended to perform imaginative studies to increase the performance of athletes. Key words: Wresting, achievement, motivation, imagery

SB737

ELİT DÜZEYDEKİ KADIN ATLETİZM VE GÜREŞ SPORCULARININ DUYGUSAL ZEKÂ DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

[2]Mustafa Koç, [3]İbrahim Şahin, [1]Yusuf Soylu

[1]Siirt Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, SİİRT
[2]Adıyaman Üniversitesi,Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, ADIYAMAN
[3]Aksaray Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, AKSARAY

Email : *, ,*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmada, elit düzeyde ve aktif olarak halen milli takımlarda sporcu olarak görev alan elit düzeydeki kadın güreş ve atletizm sporcuların duygusal zekâ düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesidir. Bu çalışmaya, aktif olarak milli takımlarda görev alan 125 (77 atletizm ve 48 Güreş) milli sporcu gönüllü olarak katılmıştır.

Yöntem: Araştırmada, sporcuların duygusal zekâ düzeylerini belirlemek amacıyla Sporda Duygusal Zekâ Ölçeği kullanılmıştır. Schutte (1998)'nin 33 soru olarak geliştirmiş olduğu bu ölçeği Lane ve ark, (2009) tarafından sporculara için uyarlanmıştır. Sporda Duygusal Zekâ Ölçeği 'nin Türkçe uyarlaması ise Adiloğulları ve Görgülü (2015) tarafından yapılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 21 programı kullanılmıştır. Araştırmada elit düzeydeki kadın atletizm ve güreş sporcularının branş, atletizm ve güreş sporuna başlama yaşları ve uluslararası dereceye sahip olma değişkenleri açısından gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olup olmadığı incelenmiştir.

Bulgular ve Sonuç: Araştırmada elde edilen bulgulara göre, elit düzeydeki kadın güreş sporcularının başkalarının duygularını değerlendirme alt boyutunda elit düzeydeki kadın atletizm sporcularına göre daha yüksek duygusal zekâ düzeyine sahip oldukları belirlenmiştir. Atletizm ve güreş sporuna başlama yaşı açısından ve uluslararası dereceye sahip olma açısından incelendiğinde, kadın güreş sporcularının başkalarının duygularını değerlendirme alt boyutunda kadın atletizm sporcularına göre daha yüksek duygusal zekâ düzeyine sahip olduğu tespit edilmiştir.

EXAMINATIN OF EMOTIONAL INTELLIGENCE LEVELS OF FEMALE ATHLETIC AND WRESTLING ATHLETES IN ELITE LEVEL

Introduce and Purpose: In this study, the elite female wrestling and athletic athletes who actively act as athletes at the elite level and currently active in the national teams are to examine the emotional intelligence levels of the athletes in terms of various variables. 125 (77 athletics and 48 wrestling) national athletes actively involved in the national team participated voluntarily in this work.

Material and Methods:In the study, Emotional Intelligence Scale was used to determine the levels of emotional intelligence of athletes. This scale, which Schutte (1998) developed as 33 questions, was adapted by Lane et al. (2009) for athletes. Sport Emotional Intelligence Scale's adaptation to Turkish was done by Adiloğulları and Görgülü (2015). In the analysis of the data, SPSS 21 program was used. In the study, it was investigated whether there is a statistically significant difference between the groups in terms of the elderly female athletic and wrestling athletes' age of starting branch, athletics and wrestling sports and having international degree.

Findings: According to the findings of the research, it was determined that the elite female wrestling athletes have a higher emotional intelligence level than the elite female athletics athletes in the evaluation of the emotions of others. When it is examined from the point of view of age of starting athletics and wrestling sport and having an international degree, it has been found that female wrestling athletes have a higher level of emotional intelligence in evaluating the feelings of others than female athletics athletes.

SB767

PROFESYONEL VE AMATÖR FUTBOLCULARIN İMGELEME BİÇİMLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

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

Email :

Giriş ve Amaç

Bu çalışmanın amacı profesyonel ve amatör futbolcuların hangi tür imgeleme biçimi kullandıklarının araştırılmasıdır.

Yöntem

Çalışmaya en az 5 yıldır futbol oynayan 155 profesyonel, 183 amatör futbolcu katılmıştır. Çalışmada veri toplama aracı olarak Halll ve arkadaşları (1998) tarafından geliştirilen sporda imgeleme envanteri kullanılmıştır. Kızıldağ ve Tiryaki (2012) tarafından yapılan Sporda İmgeleme Envanteri kullanılmıştır. Ölçek 21 soru ve 4 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin alt boyutlarını; "Bilişsel İmgeleme", "Motivasyonel Özel İmgeleme", "Motivasyonel genel- Uyarılmışlık" ve "Motivasyonel genel- Ustalık" oluşturmaktadır. İkili grupların karşılaştırılması amacıyla bağımsız gruplarda T testi uygulanmıştır.

Bulgular

Analiz sonucuna göre "Bilişsel İmgeleme" alt boyutunda amatör futbolcular 3,17, profesyonel sporcular ise 2,18 puana sahiptir. "Motivasyonel Özel İmgeleme" alt boyutunda amatör futbolcular 2,44, profesyonel futbolcular 2,14 , "Motivasyonel genel- Uyarılmışlık" alt boyutunda amatör futbolcular 2,30, profesyonel futbolcular 2,11, "Motivasyonel genel- Ustalık" alt boyutunda amatör futbolcular 3,95, profesyonel futbolcular 3,86 puana sahiptir. T testi sonuçlarına göre "Bilişsel İmgeleme" alt boyutunda amatör futbolcuların imgeleme puanı profesyonel futbolculardan yüksek bulunmuştur ($p<0,001$). Diğer alt boyutlarda fark yoktur ($p>0,05$).

Sonuç

Amatör futbolcuların imgeleme puanı profesyonel futbolculardan yüksek bulunmuştur. Bu farklılığın ortaya çıkmasında amatör futbolcuların müsabaka sırasında oyun ile ilgili yeni stratejiler üretmesinin etkisi olabilir. Profesyonel futbolcularda tecrübeye bağlı olarak imgeleme biçimlerinin az kullanıldığı söylenebilir.

COMPARISON OF IMAGING FORMS OF PROFESSIONAL AND AMATEUR FOTBALL PLAYERS

Introduction and Aim

The aim of this study is to search what kind of imaging forms professional and amateur football players use.

Method

155 professional and 183 amateur football players who have been playing foofball at least for five years participated in the study. Imaging Inventory in Sport, which was developed by Hall and colleagues (1998), was used as data collecting tool. Imaging Inventory in Sport, which was established by Kızıldağ and Tiryaki (2012), was used. The scale consists of 21 questions and 4 sub-dimensions. The sub-dimensions of the scale constitute " Cognitive Imaging", "Motivational Special Imaging", "Motivational General-Alertness", and "Motivational General- Mastership". T Test was carried out so as to compare the binary groups.

Findings

According the results of analysis, in “Cognitive Imaging” sub-dimension, while amateur football players have 3,17, professional athletes have 2,18 points. In “Motivational Special Imaging” sub-dimension , amateur football players have 2,44, professional football players have 2,14, in “Motivational General-Alertness” sub-dimension, amateur football players have 2,30, professional football players have 2,11, in “Motivational General- Mastership” sub-dimension, , amateur football players have 3,95, professional football players have 3,86 points. According to the results of the T-Test, in “Cognitive Imaging” sub-dimension, the imagin points of amateur football players was found higher than professional football players ($p<0,001$). There is no difference in other sub-dimensions ($p>0,05$).

Result

The imagin point of amateur football players was found higher than professional football players. In the emergence of this difference, it may be influenced by the fact that soccer players produce new strategies related to the game during the competition. It can be said that the forms of imagination are rarely used depending on the experience of professional footballers.

SB778

ALGILANAN EBEVEYN, AKRAN VE ANTRENÖR GÜDÜSEL İKLİMLERİN CİNSİYETE VE KAYGI DÜZEYLERİNE GÖRE DEĞERLENDİRİLMESİ

[2]Atahan Altıntaş, [1]Yeşim Karaç

[1]Bozok Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Yozgat
[2]Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Spor Bilimleri Bölümü, Ankara

Email : *atahan1982@yahoo.com, ysm74@hotmail.com*

Giriş ve Amaç: Sporcuların kaygı düzeylerine etkide bulunan pek çok faktör bulunmaktadır. Bunlardan bazıları da ebeveynler, akran grubu ve antrenörler olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu doğrultuda bu çalışmanın amacı, algılanan ebeveyn, akran ve antrenör güdüsel iklimlerin cinsiyete ve kaygı düzeylerine göre değerlendirilmesidir. Yöntem: Çalışmaya, 109 kadın (Xyaş=14.50±1.67) ve 175 erkek (Xyaş=15.84±1.49) toplamda 284 sporcu (Xyaş=15.33±1.52) gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılara Algılanan Ebeveyn Güdüsel İklim, Gençlik Sporlarında Akran Güdüsel İklimi, Sporda Algılanan Güdüsel İklim-2 ve Sporda Kaygı-Çocuk envanterleri uygulanmıştır. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistiksel teknikler, Bağımsız örneklerde t-test ve Çoklu Adımsal Regresyon analizleri kullanılmıştır. Bulgular: Analiz sonuçları, cinsiyete göre anne ego güdüsel iklim ($t=2.10$; $p<0.05$), baba ego güdüsel iklim ($t=2.82$; $p<0.05$), akran ego güdüsel iklim ($t=2.35$; $p<0.05$) ve performans iklimi ($t=2.03$; $p<0.05$) alt boyutlarında erkek sporcular lehine istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğunu göstermiştir. Bunun yanı sıra, regresyon analizi sonuçları ise akran ego güdüsel iklim alt boyutunun yüksek kaygı düzeyinin belirleyicisi olduğunu ortaya koymuştur ($R=0.14$; $R2=0.02$, $p<0.05$). Sonuç: Sonuç olarak, erkek sporculara kadın sporculara göre ebeveyn, antrenör ve akran grupları tarafından daha çok sosyal karşılaştırmalara ve yarış kazanmaya vurgu yapıldığını, bir yarışma sırasında daha az çaba ile rakibini yenmelerinin istendiğini söyleyebiliriz. Buna ek olarak, akran grubunun sporcuların kaygı düzeyleri üzerinde etkili olduğu da söylenebilir. Anahtar Kelimeler: Güdüsel iklim, Kaygı, Ebeveyn, Akran, Antrenör

EVALUATION OF PERCEIVED PARENT, PEER AND COACH MOTIVATIONAL CLIMATES ACCORDING TO GENDER AND ANXIETY LEVELS

Introduction and Purpose: There are many factors that influence the anxiety levels of the athletes. Some of them are confronted as parents, peer group and coaches. In this respect, the aim of this study is to evaluate perceived parent, peer and coach motivational climates according to gender and anxiety levels. Method: One hundred nine females (Mage=14.50±1.67) and 175 males (Mage=15.84±1.49) 284 athletes (Mage=15.33±1.52) voluntery participated in the study. Perceived Parental Motivational Climate-2, Peer Motivational Climate in Youth Sports, Perceived Motivational Climate in Sports and Sport Anxiety Scale-Child were used to participants. Descriptive statistical techniques, independent samples t-test, and multiple stepwise regression analyzes were used in the analysis of the data. Results: The results showed that, there were significant differences in mother ego motivational climate ($t=2.10$; $p<0.05$), father ego motivational climate ($t=2.82$; $p<0.05$), peer ego motivational climate ($t=2.35$; $p< t = 2.03$; $p <0.05$) and performance climate subscales in favor of male athletes. In addition, the results of regression analysis revealed that the peer ego motivational climate sub-scale was a determinant of high anxiety level. Conclusion: As a result, we can say that male athletes are more emphasized to win social comparisons and races by parents, coaches and peer groups than female athletes, and that they want to win with less effort during a competition. In addition, it can be said that the peer group has an influence on the level of anxiety of athletes. Keywords: Motivational climate, Anxiety, Parents, Peer, Coach

SB820

ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN BEDEN EĞİTİMİ DERSİ YATKINLIKLARININ İNCELENMESİ: BOYLAMSAL BİR ÇALIŞMA

***[1]Sonnur Küçük Kılıç*, [2]Erman Öncü**

[1]Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Erzincan
[2]Trabzon Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Trabzon

Email : *sonnur.kucukkilic@erzincan.edu.tr, eoncu@ktu.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Bu araştırmanın amacı ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi dersi yatkınlıklarını boylamsal bir çalışma ile ele alarak öğrencilerin demografik bilgilerinden elde edilen bağımsız değişkenlere ve öğrencilerin görüşlerine göre incelemektir.

Yöntem: Çalışmanın nicel boyutunun araştırma grubunu ön test için 6, 7, ve 8. sınıfta öğrenim gören 2805 öğrenci; son test için aynı okullarda öğrenim gören 2643 öğrenci oluşturmuştur. Nitel boyutun araştırma grubunu ise 36 katılımcı oluşturmuştur. Karma yöntem çerçevesinde Açımlayıcı Sıralı Karma Yöntem Deseni'nde tasarlanan araştırmanın nicel bölümünde boylamsal tarama modeli; nitel bölümünde ise özel durum çalışması yöntemi kullanılmıştır. Araştırmanın nicel verilerinin toplanmasında "Beden Eğitimi Yatkınlık Ölçeği" kullanılmıştır. Nitel veriler ise, görüşme tekniği ile yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılarak toplanmıştır. Nicel verilerin analizinde betimsel istatistiki yöntemler, tek faktörlü MANOVA, tek yönlü varyans analizi (ANOVA), Tukey ve Dunnett's C çoklu karşılaştırma, tek örneklem t-testi ve Pearson Correlation testleri kullanılmıştır. Nitel verilerin analizinde ise içerik analizi metodu kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırmanın nicel boyutunda öğrencilerin beden eğitimi dersi yatkınlıklarının cinsiyet, sınıf, beden eğitimi dersinde yaralanma/sakatlanma durumu, beden eğitimi öğretmeninin cinsiyeti, ailede sporla ilgilenen (izleyici, sporcu, antrenör vb.) birey bulunma durumu, okul spor takımlarında yer alma durumu ve bir spor kulübüne bağlı (lisanslı) olarak spor yapma durumu değişkenlerine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı tespit edilmiştir. Çalışmanın nitel boyutunda ise öğrenciler beden eğitimi dersinin önemli ve gerekli bir ders olduğunu, dersin işleniş biçiminin ve ders işlenilen ortamın uygun olduğunu, dersten verim aldıklarını ve haftalık ders saatinin yetersiz olduğunu belirtmişlerdir. Öğrenciler dersi yürüten öğretmenin sahip olduğu kişilik özelliklerinin derse olan tutumu etkilediğini, okul spor takımlarında yer alma ve bir spor kulübüne bağlı olarak spor yapma durumlarının derse olan ilgiyi ve derste gösterilen performansı etkilediğini/etkileyeceğini belirtmişlerdir.

Sonuç: Çalışma sonucunda öğrencilerin beden eğitimi yatkınlıklarının zamana bağlı olarak azaldığı tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Beden Eğitimi, Yatkınlık, Tutum, Öz-yeterlik, Ortaokul Öğrencisi, Ergen

AN EXAMINATION OF MIDDLE SCHOOL STUDENTS' PHYSICAL EDUCATION PREDISPOSITION: A LONGITUDINAL STUDY

Purpose: The purpose of this study was to analyze perceived levels of physical education predisposition of middle school students with longitudinal study according to some demographic variables and students' opinions.

Method: 2805 for pretest and 2643 for posttest students studying at middle schools provided responses for quantitative part and 36 students provided responses for qualitative part. Sequential Explanatory Strategy used in the research within the framework of mixed methods. Although longitudinal survey design used in quantitative part, case study method used in the qualitative part. "The Physical Education Predisposition Scale" used to collect quantitative data. Qualitative data was collected by interview technique by using the

semi- structured form. Descriptive statistical methods, MANOVA, ANOVA, one sample t-test, Tukey and Dunnett's C multiple comparison and Pearson Correlation tests were used in the quantitative data analysis. Content analysis method was used for qualitative data analysis.

Findings: Results from the quantitative part of study showed that physical education predisposition of the students differed significantly according to gender, grade level, injury/disability experiences, gender of physical education teacher, had a person being interested with sport in family, participating school sport teams, doing sport in sports club (licensed). The findings from the qualitative part of the study showed that the physical education lesson was an important and necessary. Course processing and environment was suitable for students and the students stated that they got a yield from the lesson. Students reported that the weekly lecture hours were inadequate. Students stated that the personality traits of the teacher had an effect on the attitude and interest of the physical education will affected by participating school sport teams and doing sport in sports club (licensed).

Conclusion: As a results of the study, it had been determined that the physical education predisposition of students decreased by the time.

Keywords: Physical Education, Predisposition, Attitude, Self-efficacy, Middle School Student, Adolescent

SB834

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN FUTBOL TARAFTARI FANATİKLİK DÜZEYLERİNİN BELİRLENMESİ

[1]İsmail PolatcaN, [1]İsmail Polatcan, [2]Zeki Coşkuner

[1]Bitlis Eren Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, BİTLİS
[2]Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ELAZIĞ

Email : *polatcan86@gmail.com, polatcan86@gmail.com, coşkunerzeki@gmail.com*

Bu çalışma "Bitlis Eren Üniversitesitesinde öğrenim gören öğrencilerin Futbol Taraftarı Fanatiklik düzeylerinin belirlenmesi" amacıyla yapılmıştır. Araştırmada tarama modeli kullanılmıştır. Toplam 297 kişi araştırmada yer almış ve bunlardan 165'i (%55.5) erkek, 132'si (%45.5) ise kadın katılımcılardan oluşmuştur. Araştırmada Taşmektepligil ve ark. (2015) tarafından geliştirilen ve geçerlilik güvenirlik çalışması yapılan Futbol Taraftarı Fanatik Ölçeği (F.T.F.Ö) kullanışmıştır. Verilerin analizinde bağımsız t-testi, tek yönlü varyans analizi (One Way ANOVA) testi kullanılmıştır. F.T.F.Ö için katılımcıların cinsiyet, yaş, herhangi bir futbol takımını tutanlar ve spor yapanların fanatiklik seviyelerinin karşılaştırıldığı t-testi, ve öğrenim aldıkları sınıf düzeylerinde fanatiklik seviyelerinin karşılaştırıldığı tek yönlü varyans analizleri sonuçlarına göre alt boyutlaAnahtar Sözcükler: Futbol, üniversite öğrencileri, taraftar, fanatizmr için $p<0.05$ düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı farklılık gözlemlenmiştir.

Anahtar Sözcükler: Futbol, üniversite öğrencileri, taraftar, fanatizm

DETERMINATION OF FOOTBALL FAN FUNCTION LEVELS OF UNIVERSITY STUDENTS

In this study, it was aimed to "Determination of the level of football fanaticism of the students who are studying at Bitlis Eren University" Totally 297 participated in the research, which 165 of them are male participants (% 55.5) and 132 female participants (%45.5). İn the study was used the survey model. Taşmaktepligil et al. (F.T.F.Ö.) developed by the Turkish Football Federation (2015) and validity reliability study was conducted. Independent t-test and One Way ANOVA test were used in the analysis of the data. A statistically significant difference was observed at $p <0.05$ for the subscales according to the one-way ANOVA results of the participants for F.T.F., comparing the fanaticity levels of the participants in the gender, the individual or the team sports, and the fanaticism levels at the level of education they attended

Key words: Football, University students, fan, fanaticism

SB859

PROFESYONEL FUTBOLCULARDA ZİHİNSEL DAYANIKLILIK VE TUTKUNLUK İLİŞKİSİ

***[1]Mehmet Efe*, [1]Varol Tutal**

[1]Siirt

Email : *mehmetefe18@hotmail.com, v.tutal@hotmail.com*

Özet

Giriş: Bu araştırmanın amacı; profesyonel futbolcularda zihinsel dayanıklılık ve tutkunluk arasındaki ilişkiyi incelemek, aralarında cinsiyet ve yaş değişkenlerine göre fark olup olmadığını belirlemektir.

Yöntem: Araştırmaya 104'ü kadın (%46,2), 121'i erkek (%53,8), olmak üzere toplam 225 futbolcu gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada Vallerand ve ark. (2003) tarafından geliştirilen, Kelecek ve Aşçı (2013) tarafından Türkçeye uyarlanan "Tutkunluk Ölçeği" ile Sheard ve ark. (2009) tarafından geliştirilen ve Türkçeye uyarlamasını Altıntaş (2015)'ın yaptığı "Sporda Zihinsel Dayanıklılık Envanteri" kullanılmıştır. Araştırmada kullanılan, Tutkunluk Ölçeği ve Sporda Zihinsel Dayanıklılık Envanterine verilen cevapların iç tutarlılığı Cronbach's Alpha (α) ile incelenmiş ve sırasıyla .63 ve .92 olarak belirlenmiştir. Kullanılan veri toplama araçlarına ait puan dağılımlarının çarpıklık ve basıklık değerleri dikkate alındığında verilerin normal dağılım gösterdikleri saptanmıştır. Bu doğrultuda verilerin analizinde değişkenler arasındaki ilişkileri belirlemek için pearson korelasyon analizi, bağımsız örnekler ve değişkenler arasındaki farkı belirlemek için ise t-testi analiz yöntemleri kullanılmıştır. Tüm analizler SPSS paket programında yapılmış ve tüm değerlendirmelerde anlamlılık düzeyi $p<0.05$ olarak alınmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara göre, zihinsel dayanıklılık alt boyut puanları ile tutkunluk alt boyut puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Yaş değişkeni için yapılan korelasyon analiz sonuçları incelendiğinde, yaş ile zihinsel dayanıklılık alt boyut puanları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilirken, tutkunluk alt boyut puanlarında pozitif yönde anlamlı olmayan bir ilişki tespit edilmiştir. Ayrıca cinsiyet değişkenine göre yapılan t-testi sonuçlarına bakıldığında zihinsel dayanıklılık alt boyut puanlarında gruplar içinde anlamlı farklılık tespit edilirken, tutkunluk alt boyut puanları arasında ise anlamlı farklılık tespit edilmemiştir.

Anahtar Kelimeler: Futbol, Zihinsel Dayanıklılık, Tutkunluk

RELATIONSHIP MENTAL TOUGHNESS AND PASSION TO PROFESSIONAL FOOTBALLERS

Abstract

Introduction: The purpose of research; to examine the relationship between mental toughness and passion in professional footballers and to determine whether there is any difference between them according to gender and age variables.

Method: A total of 225 football players participated in the survey voluntarily, 104 female (46,2%), 121 male (53,8%). In the study, Vallerand et al. (2003) developed the "Passion Scale" adapted to Turkish by Kelecek and Aşçı (2013) and Sheard et al. (2009) and "Sport Mental Toughness Questionnaire " which Altıntaş (2015) made to Turkish adaptation was used. The internal consistency of the responses to the Passion Scale and Sport Mental Toughness Questionnaire used in the study was examined by Cronbach's Alpha (α) and was set to .63 and .92 respectively. It has been determined that data are normal distribution when the skewness and kurtosis values of the data collection tools used are taken into consideration. In this analysis, pearson correlation analysis was used to determine the relationships between the variables and t-test analysis methods were used to determine the difference between the

independent samples and the variables. All analyzes were performed in the SPSS and the level of significance was taken as $p < 0.05$ in all the evaluations.

Findings and Results: According to research, positive correlation between mental toughness sub-dimension scores and passion sub-dimension scores was found. When the results of correlation analysis for age variable were examined, it was found that there was a significant positive relationship between age and mental toughness sub-dimension scores and a non-significant correlation between positive scores and passion sub-dimension scores. In addition, when the results of t-test according to gender variable were examined, it was found that there was a significant difference in mental toughness sub-dimension scores among the groups whereas no significant difference was found between passion sub-dimension scores.

Key Words:Football, Mental Toughness, Passion

SB872

SPOR LİSESİ ÖĞRENCİLERİNDE BAŞA ÇIKMA STRATEJİLERİNİ AÇIKLAMADA BİLİŞSEL ESNEKLİĞİN ROLÜ

[2]Yunus Emre Yarayan, [2]Ekrem Levent İlhan, [2]Oğuz Kaan Esentürk, [3]Melek Kozak, [1]Buse Çelik

[1]Akdeniz Üniversitesi, Antalya
[2]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara
[3]Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Karaman

Email : *yunus.emre.yarayan@gmail.com, , , melek.kozak@gmail.com, busecelik35@gmail.com*

Giriş: Bu araştırmanın amacı, bilişsel esneklik ile başa çıkma stratejileri arasındaki ilişkinin incelenmesi ve bilişsel esnekliğin başa çıkma stratejileri üzerindeki yordayıcı etkisinin belirlenmesidir.

Yöntem: Araştırmaya 116'sı erkek (%38,7), (Xyaş=16,56±0,90), 184'ü kız (%61,3), (Xyaş=16,36±0,85) olmak üzere toplam 300 spor lisesi öğrencisi gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada Martin ve Rubin (1995) tarafından geliştirilen, Çelikkaleli (2014) tarafından Türkçeye uyarlanan "Bilişsel Esneklik Ölçeği" ile Spirito ve ark. (1988) tarafından geliştirilen ve Türkçeye uyarlamasını Bedel ve ark. (2014)'ın yaptığı "Ergenler İçin Başa Çıkma Ölçeği" kullanılmıştır. Ölçeklere ait puan dağılımlarının çarpıklık ve basıklık değerleri dikkate alındığında verilerin normal dağılım gösterdikleri saptanmıştır. Bu doğrultuda araştırmanın istatistiksel analizlerinde, pearson momentler çarpım korelâsyonu ve çoklu doğrusal regresyon analiz yöntemleri kullanılmıştır. Tüm analizler SPSS paket programında yapılmış ve tüm değerlendirmelerde anlamlılık düzeyi $p<0.05$ olarak alınmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Araştırmada elde edilen bulgulara göre, bilişsel esneklik ile başa çıkma stratejilerinden aktif başa çıkma ile pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Bilişsel esneklikle, olumsuz başa çıkma ve kaçınan başa çıkma stratejisi arasında ise negatif yönde anlamlı olmayan bir ilişki tespit edilmiştir. Yapılan çoklu doğrusal regresyon analizine bakıldığında, bilişsel esnekliğin aktif başa çıkma stratejisinin %2'sini, olumsuz başa çıkma stratejisinin %1'ini, kaçınan başa çıkma stratejisini ise %1'ini açıkladığı sonucu elde edilmiştir. Sonuç olarak; bilişsel esnekliği yüksek kişilerin aktif başa çıkma stratejilerini daha çok kullandığı, olumsuz başa çıkma stratejileri ve kaçınan başa çıkma stratejilerini ise daha az kullandıkları söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Bilişsel Esneklik, Başa Çıkma Stratejileri

THE ROLE OF COGNITIVE FLEXIBILITY IN EXPLAINING COPING STRATEGIES FOR STUDENTS IN SPORTS HIGH SCHOOL

Introduction: The aim of this research is to examine the relationship between cognitive flexibility and coping strategies and to determine the predictive effect of cognitive flexibility on coping strategies.

Method: A total of 209 sports high school student, 116 male (38.7%), (Mage=16,56±0,90), 184 female (61.3%), (Mage=16,36±0,85) participated voluntarily. In the study, "Cognitive Flexibility Scale" developed by Martin and Rubin (1995) by Çelikkaleli (2014) and adapted to Turkish by Spirito et al. (1988) and adapted to the Turkish Bedel et al. (2014) 'Coping Strategies Scale for Adolescents' was used. When the skewness and kurtosis values of the scales belonging to the scales were taken into account, it was determined that the data showed normal distribution. In this direction, pearson moment correlation and multiple linear regression analysis methods were used in the statistical analysis of the study. All analyzes were performed in the SPSS package program and the level of significance was taken as $p<0.05$ in all the evaluations.

Findings and Conclusion: According to the findings obtained in the research, a significant relationship was found between positive coping with active coping strategies of coping with cognitive flexibility. A negative relationship between cognitive flexibility and negative coping strategies avoidance was found to be negatively correlated. The result of the multiple linear regression analysis revealed that cognitive flexibility explained 2% of the active coping strategy, 1% of the negative coping strategy, and 1% of the avoidance coping strategy. As a result; it can be said that the cognitive flexibility individuals use more active coping strategies and use less negative coping strategies. As a result; it can be said that cognitive flexibility has higher use of active coping strategies, negative coping strategies and avoiding coping strategies.

Key Words: Cognitive Flexibility, Coping Strategies

SB873

SPORDA SALDIRGANLIK VE ÖFKE ÖLÇEĞİ: GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI

[2]Bülent Gürbüz, [1]Sercan Kural, [2]Oğuz Özbek

[1]Bartın Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, BARTIN
[2]Ankara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

Email : *bulentgurbuz@gmail.com, sercankural@hotmail.com, Oguz.Ozbek@sports.ankara.edu.tr*

Giriş ve Amaç

Literatürde pek çok yazar saldırganlık, şiddet ve öfkenin sporda özellikle de takım ve mücadele sporlarında ciddi sorunlara neden olduğunu belirtmektedir. Bu noktadan hareketle çalışmanın amacı, Türk sporcularda öfke ve saldırganlığın değerlendirilmesi için bir ölçme aracı olarak "Sporda Saldırganlık ve Öfke Ölçeği"nin" Türkçe uyarlamasını yapmaktır.

Yöntem

Araştırmanın çalışma grubunda 53 profesyonel (% 21.5) ve 193 amatör (% 78.5) futbolcu yer almıştır. Katılımcıların yaşları 17 ile 37 arasında (Ortyaş= 21.60±3.97) değişmektedir. Kolayda örnekleme metoduyla seçilen katılımcılar, Maxwell ve Moore (2007) tarafından geliştirilen "Sporda Saldırganlık ve Öfke Ölçeği'ni" (T-SSÖÖ) cevaplamışlardır. Ölçeğin orijinal versiyonu "saldırganlık" (6 madde) ve "öfke" (6 madde) olmak üzere iki alt boyuttan oluşmaktadır. Parametrik testlerin temel varsayımlarının test edilmesinden sonra, ölçeğin faktör yapısını test etmek için Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) yapılmıştır. Ölçeğin güvenirliği için ise Cronbach's Alpha içsel tutarlık katsayıları hesaplanmıştır. Veriler AMOS ve SPSS ve programları kullanılarak analiz edilmiştir.

Bulgular

Ölçeğin yapı geçerliği için uygulanan Doğrulayıcı Faktör Analizi'nde (DFA) orijinal formla tutarlı olarak ölçek Türkçe versiyonunun da iki alt boyut ve toplam 12 maddeden oluştuğu belirlenmiştir. Ölçeğin faktör yüklerinin .41 ile .83 arasında değiştiği tespit edilmiştir. DFA sonuçları incelendiğinde, uyum iyiliği indekslerinin, $\chi 2/df$= 2.69, GFI= .91, AGFI=.87, CFI=.91, IFI=.91, SRMR=.07, RMSEA=.08 olduğu belirlenmiştir. Ulaşılan bu değerler uyum indekslerinin kabul edilebilir düzeyde olduğunu göstermektedir. Ölçeğin Cronbach Alfa iç turarlık katsayılarının a) saldırganlık .79 b) öfke .79 ve toplam ölçek için .83 olduğu bulunmuştur.

Sonuç

Elde edilen sonuçlara göre, Türk kültürüne uyarlanan T-SSÖÖ'nin sporcuların müsabaka anındaki öfke ve saldırganlık düzeylerinin belirlenmesi için geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu ifade edilebilir.

Anahtar Kelimeler: Yarışma, saldırganlık, öfke, geçerlik ve güvenirlik

COMPETITIVE AGGRESSIVENESS AND ANGER SCALE: VALIDITY AND RELIABILITY STUDY

Introduction and Aim

In the literature, many authors noted that aggressiveness, violence and anger are the main reasons of serious problems especially in team and combat sports. In this parallel, this study aimed to test "Competitive Aggressiveness and Anger Scale"s reliability and validity to measure Turkish athletes' aggressiveness and anger.

Method

Study participants were 53 professionals (%21.5 %) and 193 (78.5 %) amateur football players. They ranged in age from 17 to 37 years old (Mage= 21.60±3.97). The participants who were chosen using convenience sampling method answered the "Competitive Aggressiveness and Anger Scale" (CAAS) which was developed by Maxwell and Moore (2007). Original version of the scale constitutes of two subscales which are named as aggressiveness (6 items) and anger (6 items). After testing the basic assumptions of statistical tests, Confirmatory Factor Analysis (CFA) were used to test the factor structure of the scale. Cronbach's Alphas were calculated for the subscales to test their internal consistencies.

Findings

CFA results revealed that Turkish version of the scale consists of two subscales and totally 12 items and these results were similar to the original version of the scale. The item factor loadings for the overall scale range between .41 and 0.83. When the fit indexes were examined, the fit indexes of the scale were $\chi 2/df$= 2.69, GFI= .91, AGFI=.87, CFI=.91, IFI=.91, SRMR=.07, RMSEA=.08. The goodness of fit indexes indicated that these indexes of scale were in acceptable ranges. For the total scale and the subscales, the Cronbach Alpha reliability coefficients were measured as .79, .79 and .83 respectively.

Conclusion

In conclusion, the results revealed that the Turkish adaptation of "Competitive Aggressiveness and Anger Scale" can be used as a valid and reliable measurement tool to examine and evaluate the athlete's competitive aggressiveness and anger.

Keywords: Competition, aggressiveness, anger, validity and reliability

SB897

BİLGİSAYAR OYUN BAĞIMLILIĞININ SPORCULARIN PSİKOLOJİK BECERİLER ÜZERİNDEKİ ETKİSİ

***[1]Fatih Ağduman*, [1]Deniz Bedir**

[1]Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Email : *fatihagduman@hotmail.com, denizbedir@hotmail.com*

Giriş: Teknolojinin gelişmesiyle bireylerin gün içerisinde bu teknolojik ürünleri kullanım süreleri de artmaktadır. Kullanım süresinin artması bireyleri bu teknolojik ürünlere bağımlı hale getirmektedir. Günümüzde yaygın olan problemlerden birisi de bilgisayar oyun bağımlılığıdır. Bilgisayar oyunlarına bireylerin erişimi kolaylaştıkça bu bağımlılık seviyesi de artmaktadır. Özellikle bilgisayarın yanında tablet ve cep telefonlarında da oyun oynanması bireyi günün her saatinde oyun oynamaya teşvik etmektedir. Bu nedenle bireyler giderek birer oyun bağımlısı haline gelmektedir. Bu çalışmanın amacı, bilgisayar oyun bağımlılığının genç sporcuların psikolojik becerilerine etkisinin araştırılmasıdır. Yöntem: Araştırmaya Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören 450 sporcu katıldı. Sporculardan veri toplamak için iki farklı ölçek kullanıldı. Bu ölçeklerden birincisi, Smith R, Schutz R, Smoll F ve Ptacek J (1995) tarafından sporcuların psikolojik becerilerini değerlendirmek için geliştirilmiş "Sporcuların Psikolojik Becerilerini Değerlendirme Ölçeği"dir. İkincisi, Ayaş T, Çakır Ö ve Horzum M B (2011) tarafından bireylerin bilgisayar bağımlılık düzeylerini ölçmek için geliştirilen "Bilgisayar Oyun Bağımlılığı" ölçeğidir. Verilerin analizinde Basit Doğrusal Regresyon Analizi, Independent-Samples T Testi, One-Way ANOVA Testi ve Pearson Korelasyon analizleri yapılmıştır. Bulgular: Yapılan analizler sonucunda; bilgisayar oyun bağımlılığının, sporcuların psikolojik becerilerine ilişki toplam varyansın %15,4'ünü açıkladığı görülmüştür (β=-.252, t=4.329, p=.000). Ayrıca bilgisayar oyun bağımlılığı puanlarının cinsiyet değişkeni açısından erkekler lehine anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir (p<.000). Sporcuların psikolojik becerilerinin millilik değişkeni açısından incelenmesi sonucu milli olan sporcuların milli olmayan sporculara göre daha yüksek puan aldığı gözlenmiştir (p<.000). Sonuç: Bilgisayar oyun bağımlılığı sporcuların psikolojik becerileri üzerinde olumsuz bir etkiye sahiptir. Sporcuların fiziksel ve fizyolojik durumlarını geliştirmek için yapılan antrenmanların yanı sıra sporcuların psikolojik becerilerini geliştirmek için de bazı çalışmalar yapılmalıdır. Bunlar içerisinde bağımlılıkla mücadele de önemli bir sırada yer almaktadır. Sporcuların bağımlılıkları (sigara, alkol, kumar, bilgisayar oyunları vs.)ortadan kaldırılırsa sportif performansı da doğal olarak artacaktır.

IMPACT OF COMPUTER GAME ADDICTION ON PSYCHOLOGICAL SKILLS OF ATHLETES

Introduction: With the development of technology, the duration of usage of these technological products by individuals increases day by day. Increasing the usage time makes individuals addicted these technological products. One of the common problems today is computer game addiction. This level of addiction is also increasing as the access of individuals to computer games becomes easier. Playing on tablets and mobile phones besides the computer encourages the individual to play games at all hours of the day. For this reason, individuals are increasingly becoming game addicts. The purpose of this study is to investigate the effects of computer game addiction on the psychological skills of young athletes. Method: 450 athletes attending Atatürk University Sports Sciences Faculty participated in the research. Two different scales were used to collect data from the athletes. The first of these scales is "Scale for Evaluating the Psychological Abilities of Athletes" developed by Smith R, Schutz R, Smoll F, and Ptacek J (1995) to evaluate the psychological skills of athletes. The second is the "Computer Game Addiction" scale developed by Ayaş T, Çakır Ö and Horzum M B (2011) to measure the computer dependency levels of individuals. In the analysis of the data, Simple Linear Regression Analysis, Independent-Samples T Test, One-Way ANOVA Test and Pearson Correlation analyzes were performed. Findings: As a result of the analyzes made; computer game addiction explained 15.4% of the total variance related to the psychological skills of the athletes (β = -.252, t = 4.329, p = .000). In addition, it was found that computer gaming addiction scores showed significant differences in favor of men in terms of gender change (p <.000). As a result of examining the psychological skills of the players in terms of nationality variable, it was observed that the national athletes have a higher score than the non-national- athletes(p<.000).Conclusion:Computer-game-addiction-has-a-negative-effect-on-the-psychological-skills-of-athletes.In-addition-to-the- training-to-improve-the-physical-and-

physiological-conditions-of-the-athletes,-some-work-should-also-be-done-to-improve-the- psychological-skills-of-the-athletes.Among-these,-fight-struggle-addiction-is-also-in-an-important-position.-If-the-addictions-of-the-athlete- (cigarettes,-alcohol,-gambling,-computer-games,-etc.)-is-removed,-the-sporty-performance-will-naturally-increase.

SB899

GİYİLEBİLEN EEG YOLU İLE BASKETBOLCULARDA ZİHİNSEL DURUM TESPİTİ

[1]Rıdvan Ekmekçi, [2]Okan Miçooğulları, [1]Hamza Kaya Beşler

[1]Pamukkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Faklültesi, Denizli
[2]Nevşehir Hacı Bektaş Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Nevşehir

Email : *ridvanekmekci@gmail.com, okanmicoogullari@gmail.com, hamzakayabesler@gmail.com*

Giriş Electroencephalography (EEG) ve diğer giyilebilir (örnegin; galvenik deri yanıtı ve kalp sensörleri) kafaya takılabilir cihazlar ile depresyon ve kaygı gibi hastaların psikiyatrik durumlarını mental durum izleme kurallarına göre sapramak mümkündir (Bashivan, Rish and Heisig, 2016). Diğer taraftan bu tür cihazlar sporcuların mental durumlarını tanımlamak için de kullanılabilir. Giyilebilir mobil EEG cihazları stres, kaygı, heyecan, odaklanma, rahatlık, ilgi ve bağlılık gibi bilişsel beceri durumlarını ölçmemize olanak sağlamaktadır. Amaç Bu çalışmanın amacı, EEG cihazı kullanarak basketbol oyuncularının zihinsel durumlarını belirlemekti. Methot Araştırmanın katılımcıları 14 elit basketbol oyuncusudur (mean ± s: age 25 ± 5 years). Sporcular çalışmaya gönüllü olarak katılımışlardır. Verileri toplamak için Emotiv Insight 5 Channel EEG cihazı ve Inner balance heart math sensor cihazı kullanılmıştır. Sonuç Basketbol oyuncularının stres seviyesi X=40.6, heyeecan X=46.5, bağlılık X=50.9, odaklanma X=34.8, ilgi X=35.6, rahatlık X=45.7, uyum katsayısıX=1, max uyum katsayısı X=2.3, ve kalp atım ortalaması X=92. Bu sonuçlara göre sporcuların stres ve heyecan seviyeleri yüksek. Odaklanma, bağlılık, rahatlık ve ilgi düzeyleri normaldir.

MENTAL STATE DETECTION VIA WEARABLE EEG ON BASKETBALL PLAYERS

Introduction: Electroencephalography (EEG) headsets along with other wearable devices (e.g., those measuring galvanic skin response and heartbeat rate) can be prescribed to monitor mental states in patients with certain psychiatric conditions such as anxiety or depression (Bashivan, Rish and Heisig, 2016). On the other hand this technology can be used to understand athletes' mental state. Wearable mobile EEG give chance to measure cognitive skills; like stress, anxiety, excitement, focus, relaxation, interest and engagement level. Purpose The purpose of the study was to detect mental state of basketball players via EEG Method: The sample of study consisted of 14 elite basketball players (mean ± s: age 25 ± 5 years) volunteered to participate in the current study. Emotiv Insight 5 Channel EEG device, Inner balance heart math sensor, was used to get data. Results & Conclusion: Basketball players' stress level X=40.6, excitement X=46.5, engagement X=50.9, focus X=34.8, interest X=35.6, relaxation X=45.7, coherence X=1, max coherence X=2.3, heart rate X=92. According to scores their level of stress and excitement are very high. Focus, engagement, relaxation and interest level are normal.

SB906

GENÇ SPORCULARDA ÖZERK GÜDÜLENMENİN BELİRLEYİCİSİ OLARAK AKRAN GÜDÜSEL İKLİM

***[1]İhsan Sarı*, [2]Şahin Günbay**

[1]Sakarya Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Sakarya
[2]Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya

Email : *sariihsan@yahoo.com, sahin_gunbay@hotmail.com*

Amaç: Bu araştırmanın amacı, genç sporcularda özerk güdülenme ve akran güdüsel iklim arasındaki ilişkiyi incelemektir. Yöntem: Araştırmaya 60 erkek (% 57.7) ve 44 kadın (% 42.3) olmak üzere toplam 104 sporcu katılmıştır. Katılımcılar çeşitli takım ve bireysel sporlardan seçilmiştir. Sporcular, kişisel bilgi formu, Genç Sporcularda Akran Güdüsel İklim Envanteri ve Sporda Güdülenme Ölçeği II'yi doldurmuşlardır. Analizler SPSS 17 programında yapılmıştır. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler, Pearson korelasyon analizi ve enter yöntemi ile regresyon analizi kullanılmıştır. Analizlerde anlamlılık düzeyi .05 olarak belirlenmiştir. Bulgular: Özerk güdülenmenin akran güdüsel iklimin alt boyutlarından gelişim (r=.405), takım içi rekabet/kabiliyet (r=.337), ilişkili olma desteği (.424), takım içi anlaşmazlık (r =.-336), çaba (r=.438) ve görev içerikli akran iklimi (r=.427) ile anlamlı düzeyde ilişkili olduğu bulunmuştur. Akran güdüsel ikliminin özerk güdülenmeye katkıda bulunup bulunmadığını incelemek amacı ile yapılan regresyon analizi sonucuna göre görev içerikli iklim (β=.712) ve ego içerikli iklimin (β=-. 456) sporcuların özerk güdülenmesine anlamlı düzeyde katkıda bulunduğu belirlenmiştir (Düzeltilmiş R2 = .266, F2.93=18.208, p<.05). Sonuç: Bulgular, ego içerikli akran güdüsel ikliminin genç sporcuların özerk güdülenmesi için zararlı olabileceğini göstermektedir. Öte yandan, sporcuların görev içerikli akran güdüsel iklimi benimsedikleri takımlarda, özerk güdülenmelerinin artabileceği söylenebilir. Bu nedenle, antrenörler, spor psikologları ve ailelerin sporcular arasında ego içerikli akran güdüsel iklimini teşvik edebilecek her türlü davranıştan kaçınmaları ve sporcuların görev içerikli akran iklimi benimsenmeleri için gerekli önlemlerin alınması tavsiye edilebilir. Anahtar kelimeler: Özerk güdülenme, akran güdüsel iklim, görev içerikli iklim ego içerikli iklim.

PEER MOTIVATIONAL CLIMATE AS PREDICTORS OF YOUNG ATHLETES' SELF-DETERMINED MOTIVATION

Purpose: The aim of this research was to investigate the relationship between young athletes' self-determined motivation and peer motivational climate. Method: 60 males (%57.7) and 44 females (%42.3) as a total of 104 athletes participated in the research. The participants were chosen from variety of team and individual sports. The participants completed personal information form Peer Motivational Climate in Youth Sport Questionnaire (PeerMCYSQ) and Sport Motivation Scale II (SMS-II). Analyses were made in SPSS 17 program. Descriptive statistics, Pearson correlation analysis and regression analysis with enter method were used to analyse the data. Level of significance was determined to be .05. Results: Results showed that self-determined motivation significantly correlated with the sub-dimensions of peer motivational climates which are improvement (r=.405), intra-team competition/ability (r=.337), relatedness support (.424), intra-team conflict (r=.-336), effort (r=.438) and task-involving peer climate (r=.427). Regression analysis, which was conducted to examine whether peer motivational climates contribute to self-determined motivation, revealed that task-involving (β=.712) and ego-involving (β=-.456) peer motivational climates significantly contributed to self-determined motivation of young athletes (Adjusted R2=.266, F2.93=18.208, p<.05). Conclusion: Findings suggest that ego-involving peer motivational climate might be detrimental for young athletes' self- determined motivation. On the other hand it can be said based on the results that athletes' self determined motivation can be fostered in sport teams where the team members adopt a task-involving peer motivational climate. Therefore, it can be advised to sports coaches, sport psychologist and athletes' parents that any behaviour which encourages ego-involving peer climates should be avoided whereas necessary actions should be taken for athletes to adopt task-involving peer climates. Keywords: Self-determined motivation, peer motivational climate, task-involving climate, ego-involving climate.

SB908

SPORCULARIN ANTRENÖR KAVRAMINA İLİŞKİN METAFORİK ALGILARI

[1]İhsan Sarı, [2]Turgay Semih Yaşar

[1]Sakarya Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Sakarya
[2]Sakarya Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Sakarya

Email : *sariihsan@yahoo.com, tsyasar54@gmail.com*

Amaç: Bu çalışmanın amacı; sporcuların antrenör kavramına ilişkin algılarını metafor analizi yoluyla incelemektir. Yöntem: Araştırmaya, takım veya bireysel bir spor branşını aktif olarak yapan 155 sporcu katılmıştır. Katılımcılardan kişisel bilgilerine yönelik soruları ve "Antrenör …… gibidir, çünkü….." ifadesini metafor kullanarak doldurmaları istenmiştir. Sporcuların antrenör kavramına ilişkin düşünceleri içerik analizi tekniği ile çözümlenmiştir. Araştırma sonucunda sporcuların antrenör kavramına ilişkin olarak toplam 110 geçerli metafor ürettikleri görülmüştür. Tüm metaforlar iki araştırmacı tarafından fikir birliğine varılarak anlamlarına göre kategorilere ayrılmıştır. Elde edilen metaforlar ve kategorileri uzman görüşü alındıktan sonra örtüşmeyen metaforlar tekrar gözden geçirilerek kategorilerin son hali oluşturulmuştur. Bulgular: Bulgulara göre sporcuların antrenör kavramına ilişkin ürettikleri metaforlar 14 kategori altında sınıflandırılmıştır. Bu kategoriler; bilgi sahibi olan antrenör, çabalayan antrenör, eğiten/öğreten antrenör, geleceğe hazırlayan antrenör, geliştiren antrenör, hataları düzelten antrenör, koruyan/sahiplenen antrenör, rol model olan antrenör, samimi/yakın olan antrenör, sporcunun iyiliğini isteyen antrenör, sporcuyla çok zaman geçiren/yanında olan antrenör, yardımcı olan/destekleyen antrenör, yol gösteren/rehber olan antrenör ve diğer olarak isimlendirilmiştir. Kullanılan metaforlar incelendiğinde ise en sık kullanılan metaforların aile, anne, baba, abi gibi genel anlamda aile kavramını vurguladığı görülmüştür diğer sık kullanılan metaforların ise öğretmen, kitap, rehber, pusula gibi metaforlar olduğu görülmektedir. Sonuç: Araştırma sonucunda sporcuların antrenör kavramına ilişkin oluşturdukları metaforların olumlu olduğu ve tüm kategoriler ayrı ayrı değerlendirildiğinde antrenörün en çok eğiten/öğreten ve ikinci olarak da yol gösteren/rehber olan özelliğine vurgu yapıldığı görülmüştür. Anahtar kelimeler: Antrenör, sporcu, metafor.

METAPHORIC PERCEPTION OF ATHLETES REGARDING THE CONCEPT OF COACH

Purpose: The purpose of this study was to examine the athletes' perceptions of the coach concept through metaphor analysis. Method: A total of 155 athletes voluntarily participated in the research. The participants answered some personal information questions and they are also asked to complete the sentence "A Coach is like. . . because. . ." Athletes' perceptions about the concept of coach were analyzed by content analysis. It was seen that athletes produced a total of 110 valid metaphors regarding the coach concept. All metaphors were divided into categories according to their meaning by reaching consensus by the two researchers. After getting expert opining about the metaphors and the categories, the metaphors that do not overlap were revised and the categories were then finalized. Results: According to results, the metaphors produced by the athletes regarding the concept of coach are classified under 14 categories. These categories are; Coach who haves information, coach who makes effort, coach who trains and teaches, coach who prepares for future, coach who develops, coach who corrects the mistakes, coach who protects, coach who is a role model, coach who is very close to athletes, coach who wants athletes' goodness, coach who spends a lot of time with/stands by athletes, coach who helps and supports, coach who guides and others. When the metaphors in the categories used by the athletes are examined, it is seen that the most frequently used metaphors emphasize the concept of family in general, such as family, mother, father and brother. Other frequently used metaphors are teacher, book, guide, compass etc. Conclusion: As a result of the research, it was seen that the metaphors that the athletes formed about the concept of coach were positive and most frequently used features of coach were training/teaching and guiding. Keywords: Coach, athlete, metaphor.

SB909

SPORCULARIN MUTLULUK VE MENTAL İYİ OLUŞLARININ BELİRLEYİCİSİ OLARAK ANTRENÖR SPORCU İLİŞKİSİ

[1]Sakarya Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Sakarya

Email :

Amaç: Bu araştırmanın amacı antrenör sporcu ilişkisinin sporcuların mutluluk ve mental iyi oluşu ile ilişkisini belirlemektir. Yöntem: Futbol, hentbol, basketbol, atletizm ve judo branşlarından seçilen, 156 erkek (%64.3) 91 kadın (%35.7) olmak üzere toplam 255 sporcu araştırmaya gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılar kişisel bilgi formu, Antrenör-Sporcu İlişkisi Envanteri, Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu ve Warwick-Edinburgh Mental İyi Oluş Ölçeği'ni doldurmuşlardır. Yapılan analizlerde SPSS 17 programı kullanılmış ve anlamlılık düzeyi .05 olarak belirlenmiştir. Analizlerde tanımlayıcı istatistikler, Pearson korelasyon analizi ve regresyon analizi kullanılmıştır. Bulgular: Yapılan analizler sonucunda sporcuların mutluluk ve mental iyi oluş puanlarının yakınlık (r= .289, .263), bağlılık (r=.356, .286) ve tamamlayıcılık (r=.316, .252) ile anlamlı ve pozitif yönde korelasyon gösterdiği belirlenmiştir (p<.05). Ayrıca, antrenör sporcu ilişkisinin mutluluk ve mental iyi oluşu açıklamasına ilişkin yapılan regresyon analizi sonucuna göre yakınlık, bağlılık ve tamamlayıcılığın mutluluk (düzeltilmiş R2=.14, F3,239=14.153, p<.05) ve mental iyi oluşu (düzeltilmiş R2=.09, F3,233=9.011, p<.05) anlamlı düzeyde açıkladığı bulunmuştur. Sonuç: Bu bulgular doğrultusunda, antrenör sporcu ilişkisi ile sporcuların mutluluk ve mental iyi oluşları arasında bir ilişki olduğu ve antrenör sporcu ilişkisinin kalitesinin sporcuların mutluluk ve mental iyi oluşlarına katkı sağlayabileceği söylenebilir. Anahtar kelimeler: Antrenör sporcu ilişkisi, mutluluk, mental iyi oluş.

COACH-ATHLETE RELATIONSHIP AS THE DETERMINANT OF ATHLETES' HAPPINESS AND MENTAL WELL-BEING

Purpose: The aim of this research was to determine the relationship of the coach-athlete relationship with the athletes' happiness and mental well-being. Method: A total of 255 athletes, 156 men (64.3%) and 91 women (35.7%), selected from football, handball, basketball, athletics and judo branches voluntarily participated in the research. Participants filled out personal information form, Coach-Athlete Relationship Questionnaire, Short Form of the Oxford Happiness Questionnaire and Warwick-Edinburgh Mental Well- Being Scale. SPSS 17 program was used in the analyses and significance level was determined as .05. Descriptive statistics, Pearson correlation analysis and regression analysis were used in data analyses. Results: The results revealed that the athletes' happiness and mental well-being scores were significantly and positively correlated with closeness (r = .289, .263), commitment (r = .356, .286) and complementarity (r = .316, .252). In addition, regression analysis showed that closeness, commitment and complementary significantly contributed to happiness (corrected R2 = .14, F3,239 = 14.153, p <.05) and mental well - being (corrected R2 =. 09, F3,233 = 9.011, p <.05). Conclusion: According to these findings, it can be said that there is a relationship between coach athlete relationship, athletes' happiness and mental well-being and that the quality of coach athlete relationship can contribute to athletes' happiness and mental well-being. Keywords: Coach-athlete relationship, happiness, mental well-being

SB910

ANTRENÖR-SPORCU İLİŞKİSİNİN FARKLI DEĞİŞKENLERLE İNCELENMESİ

***[1]Burak Ahmet Akbulut*, [2]Mehmet Akif Ziyagil, [1]Kıvanç Semiz**

[1]Giresun Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Giresun
[2]Mersin Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Mersin

***Email :** burakahmet.akblt@gmail.com, mziyagil@gmail.com, kivancsemiz@gmail.com*

Giriş ve Amaç

Antrenör-sporcu ilişkisinin performans ve başarıya etkisinde bağlılık, yakınlık, antrenör olumlu-olumsuz davranışları gibi bir çok önemli değişken vardır. Bu çalışmanın amacı antrenör-sporcu ilişkisinin farklı değişkenlerle inclenmesidir.

Yöntem

Yapar ve İnce'nin (2014) Sporcular için Antrenör Davranışlarını Değerlendirme Ölçeği ile Altıntaş, Çetinkalp ve Aşçı'nın (2012) Antrenör- Sporcu İlişkisi anketleri kullanılarak çeşitli branşlardan toplam 340 sporcu ile veriler toplanmıştır. Veri analizi için non-parametrik testlerden Man_Whitney U testi ile Spearman Korelasyon analizi yapılmıştır.

Bulgular ve Sonuç

Elde edilen bulgulara göre yaş, spor yaşı, yakınlık, bağlılık ve tamamlayıcılık ile teknik beceri, yarışma stratejisi ile ilgilenen antrenörlerinde ve olumlu antrenör davranışlarında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<.05$). Milli sporcularda ise yaş ve spor yaşı ile birlikte olumsuz antrenör davranışları ve fiziksel antrenman ve planlamada anlamlı farklılık bulunmuştur. Sporcuların demografik antrenör-sporcu ilişkisi ile antrenör davranışlarını yönelik değerlendirmelerin alt boyutları arasındaki ilişkisine bakıldığında ise Yakınlık ile Bağlılık ve Tamamlayıcılık arasında; Teknik beceri ve zihinsel hazırlık ile de hedef belirleme ve yarışma stratejisi arasında yüksek korelasyon olduğu görülmüştür. Sonuç olarak antrenör ve sporcu ilişkisi ile alakalı ilgili spor ortamları tasarlanırken ve planlanırken ilgili değişkenlerin göz önünde bulundurulması başarı sağlamada önemli görülebilir. Gelecek çalışmalarda branşlar arası farklılıklara da göz atılması önerilmektedir.

INVESTIGATION OF COACH-ATHLETE RELATIONSHIP WITH CERTAIN VARIABLES

Introduction

There are lots of different variables for Coach-Athlete relationship like commitment, closeness, positive-negative coach behaviors. The purpose of this study was investigating the coach-athlete relationship with certain variables.

Method

Data was collected with Coaching Behavior Scale for Sport (Yapar & İnce, 2014) and Coach-Athlete Relationship Scale (Altıntaş, Çetinkalp ve Aşçı, 2012). A total of 340 participants from variety of sports joined the study.

Results and Conclusion

According to the results, there was a significant difference in age, sport years, closeness, commitment and bindingness with technical skills, competition strategy and positive coach behaviors ($p<.05$). When looking to National Players, there was a significant difference along with age and sport years, negative coach beahviors and physical training and planning. When looking to correlations, closeness have a high relationship with commitment and bindingness. Also technical skills and mental preparedness has high correlation with goal setting and competition strategy. In future studies, sports branchs can be considered as a new variable

SB929

HÜR İRADE KURAMI VE BAŞARI HEDEFİ KURAMI PERSPEKTİFİNDEN EGZERSİZDE MOTİVASYONUN ÇEŞİTLİ DEĞİŞENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ

[1]Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi, Tekirdağ

Giriş: Hareketsizliğe bağlı olarak ortaya çıkan hipokinetik hastalıkların, önlenmesinde düzenli fiziksel aktivitenin önemi birçok araştırmacı tarafından ortaya konmuştur. Egzersizin faydalarının bilinmesine rağmen, insanların fiziksel olarak aktif olmamaları bilginin egzersiz davranışını kazanmak için yeterli olmadığını göstermektedir. Bu bağlamda fiziksel aktivite davranışının devamlılığı konusunda etkili olan psikolojik olguları ortaya koymak önemlidir. Bu araştırmanın amacı egzersiz yapan bireylerin egzersiz yapma nedenlerini Hür İrade Kuramı ve Hedef Yönelimi Kuramı perspektifinden yaş, cinsiyet, egzersiz yoğunluğu ve egzersiz türü değişkenleri açısından farklılığını ortaya koymaktır. Gereç ve Yöntem: Araştırmaya çeşitli fitness merkezlerinde egzersiz yapan 399 üniversite öğrencisi (nerkek= 225; Xyaş= 25.02±4.31 ve nkadın= 174; Xyaş=25.24±1.24) gönüllü olarak katılmıştır. Verileri toplama amacıyla Egzersizde Hedef Yönelimi Ölçeği (EHYÖ)", "Egzersizde Davranışsal Düzenlemeler Ölçeği (EDDÖ)" ve "Egzersizde Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği (ETPİÖ)" katılımcılara yüzyüze uygulanmıştır. Verilerin analizi için öncelikle verilerin normal dağılıma uygunluğu Kolmogorov Smirnov ve Levene testi ile değerlendirilmiştir. Katılımcıların egzersiz şiddeti (hafif, orta, yüksek) ve yaş gruplarına göre (19- 24 yaş, 25-31 yaş, 32 ve üstü yaş) egzersiz motivasyonunun farklılığı çok yönlü varyans analizi (MANOVA); cinsiyet ve egzersiz türüne (grup-bireysel) egzersiz motivasyonunun farklılığı bağımsız örneklemelerde t testi ile analiz edilmiştir. Bulgular ve Sonuç: Araştırmanın bulgularına göre şiddetli yoğunlukta egzersiz yapanların içsel, içeatımla egzersize motive oldukları ve görev yönelimi ile egzersize yöneldikler; 19-24 yaş grubundaki bireylerin içsel, içeatımla, dışsal güdülenme ve güdülenmeme düzeyleri ile, görev yönelimi düzeylerinde ve yeterlik ve özerklik skorlarında daha düşük ortalamalara sahip olduğu görülmüştür. Katılımcıların cinsiyet değişkenine göre egzersize motive olma biçimleri incelendiğinde ise sadece güdülenmeme alt boyutunda kadınların erkeklerden daha yüksek puanlara sahip olduğu görülmüştür. Egzersiz türü ise kullanılan ölçeklerin tüm alt boyutlarında farklılık arz etmiştir. Bireysel egzersiz yapanların içsel, içeataımla, dışsal güdülenme, güdülenmeme, ego ve görev ile egzersize yönelim, egzersizde yeterlik, özerklik ve ilişkili olma alt ölçeklerinde daha yüksek ortalamalara sahip olduğu görülmüştür.

AN EXAMINATION OF EXERCISE MOTIVATION WITH REGARD TO SEVERAL VARIABLES: A SELF-DETERMINATION THEORY AND ACHIEVEMENT GOAL THEORY APPROACH

Introduction:Many researchers have demonstrated the importance of regular physical activity for prevention of hypokinetic diseases caused by immobility.Although the benefits of exercise are known,the fact that people are not physically active shows that information is not enough to gain exercise behavior. In this context, it is important to reveal psychological facts that are effective on the continuity of physical activity behavior.The purpose of this study is to reveal the differences in the reasons of exercising for the exercising individuals in terms of age, gender, exercise intensity and exercise type variables from the perspective of Self- Determination Theory and Achievement Goal Theory.Methods:399 exercisers who exercise in various fitness centers voluntarily participated to this study.Goal Orientation in Exercise Questionaire,Behavioral Regulation in Exercise Questionaire,Basic Needs Satisfaction in Exercise Questionaire and a personal information form were administered to all participants with assistance from the researcher.MANOVA was used to test differences in exercise motivation in terms of exercise intensity and age groups.Independent Sample t test was used to test differences in exercise motivation in terms of gender and exercise type.Findings and Conclusion: According to the findings of this study, those who exercise at high level intensity are motivated by internal, introjected and external regulations and are oriented towards exercise orientation and exercise;It has been observed that individuals in the 19-24 age group have lower mean values in internal, internal, external regulation and amotivation levels, task orientation levels and competency and autonomy scores. When the participants were motivated to exercise according to the gender variable,it was seen that women in the subscale of motivation had higher scores than men.The type of exercise varied in all sub-dimensions of the scales used.It has been observed that the individual exercisers have higher averages in internal,introjected,external regulation,amotivation, ego and task and exercise orientation,competency in exercise,autonomy and related subscales.

SB945

İNGİLİZ SPORCULARIN DEĞERLERİ, TUTUMLARI VE DAVRANIŞLARI ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ

***[1]Bahri Gürpınar*, [2]Maria Kavussanu, [2]Christopher Ring**

[1]Akdeniz Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Antalya
[2]University Of Birmingham School Of Sport, Exercise And Rehabilitation Sciences, Birmingham, England

***Email :** bahrigurpinar@akdeniz.edu.tr, M.Kavussanu@bham.ac.uk, C.M.Ring@bham.ac.uk*

Giriş: Bu araştırma, İngiliz ve Türk sporcu öğrencilerin verilerini içeren bir kültürler arası çalışmanın ilk kısmıdır. Bu araştırmanın amacı, İngiliz sporcu öğrencilerin değerleri, tutumları ve davranışları arasındaki ilişkilerin araştırılmasıdır.

Yöntem: Altyapı Sporlarında Değerler Ölçeği-2 (YSVQ-2), Altyapı Sporlarında Ahlaki Karar Alma Tutumları Ölçeği (AMDYSQ), Sporda Prososyal ve Antisosyal Davranış Ölçeği (PABSS) ve Sporda Ahlaktan Uzaklaşma Ölçeği Kısa Formu (MDSS- S) veri toplama araçları olarak kullanılmıştır. Ölçekler farklı sporlardan 219 (42 kadın 177 erkek) sporcuya uygulanmıştır. Sporcuların yaşları 16-21 arasındadır. Yaş ortalaması ise 18,67 ± 1,58 yıldır. Ortalama spor deneyimi 6,36 ± 4,26 yıldır. Veriler İngiltere'nin Batı Midlands bölgesinde yaşayan sporculardan toplanmıştır.

Bulgular: Sporcu öğrencilerin ahlaki (3,77) ve yetkinlik (3,98) değerlerinin daha yüksek ortalamalara sahip oldukları belirlenmiştir. Bu sonuca paralel olarak, sporcuların Adilce Kazanmayı Koruma Tutum puanları yüksek iken (4,23), hile tutumları düşüktür (1,74). Aynı zamanda takım arkadaşlarına ve rakiplere karşı olumlu davranışlar, antisosyal davranışlardan daha yüksek olarak ortaya çıkmıştır. 8 ahlaktan uzaklaşma mekanizması arasında, sporcular en çok avantajlı karşılaştırma mekanizmasını ve en az olarak da ahlaki gerekçe (ahlaksızlığı meşrulaştırma) mekanizmasını kullanmaktadırlar.

Sonuçlar: Sonuç olarak, İngiliz sporcuların olumlu tutum ve davranışlarının olumsuz olanlardan daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Ayrıca sporcuların değerleri, tutumları ve davranışları arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Değerler, tutumlar, davranışlar, ahlaktan uzaklaşma, spor

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIPS BETWEEN VALUES, ATTITUDES AND BEHAVIORS OF ENGLISH ATHLETES

Introduction: This research is the first part of a cross-cultural study that includes data of English and Turkish student athletes. The aim of this research is the investigation of the relationships between values, attitudes and behaviors of English student athletes.

Method: The Youth Sport Values Questionnaire-2 (YSVQ-2), Attitudes to Moral Decision-making in Youth Sport Questionnaire (AMDYSQ), The prosocial and antisocial behavior in sport scale (PABSS) and the moral disengagement in sport scale–short (MDSS-S) used as data collection tools. The questionnaires were administered to 219 (42 female 177 male) athletes from different types of sports. The athletes were aged between 16-21 years old. The mean age was 18,67±1.58. The mean sport experience was 6,36±4,26. Data were collected from the athletes who live in the West Midlands region of England.

Results: It was determined that the moral (3,77) and competence (3,98) values of the students athletes had higher averages. Parallel to this result, the Keep Winning in Proportion attitude of the athletes received a high average (4,23), while the cheating were low (1,74). At

the same time, prosocial behaviors to team mates and opponnets were higher than antisocial behaviors. Between the 8 moral disengagement mechanisms athletes mostly use advantegous comparison and lessly use moral justification.

Conclusion: As a result, it has been concluded that the positive attitudes and behaviors of British sportsmen are higher than the negative ones. Also there are some positive significant correlations found between the values,attitudes and behaviors of the athletes.

Keywords: Values, attitudes, behaviors, moral disengagement, sport

SB946

AMATÖR VE PROFESYONEL FUTBOLCULARIN PSİKOLOJİK BECERİ DÜZEYLERİNİN ÖLÇÜLMESİ

[1]Fatih Kıyıcı, [2]Kemal Coşkun, [1]GÖKHAN Atasever

[1]ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ,ERZURUM
[2]TFF ERZURUM BÖLGE MÜDÜRLÜĞÜ ,ERZURUM

Amaç: Bu araştırmanın amacı, profesyonel ve amatör olarak futbol oynayan sporcuların psikolojik becerilerinin farklı değişkenlerle karşılaştırılarak aralarındaki ilişkinin incelenmesidir. Materyal ve Metot: Araştırmanın evrenini, Türkiye Profesyonel (Spor Toto Süper Lig, TFF 1. Lig –TFF 2. ile TFF 3.Ligler) ve amatör liglerden oluşan 14 takım oluşturmuştur. Araştırmada örneklem olarak Gaziantepspor, Gençlerbirliği, Samsunspor, Ankaragücü, B.B.Erzurumspor, Göztepe, Pendik Spor, 1461 Trabzonspor, Van Büyükşehir Belediye Spor, Tek 12 Mart Spor, Iğdır Aras Spor, Çarşamba Spor Atakum Bld. Spor, Yakutiye Spor ve Tatvan Gençlerbirliği Spor seçilmiştir. Çalışmaya daha önce belirlenen ve gönüllü olan toplam 316 amatör ve profesyonel futbolcu katılmıştır. Çalışmada "Kişisel Bilgi Formu" kullanılarak katılımcıların demografik özellikleri, "Sporcuların Psikolojik Becerilerini Değerlendirme Ölçeği" kullanılarak da diğer araştırma verileri toplanmıştır. Bulgular: Katılımcılardan elde edilen verilere "IBM SPSS Statistics v21.0" yazılımı aracılığıyla çeşitli istatiksel analizler uygulanmıştır. Katılımcı anket verilerinin normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir. Veriler parametrik testler uygulanarak analiz edilmiştir. Sporcuların psikolojik becerilerini değerlendirme ölçeğinin türkçe geçerlik ve güvenirliği Erhan ve arkadaşları tarafından yapılmıştır ve ölçek güvenirlik katsayısı 0.85 olarak bulunmuştur. Yapılan çalışmada güvenirlik katsayısı hesaplanmış ve 0.84 olarak bulunmuştur. Sonuç: Çalışma sonucunda araştırmaya dahil olan katılımcıların cinsiyet ve yaptığı spor tipi gibi değişkenlerle "Sporcuların Psikolojik Değerlendirme Ölçeği"nin bazı alt boyutlarının puanları arasında anlamlı farklılıklar saptanmıştır ve alt boyutları arasında da anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Anahtar Kelimeler: Amatör, Beceri, Psikolojik Beceri, Profesyonel, Spor.

MEASURING PSYCHOLOGICAL SKILL LEVELS OF AMATEUR AND PROFESSIONAL FOOTBALL PLAYERS

Aim: The aim of this research is to examine the relationship between the professional and amateur football players by comparing their psychological skills with different variables. Material and Method: The scope of the research is consisted of 14 team formed by Turkey Professional leagues (Spor Toto Super League, Turkish Football Federation 1st League, Turkish Football Federation 2nd and 3rd League) and amateur leagues. Sample group of the research is selected as Gaziantepspor, Gençlerbirliği, Samsunspor, Ankaragücü, B.B. Erzurumspor, Göztepe, Pendik Spor, 1461 Trabzonspor, Van Büyükşehir Belediye Spor, Tek 12 Mart Spor, Iğdır Aras Spor, Çarşamba Spor Atakum Bld. Spor, Yakutiye Spor and Tatvan Gençlerbirliği Spor. There are total of 316 amateur footballers who participated voluntarily and were selected before. In this research; demographic characteristics of participants are collected by using "Personal Information Form" and other research data are collected by using "Evaluation Scale of Psychological Skills of Sportsmen". Findings: Different statistical analyses are applied to the data obtained from the participants, by using "IBM SPSS Statistics v21.0" software. It is concluded that data of the survey applied to the participants show normal distribution. Data are analyzed by applying parametric tests. The Turkish validity and reliability of the Evaluation Scales of The Psychological Skills of The Sportsmen were made by Erhan and his friends. The scale reliability coefficient is found as 0.85. In this research, the reliability coefficient is calculated and it is found as 0.84. Result: As a result of the study, significant differences are found between variables such as gender, sport type of the participants in the survey and the scores of some sub-dimensions of the "Evaluation Scales of The Psychological Skills of The Sportsmen". It is also found that there are significant relationships between its sub-dimensions. Keywords: Amateur, Skill, Psychological Skill, Professional, Sport.

SB954

SPORDA DUYGUNUN İŞLEVLERİ ÜZERİNE BİR DERLEME

[1]Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Sporda Psikososyal Alanlar, ANKARA

Email :

Duygu ve duyguyla ilişkili süreçler, bireyin psikolojik durumunu anlamada son otuz yılda artan bir şekilde ilgi odağı haline gelmiştir. Son yıllarda yapılan çalışmalar, duyguların bireyin karar verme (Schwarz, 2002), dikkat (Eysenck ve diğ., 2007), motivasyon (Izard, 1993) vb. gibi bilişsel faaliyetlerin üzerindeki etkisini ortaya koymaktadır. Bu kavramların sporcuların performansları açısından önemi düşünüldüğünde, duygunun spor ve sporcu psikolojisi açısından önemi yadsınamaz. Yarışma stresinin sebep olduğu nahoş duygular kontrol edilemediğinde performans da olumsuz etkilenebilmektedir. Hanin (2007) sporcuların optimum düzeyde performans geliştirebilecekleri zihinsel bir alan betimlediği modelinde duygu performans ilişkisine değinmiştir. Carin ve Barnett (2002), müsabaka öncesi kaygının idare edilmesinde duyguların önemini vurgulamış, aynı çalışmada duyguların yoğunluğunun belirlenmesinin yarışma stresiyle başa çıkmada kolaylaştırıcı olduğu belirtmiştir. Kazanma hırsı, rekabet, müsabaka kaygısı gibi bileşenlerin ortaya çıkardığı bazı duyguların rakip sporculara karşı saldırgan davranışları ortaya çıkarabilmektedir. Çoğu sporcunun sportif yaşantılarının erken yaşlarda başladığını düşünürsek, sürekli maruz kalınan rekabet ve yarışma ortamlarında duyguların düzenlenmesi, anlamlandırılması ve ifade edilmesi önem kazanmaktadır. Ancak, ülkemizde sporda bu kavramın çalışıldığı araştırmalar oldukça azdır. Bu çalışmanın amacı sporda duyguların işlevlerine genel bir bakış açısı ortaya koymak ve bu konuda farkındalık kazandırmaktır.

A COMPILATION ON FUNCTIONS OF EMOTION IN SPORT

Emotion and emotion-related processes have become increasingly the focus of interest in understanding the psychological state of the individual over the past three decades. Recent studies have shown the effects of emotions on cognitive activities such as individual decision making (Schwarz, 2002), attention (Eysenck et al., 2007), motivation (Izard, 1993). Considering the importance of these concepts in terms of the performances of athletes, the importance of emotion in terms of sports and sports psychology cannot be denied. Performance can also be adversely affected if the unpleasant emotions caused by competition stress cannot be controlled. Hanin (2007) refers to the relationship between emotion and performance in the model where athletes describe a mental area in which they can develop performance at optimum level. Carin and Barnett (2002) emphasized the importance of emotions in managing pre-competition anxiety, and stated that determining the intensity of emotions in the same study was a facilitator in dealing with the stress of competition. The ambition of winning , competition anxiety, and competition may reveal some of the aggressive behavior against rival athletes. Considering that most athletes start their sporting lives at an early age, it is important to regulate, express and significants emotions in the competition and competition environments that are constantly exposed. However, there is very little research in this country in our country. The aim of this study is to provide an overview of the functions of emotions in sports and to raise awareness on this issue.

SB958

DÜZENLİ EGZERSİZ YAPAN VE YAPMAYAN ERGENLERDE DEPRESYON DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Seçkin Şenışık*, [2]Seçkin Şenışık, [3]Oytun Hastürk**

[1]EGE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ SPOR HEKİMLİĞİ AD, İZMİR
[2]EGE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ SPOR HEKİMLİĞİ AD,İZMİR
[3]Kâtip Çelebi Üniversitesi Atatürk Eğitim Ve Araştırma Hastanesi, Çocuk Psikiyatrisi Birimi, İzmir

Email : *seckinsnsk@gmail.com, seckinsnsk@gmail.com, oytunhasturk@yahoo.com*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmada, düzenli egzersiz yapan ergenlerle yapmayanların depresyon düzeylerinin farklı olup olmadığının saptanması amaçlandı. Yöntem: Çalışmaya 14-18 yaşları arasında düzenli olarak egzersiz yapan 37 sporcu ve yapmayan 37 ergen gönüllü olarak katıldı. Sporcular çeşitli kulüplerde futbol ve basketbol oynuyordu. Tüm katılımcılara sosyodemografik veri formu ve depresyon düzeylerini değerlendirmek amacı ile Beck Depresyon Anketi uygulandı. Bulgular: İstatistiksel değerlendirilmede t testi kullanıldı. Düzenli egzersiz yapan ergenlerin Beck depresyon ölçeğinden aldığı puanlar, egzersiz yapmayan kontrollerden anlamlı düzeyde düşük bulundu (p=0.02). Bulgular; düzenli olarak egzersiz yapan ergenlerin depresyon düzeylerinin, düzenli egzersiz yapmayan ergenlerin depresyon düzeylerine göre daha düşük olduğunu göstermektedir. Sonuç: Düzenli egzersiz yapmanın depresyon süreçlerine karşı koruyucu etkide olduğu söylenebilir.

INVESTIGATION OF DEPRESSION LEVELS AMONG REGULARLY EXERCISING AND NON-EXERCISING ADOLESCENTS

Introduction and Aim: In this study, it was aimed to investigate depression levels of adolescents who exercise regularly, and to figure out whether they differentiate from non-exercising adolescents. Method: A total of 74 adolescents aged 14-18 voluntarily participated in this study, and were divided into equal numbered groups as regularly exercising teenagers and their nonexercising counterparts, who served as controls. The athletes were playing either football or basketball at various sport clubs. All participants completed the Beck Depression Inventory (BDI) to assess depression levels, and a socio-demographic data form. Results: T test was used for statistical analysis. BDI scores of adolescents who exercised regularly were statistically significantly lower (p=0.02) than those who were not exercising regularly. Accordingly, depression levels of adolescents who exercised regularly were found less than non-exercising adolescents. Conclusion: It is possible to conclude that regular exercising could be protective against depression.

SB961

ANKARA İLİNDE MÜCADELE SPORLARI İLE İLGİLENEN 10-14 YAŞ SPORCULARIN ATILGANLIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Ali Sarı*, [1]Baybars Recep Eynur, [1]Ali Sarı**

[1]Dumlupınar Üniversitesi, Kütahya

Email : *s.ali145306@gmail.com, baybars.eynur@dpu.edu.tr , s.ali145306@gmail.com*

Bu çalışmanın amacı, Ankara ilinde mücadele sporları ile ilgilenen 10-14 yaş sporcuların atılganlık düzeylerinin incelenmesidir. Araştırmanın evrenini; Ankara'da mücadele sporları ile aktif olarak uğraşan Ankara Gençlik Hizmetleri Spor Müdürlüğü lisanslı 18.436 kişi oluşturmaktadır. Tesadüfî örneklem yoluyla Ankara ilinde 195 kadın, 218 erkek sporcu toplamda 413 sporcu örnekleme dahil edilmiştir. İlk olarak araştırmanın amacına ilişkin mevcut bilgiler, literatürün taranmasıyla sistematik bir şekilde verilmiştir. Böylece konu hakkında teorik bir çerçeve oluşturulmuştur. İkinci olarak araştırmanın amacına ulaşmak için araştırmacı tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu, Rathus (1973) tarafından geliştirilen, Voltan (1980) tarafından Türkçeye uyarlanması yapılan atılganlık envanteri sporculara uygulanmıştır. Verilerin analizinde frekans, ortalama ve standart sapma puanlarına betimsel istatistik yöntemleri kullanılarak bakılmıştır. Verilerin analizi için atılganlık düzeyinin demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere, iki kategorili değişkenler için "Independent Samples T-Test" ve 2' den fazla kategorili değişkenler için ise "One Way ANOVA" testi kullanılmıştır. Analiz sonuçlarının yorumlanmasında grupların aritmetik ortalama değerleri ve anlamlılık değerleri (p) dikkate alınmıştır. Anlamlı farkların yorumlanmasında "0.05" anlamlılık düzeyi göz önünde bulundurulmuştur. Gruplar arasında anlamlı farklılıkların çıkması durumunda, hangi gruplar arasında anlamlı farklılıkların olduğunu tespit etmek amacıyla Post Hoc-Tukey, LSD testleri kullanılmış, Kruskal-Wallis H testinde ise sıra ortalamalarına (Mean Rank) bakılmıştır. Araştırma sonucunda; Araştırmaya katılan sporcuların, Rathus Atılgan Envanteri göre % 14.8'inin atılgan oldukları, % 84.2'sinin ise atılgan olmadıkları saptanmıştır. Araştırmaya katılan kick boks sporunu yapanların, güreş, karate, boks ve iska sporu yapanlara göre; muay thai, taekwondo, diğer uzak doğu sporlarını yapanların, güreş ve karate sporları yapanlara göre; milli sporcu olanların, milli sporcu olmayanlara göre; ulusal derecesi olanların, ulusal derecesi olmayanlara göre; yurtdışı derecesi olanların, yurtdışı derecesi olmayanlara göre daha yüksek atılganlık puanlara sahip oldukları tespit edilmiştir.

AN INVESTIGATION OF THE LEVELS OF FATIGUE IN 10-14 AGE SPORTS IN ANKARA.

The aim of this study is to examine the assertiveness levels of 10-14 year old athletes who are interested in fight sports in Ankara. The universe of your research; Ankara has 18,436 people licensed as Ankara Youth Services Directorate of Sports, dealing with fight sports. Through random sampling, a total of 413 athletes were included in the sample of 195 female and 218 male athletes in Ankara. First, the available information on the purpose of the research was given in a systematic way by searching the literature. Thus, a theoretical framework has been established. Secondly, the personal information form created by the researcher to achieve the purpose of the research was applied to the athletic inventory which was developed by Rathus (1973) and adapted to Turkish by voltan (1980). In the analysis of the data, frequency, mean and standard deviation scores were examined using descriptive statistical methods. "Independent Samples T-Test" for two-categorical variables and "One Way ANOVA" were used to determine if the assertiveness level varied according to demographic variables. In interpreting the analysis results, the arithmetic mean values and significance values (p) of the groups were taken into account. The significance level of "0.05" was taken into consideration in interpreting meaningful differences. Post Hoc-Tukey, LSD Tests were used to determine the significant differences between the groups in case of significant differences between the groups, while Mean Rank was observed in the Kruskal-Wallis H test. As a result of the research; It was found that 14.8% of the athletes participating in the survey have had assertiveness behavior style while 84.2% of then do not have this style according to the Rathus Assault Inventory. According to those who participated to survey it was found that; in the kick-boxing have higher assertiveness scores than wrestling.

SB962

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN SPORA YÖNELİK TUTUMLARININ İNCELENMESİ

***[1]Çağatay Dereceli*, [2]Gülsüm Baştuğ**

[1]Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi
[2]Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

***Email :** cagataydereceli@icloud.com, gbastug@mu.edu.tr*

İnsanlar, belli nesneler ve durumlar karşısında belli davranışlar göstermeyi öğrenir ve tutum geliştirirler. Küçük yaşlardan itibaren çocuklara ve genç bireylere spor kültürünün bireye yerleştirilmesi, spora karşı tutum ve alışkanlık kazandırılması söz konudur. Sporun fiziksel, psikolojik, sosyal yararlarının öğretilmesi spora yönelik tutumun pozitif olmasını sağlayacağı düşüncesinden yola çıkılarak üniversite öğrencilerinde spora yönelik tutum araştırma konusu haline gelmiştir. Çalışmanın amacı, üniversite öğrencilerinin spora yönelik tutumlarının incelenmesidir. Çalışmanın araştırma grubunu, 19-29 yaş aralığında olan, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencileri (n:285) ile Söke Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu (n:215) öğrencileri toplam 500 üniversite öğrencisi oluşturmuştur. Araştırmada veri toplama aracı olarak, araştırmacılar tarafından oluşturulan "Kişisel Bilgi Formu" ile Şentürk (2014) tarafından geliştirilen ve geçerlik güvenirliği yapılan "Spora Yönelik Tutum Ölçeği" kullanılmıştır. Güvenirlik hesaplama aşaması faktör analizi yapılarak son halini alan tutum ölçeğinin Cronbach-alfa iç tutarlılık katsayısı hesaplanmıştır. Bu çalışmanın güvenirlilik değeri 0,930 olduğundan verilerin güvenirliği oldukça yüksektir. Elde edilen verilerin değerlendirilmesi SPSS 20.00 istatistik programı ile yapılmıştır. Veriler; t-testi, tek yönlü varyans analizi (Anova) kullanılarak analiz edilmiştir. Sonuç olarak, araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin spora yönelik tutumları, yaş, cinsiyet, medeni durum, gelir düzeyi spor yapma sıklığı, amatör, profesyonel veya hiç spor yapmamış olma gibi değişkenlere göre incelenmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerin 219 kadın, 281 erkek öğrenci, normal öğretim 326, ikinci öğretim 174 kişi, spor yapma sıklığı her gün spor yapan (n:56), haftada 1 kez spor yapan (n:109), haftada 2-3 kez spor yapan (n:147), haftada 4-5 kez spor yapan (n:118), hiç spor yapmayan (n:70), amatör spor yapan (n:317), profesyonel spor yapan (n:97), hiç spor yapmayan (n:86) kişi bulunmaktadır. Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin demografik bilgiler değişkenine göre spora yönelik tutumları arasında anlamlı farklılık olup olmadığı araştırılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Üniversite öğrencileri, Spora yönelik tutum

THE EXAMINATION OF ATTITUDES OF UNIVERSITY STUDENTS TOWARDS SPORTS

People learn to exhibit certain behaviors and develop an attitude towards certain objects and situations. As of young ages, the sports culture is placed in children and young individuals and they are made to adopt an attitude and habit towards sports. Based on the thought that teaching physical, psychological and social benefits of sports shall enable the attitude towards sports to be positive, the attitude of university students towards sports has become a research subject. The aim of the present study is to examine the attitudes of university students towards sports. The research groups consisted of total 500 students, who were aged between 19 and 29 and were students of Aydın Adnan Menderes University, School of Physical Education and Sports (n:285) and the students of Soke Vocational School of Health Services (n:215). As a data collection tool; the "Personal Information Form" prepared by the researchers and the "Attitude Scale for Sports", which was developed by Senturk (2014) and the validity and reliability of which were carried out, were used in the study. The Cronbach-Alpha internal consistency coefficient of the attitude scale, the reliability calculation stage of which took its final form by carrying out a factor analysis, was calculated. Since the reliability value of the present study is 0,930, the reliability of the data is very high. The obtained data were evaluated using the SPSS 20.00 statistical program. The data were analyzed using t-test, one-way analysis of variance (Anova). In conclusion, the attitudes of university students taking part in the study towards sports were examined in terms of the variables, such as age, gender, marital status, level of income, frequency of doing sports, the state of being amateur, Professional or not

having done sports yet. It was found that 219 of the students taking part in the study were female, 281 of them were male; 326 of them were formal education students and 174 of them were evening education students; as the frequency of doing sports, the ones doing sports every day were (n:56), the ones doing sports once a week were (n:109), the ones doing sports twice-three times a week were (n:147), the ones doing sports four-five times a week were (n:118), the ones never doing sports were (n:70), the ones doing sports amateurishly were (n:317), the ones doing sports professionally were (n:97) and the ones never doing sports were (n:86) individuals. It was researched whether there was a significant difference between the attitudes of university students taking part in the study towards sports based on the variable of demographic characteristics. Key Words: University students, Attitude towards sport

SB965

SPOR TARAFTARLARININ TWITTER KULLANIM ALIŞKANLIKLARININ İNCELENMESİ: FIRAT ÜNİVERSİTESİ ÖRNEĞİ

[1]Yüksel Savucu, [1]Metin Yılmaz

[1]Fırat Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

Email : *,*

ÖZET Bu çalışmada; Fırat Üniversitesinde ki spor taraftarlarının Twitter kullanım alışkanlıkları ölçülmüş ve değerlendirilmiştir. Bunun yanı sıra sporun tarihsel gelişimi, hangi evrelerden geçerek ilgi ve endüstri alanı olduğu, spor ve taraftarlık kavramlarının ilişkisi, gelişen teknolojiler ile insan hayatına giren sosyal medya unsurunun, spor ve taraftarlık olgularını ne şekilde etkilediği gibi konular hakkında da ilgili literatürler taranarak gerekli bilgiler verilmiştir. Çalışmayı ön lisan ve lisans olmak üzere 40519 öğrencinin %2'lik bir kısmı oluşturmuş olup bu oranda 810 kişiye tekabül etmektedir. Çalışmamızda ise toplam 813 öğrenciye ulaşılmıştır ve bu katılımcılar rastgele örneklem yoluyla seçilip, anket uygulamasına tabi tutulmuştur. Mensubu olduğu spor kulübünün müsabakası hakkında Twitter uygulamasını ne sıklıkta, hangi durumlarda kullanıldığının analizleri yapılmıştır. Verilerin istatistiksel analizlerinin yapılmasında SPSS 21. 0 paket programından yararlanılmıştır. Gruplar arasında ki farklılıklar ki kare (X2)testi ile açıklanmışken, Twitter kullanım alışkanlıkları ile spor takımına olan hayranlık ve aidiyet arasında ki ilişki, Spearman Korelasyon (n=813) ile ortaya konulmuştur. Anahtar Kelimeler: Twitter, Fırat Üniversitesi, Taraftar, Spor, Sosyal Medya

INVESTIGATING OF THE TWITTER USAGE HABITS OF SPORTS FANS: FIRAT UNIVERSITY SAMPLE

ABSTRACT In this study; twitter usage of sports fans that are measured and evaluated at Fırat University. In addition to this about such topic as the historical development of sport, becoming interest and industrial area of sport, the relationship of sport and being a fan concepts, advancing technologies entered the social media component of human life with sports and how it affects the experience of fans are given the necessary information by reviewing the literature. The study includes 2 percent of 40519 students that are the students of undergraduate program and associate degree program. This rate corresponds to 810 people. It has been reached to 813 people in our study. The participants are selected by random sampling and they have been conducted a questionnaire. As a member of a sports club, they have been asked about their usage of Twitter on sports competition of their club and in which cases they use it. 21. 0 SPSS package program is used for statistical analysis of the data. The differences between groups are described with Chi-square (X2) test. The correlation between usage habit Twitter and a sense of belonging and admiration to a sports team have been demonstrated with Spearman's rank correlation (n=813). Keywords:Twitter, Firat University, Fans, Sports, Social Media

SB966

SPOR LİSESİ ÖĞRENCİLERİNİN ALGILANAN OKUL DENEYİMLERİ

***[1]Abdullah Bora Özkara*, [2]Arslan Kalkavan**

[1]Erzurum Teknik Üniversitesi
[2]Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi

Email : *boraozkara@gmail.com, akalkavan@gmail.com*

Bu araştırmanın amacı spor lisesi öğrencilerinin okul deneyimlerinin incelenmesidir. Araştırmanın örneklem grubu, Doğu karadeniz bölgesinde Trabzon, Rize ve Gümüşhane illerinde yer alan spor liselerinde öğrenimlerine devam eden 398 (148 =kız, 250= Erkek, $\bar{x}$=17,22 yaş) öğrenciden oluşmaktadır. Betimsel türde ve nicel yöntem çerçevesinde gerçekleştirilen araştırmada, veri toplama süreci gerekli izinlerin alınmasını takiben 2017-2018 eğitim öğretim dönemi 1. kanaat döneminde gerçekleştirilmiştir. Araştırmada veri toplama aracı olarak kişisel bilgi formu ile birlikte, Butcher, Amorose, Iachini & Ball (2012) tarafından geliştirilen Algılanan Okul Deneyimleri Ölçeğini(AOD)'nin, Akın ve Sarıçam (2014) tarafından Türkçeye uyarlanan versiyonu kullanılmıştır. 14 maddeden oluşan ölçekte Akademik baskı, akademik motivasyon ve okul bağlılığı altboyutları yer almaktadır. Verilerin aranlizleri SPSS istatistik paket programının 23. versiyonu ile gerçekleştirilmiştir. Analiz sonuçlarına göre erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre, lisanslı olarak spor yapanların lisanslı olmayanlara göre akademik baskı altboyutundan anlamlı olarak daha yüksek puan aldıkları görüşmüştür. Ayrıca milli sporcu olan öğrenciler ölçeğin tamamından ve okul bağlılığı altboyutundan milli olmayanlara göre anlamlı olarak daha düşük puan almışlarıdır. Bu sonuçlara göre genellleme olmaksızın erkek öğrencilerin ve lisanslı sporcu öğrencilerin daha yüksek akademik baskı, milli sporcu öğrencilerin ise daha düşük okul bağlılığı algılarına sahip oldukları söylenebilir.

PERCEIVED SCHOOL EXPERIENCES OF SPORTS HIGH SCHOOL STUDENTS

The purpose of this research is to examine the school experience of sports-high school students. The sample group of the study consisted of 398 students (148 = girls, 250 = male, $\bar{x}$= 17,22 age) who continued their education in sports high schools in the provinces of Trabzon, Rize and Gümüşhane in the Eastern Black Sea region. The research carried out in the context of descriptive type and quantitative method, the data collection process was carried out during the 1st period of the 2017-2018 academic year, following the receipt of the required permits from national education center. Perceived School Experiences developed by Butcher, Amorose, Iachini & Ball (2012) were used along with personal information form as a data collection tool in the research. The scale is adapted to Turkish by Akın and Sarıçam (2014). The 14-item scale includes academic pressure, academic motivation and school connectedness subscales. Analyzes of the data were carried out with the 23rd version of the SPSS statistical package program. According to these results, it can be said that male students and licensed student athletes have higher academic pressure and national student athletes have lower school connectedness perceptions without generalization. Keywords: Sports high school, academic pressure, academic support, dual careers

SB975

TÜRKİYE SPOR TOTO 3. LİG'İNDE OYNAYAN PROFESYONEL FUTBOLCULARIN DUYGUSAL ZEKÂ DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

[1]Murat Sarıkabak*, [2]Gülten Hergüner, [3]Nigâr Yaman, [3]Murat Sarıkabak, [4]Yusuf Soylu, [5]Tuncay Öcal

[1]Artın Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Bartın Türkiye
[2]Sakarya Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Sakarya, Türkiye
[3]Bartın Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Bartın Türkiye
[4]Siirt Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu, Siirt, Türkiye
[5]Aksaray Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Aksaray, Türkiye

Email : *msarikabakmsarikabak@bartin.edu.tr @bartin.edu.tr , herguner@sakarya.edu.tr, nyaman@bartin.edu.tr, msarikabak@bartin.edu.tr , yusufsoylu@siirt.edu.tr, tuncayocal@mynet.com*

Bu araştırma 2016-2017 yılında Türkiye Spor Toto 3.Lig'inde oynayan profesyonel futbolcuların duygusal zekâ düzeylerinin çeşitli değişkenler açısında incelemek üzere yapılmıştır. Araştırmaya Türkiye 3. Ligi'nde bulunan, Ankara Adliye Spor, Ankara Demir Spor, Kocaeli Spor, Adana Kozan Spor ve Erzin Spor takımlarında oynayan toplam 112 profesyonel futbolcu gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada, nicel desenli betimsel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak, araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu ve Schutte ve ark (1998) tarafından geliştirilen daha sonra Austin ve ark (2004) tarafından 41 madde olarak tekrar revize edilen ve Türkçe uyarlaması Arkun, Tok ve Saltukoğlu (2011) tarafından yapılan Gözden Geçirilmiş Schutte Duygusal Zekâ ölçeği kullanılmıştır. Veri analizi için SPSS 21 programı kullanılmıştır. Araştırma sonucu incelendiğinde, lisanslı spor yapma değişkeni ile duygusal zekâ arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. Profesyonel olma yaşı ile iyimserlik/ruh halinin incelenmesi ve duyguların kullanımı alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı saptanmıştır. Duyguların değerlendirilmesi alt boyutunda ve genel ortalamada ise, anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir. Mevki değişkeni ile iyimserlik/ruh halinin incelenmesi ve duyguların kullanımı alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir. Duyguların değerlendirilmesi alt boyutunda ve genel ortalamada ise, anlamlı bir fark olduğu görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Duygusal Zekâ, Futbol, Profesyonel Futbolcu

INVESTIGATION OF EMOTIONAL INTELLIGENCE LEVEL OF PROFESSIONAL FOOTBALL PLAYERS IN TURKISH 3TH LEAGUE

The research in Turkey 2016-2017 Spor Toto their emotional intelligence level of a professional footballer who plays for the 3rd Division was conducted to examine the different variables. Studies on Turkey in the 3rd league, Ankara Adliyespor, Ankara Demirspor, Sports Kocaeli, Adana, Kozan Sports Erzurum's sports teams and participated in a total of 112 professional footballer who played as a volunteer. In the research, descriptive survey model with quantitative pattern was used. The personal information form prepared by the researcher and the data revised by Schutte et al (1998) and revised as 41 items by Austin et al. The previous Schutte Emotional Intelligence scale was used. SPSS 21 program was used for data analysis. When the results of the study are examined, it is seen that there is no statistically significant difference between licensed sports and emotional intelligence. It was found that there was no statistically significant difference between the age of being a professional and optimism / mood analysis and the use of emotions. There was a significant difference in the evaluation of emotions sub-dimension and overall mean. It was determined that there was no statistically significant difference between position variable and optimism / mood and sub-dimensions of emotions. A significant difference was found in the evaluation of emotions sub-dimension and overall mean.

Keywords: Emotional Intelligence, Football, Professional Footballer

EGZERSİZ VE SPORDA BESLENME / NUTRITION IN EXERCISE AND SPORTS

SB63

PROFESYONEL VE AMATÖR ALTYAPI FUTBOLCULARININ BESLENME ALIŞKANLIKLARININ KARŞILAŞTIRILMASI

[1]Beril Köse, [1]Aysu Ayhan, [1]Esen Yeşil, [1]Merve Özdemir

[1]Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme Ve Diyetetik Bölümü, Ankara

Email : *, , ,*

Giriş ve Amaç: Bu çalışma, adölesan dönemdeki profesyonel ve amatör altyapı futbolcularının beslenme bilgi düzeylerinin ve beslenme durumlarının karşılaştırılması amacıyla yapılmıştır. Yöntem: Araştırma, profesyonel ve amatör olarak futbol oynayan toplam 185 altyapı sporcu üzerinde yürütülmüştür. Katılımcılara yüz yüze görüşme tekniği kullanılarak bir anket formu uygulanmıştır. Bu anket formunda katılımcıların sosyodemografik bilgilerine ait sorular, antropometrik ölçümleri ve beslenme durumlarının değerlendirilmesi için "Adölesanlarda Akdeniz Diyeti Kalite İndeksi (KIDMED)" bulunmaktadır. Ayrıca '24 Saatlik Besin Tüketim Kaydı' alınarak sporcuların enerji, makro ve mikro besin öğelerinin değerlendirilmesi yapılmıştır. Bulgular: Çalışmaya katılan futbolcuların yaş ortalaması 14.4±1.54 yıl, boy uzunluğu ortalaması 168.3±11.61 cm, vücut ağırlığı ortalaması 56.6±12.45 kg olarak belirlenmiştir. Amatör ve profesyonel futbolcuların vücut yağ yüzdeleri sırasıyla %14.6±6.74 ve %10.7±3.25 olarak saptanmıştır. Çalışmaya katılan tüm futbolcuların ortalama KIDMED puanı 6.9±2.26 olarak hesaplanmıştır. KIDMED puan değerlendirmesi açısından adölesan amatör ve profesyonel futbolcularının KIDMED puanları arasında istatistiksel açıdan fark saptanmamıştır (p>0.05). Amatör futbolcuların %9.8'i ve profesyonel futbolcuların %8.6'sı düşük diyet kalitesine sahiptir. Orta düzeyde diyet kalitesine sahip amatör ve profesyonel futbolcular ise sırasıyla %48.9 ve %48.4 olarak saptanmıştır. Çalışmaya katılan tüm futbolcuların günlük enerji alımları ortalaması 1705.9±619.05 kkal olarak bulunmuştur. Toplam enerjinin %42.9±10.16'sının karbonhidrattan, %19.4±4.72'sinin proteinden ve %37.7±9.03'ünün yağdan geldiği belirlenmiştir. Futbolcuların A vitamini ve E vitamini alım ortalamaları sırasıyla 997.8±1666.72 mcg ve 10.9±7.17 mg; tiamin, riboflavin, niasin, B6 ve B12 vitamini alım ortalamaları sırasıyla 0.7±0.32 mg, 1.4±0.71 mg, 11.8±6.50 mg, 1.3±0.58 mg ve 7.1±9.86 mcg; folat ve C vitamini alım ortalamaları ise sırasıyla 226.8±96.33 mcg ve 89.1±66.24 mg olarak saptanmıştır. Ayrıca futbolcuların günlük diyetle potasyum, kalsiyum, magnezyum, fosfor, demir ve çinko alımları sırasıyla 2131.4±937.19 mg, 772.8±402.41 mg, 235.5±95.40 mg, 1196.4±441.01 mg, 9.6±4.15 mg ve 10.3±4.24 mg olarak bulunmuştur. Sonuç: Adölesan amatör ve profesyonel futbolcuların KIDMED puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır. Beslenme bilgi düzeyini arttırmak için beslenme eğitimleri planlanmalıdır. Anahtar kelimeler: futbol, adölesan, beslenme, altyapı

COMPARISON OF NUTRITION HABITS OF YOUTH PROFESSIONAL AND AMATEUR SOCCER PLAYERS

Introductıon and Objectıves: The aim of this study was to compare nutrition knowledge and nutritional status of professional and amateur infrastructure soccer players in the adolescent period. Method: The study was conducted on a total of 185 youth footballer as professional and amateur. A questionnaire was applied to the participants using a face-to-face interview technique. This questionnaire included that questions about sociodemographic information, anthropometric measurements and Evaluation of the Mediterranean Diet Quality Index (KIDMED) to assessment of nutritional status. Also, footballers' energy, macro and micronutrient consumption were evaluated using '24- Hour Food Consumption Record'. Results: The mean age of participants were 14.4±1.54 years. The body fat percentages of amateur and professional youth players were determined as 14.6±6.74% and 10.7±3.25% respectively. The mean of KIDMED score of players was 6.9±2.26. There was no significant difference between KIDMED scores of professional and amateur players (p>0.005) The 9.8% of amateur players and 8.6% of professional players had low dietary qualities. The amateur and professional soccer players who had moderate dietary qualities were 48.9% and 48.4% respectively. The mean energy intake of participants was 1705.9±619.05 kcal. It was determined that 42.9±10.16% of the total energy was derived from carbohydrates, 19.4±4.72% from proteins and 37.7±9.03% from the lipids. The mean daily intake of vitamin A, vitamin E, thiamine, riboflavin, niacin,

vitamin B6, vitamin B12, folate and vitamin C were 997.8±1666.72 mcg, 10.9±7.17 mg, 0.7±0.32 mg, 1.4±0.71 mg, 11.8±6.50 mg, 1.3±0.58 mg, 7.1±9.86 mcg 226.8±96.33 mcg and 89.1±66.24 mg respectively. Besides, the mean daily intake of potassium, calcium, magnesium, phosphorus, iron and zinc were 2131.4±937.19 mg, 772.8±402.41 mg, 235.5±95.40 mg, 1196.4±441.01 mg, 9.6±4.15 mg and 10.3±4.24 mg respectively. Conclusion: There was no significant difference between KIDMED scores of professional and amateur youth soccer players. Nutrition training should be planned to increase the level of nutrition knowledge. Key words: soccer,

SB178

SPORCULARDA ANTİOKSİDAN KATKI KULLANIMI YARARLI MI ?

[1]Rahmi Ertan Anlı,

[1]Ankara Üniversitesi Gıda Mühendisliği Bölümü
[2]Ankara Üniversitesi Mühendislik Fakültesi Gıda Mühendisliği Bölümü, Ankara

Email : *anli@eng.ankara.edu.tr,*

Özet

Antioksidanlar, serbest radikallerin neden olduğu hücre hasarı, yaşlanma ve hatta kansere karşı savunma görevi gören kimyasal bileşiklerdir. Organizmamızda yüksek orandaki serbest radikaller, özellikle hızla salınan reaktif oksijen türevleri(ROS); nötrofiller, monositler ve vücut bağışıklık sistemi üzerinde etkili olarak önemli oksidatif hasara neden olurlar. Ayrıca, hücresel homeostaziyi de dolaylı olarak etkileyerek dengesini bozabilirler.

Özellikle eksantrik egzersiz uygulamalarında, germe yaparken aynı zamanda kasın daraltılmasının önemli düzeyde kas hasarına neden olabileceği bilimsel çalışmalarla kanıtlanmıştır. Kassal aktivitenin şiddeti ile ilişkili olarak; dolaşımdaki eritrosit miktarı, dolaşım hızı ve arterio-venöz oksijen farkı, yani aktif kasa bırakılan oksijen miktarı ve metabolik hız artmaktadır. Buna bağlı olarak da, egzersiz sırasında ve sonrasında ROS'ta belirgin bir artış meydana gelmektedir. Ancak, unutulmamalıdır ki, serbest radikallerin biyolojik yıkımlarına karşın, hücre temel fonksiyonlarının gelişiminde önemli fonksiyonları da vardır.

Konuyla ilgili olarak son yıllarda birçok bilimsel çalışma yapılmış ve bu çalışmaların çoğunda sporcuların antioksidan takviye kullanımlarının yararlı olduğu sonucuna varılmıştır. Ancak, diğer bazı çalışmalar, bazı durumlarda, yüksek dozda antioksidanlar içeren katkı alımının egzersizin olumlu etkilerini azalttığı, hatta zararlı olduğu vazodilatasyon ve insülin sinyallemesi gibi önemli ROS aracılı fizyolojik süreçlere müdahale ettiği belirlenmiştir. Burada kritik soru antioksidan dozunun miktar ve zamanlaması olarak karşımıza çıkmaktadır.

Bu çalışmada, sporculara takviye edici antioksidan alımının yararları, aşırı kullanımının olası zararları farklı bilimsel kaynaklardan elde edilen bulgular üzerinden tartışılmış ve özellikle bu katkıların hangi dozda ve ne zaman alınacakları üzerinde durulmuştur.

Anahtar kelimeler: Antioksidanlar, serbest radikaller, egzersiz

ANTIOXSIDANT SUPPLEMENTATION IS BENEFICIAL IN ATHLETES ?

Abstract

Antioxidants are chemical compounds that act as defenses against cell damage, aging, and even cancer, which are caused by free radicals. High levels of free radicals, particularly rapidly released ROS, are caused by a strong oxidative stress in the neutrophils, monocytes and skeleton of the immune system. They may also bring the cellular homeostasis out of balance indirectly. We know that exerciese, especially eccentric exercise, in which the muscle is contracting while simultaneously lengthening, can cause greatest amounts of muscle damage. Accordingly, a significant increase in ROS is released during and after exercise. Indeed, although ROS are associated with harmful biological events, they are also essential to the development and optimal function of every cell. Especially in recent years, many scientific studies on the subject have been made and it is stated that in most of these studies the use of supplemented antioxidants in the athletes is beneficial. However, some of theese studies demonstrated that, in certain situations, loading the cell with high doses of antioxidants leads to a blunting of the positive effects of exercise training and interferes with

important ROS- mediated physiological processes, such as vasodilatation and insulin signalling. Another aspect could be the timing of the antioxidant dose. In this study, the benefits of supplemental antioxidants intake in the athletes were discussed according to the data obtained from different scientific sources, and especially when and what doses should be taken.

Key words : Antioxidants, serbest radikal türevleri, exerciese

SB182

SPORCULARDA ERGOJENİK KATKI KULLANIMI YARARLI MI ?

***[1]Rahmi Ertan Anlı*, [2]Rahmi Ertan Anlı, [3]Mithat Koz**

[1]Ankara Üniversitesi Gıda Mühendisliği Bölümü
[2]Ankara Üniversitesi Mühendislik Fakültesi Gıda Mühendisliği Bölümü, Ankara
[3]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : *anli@eng.ankara.edu.tr, anli@eng.ankara.edu.tr,*

Günümüzde spor ve egzersiz giderek popülarite kazanmakta ve sağlıklı yaşamın önemli bir parçası olarak kabul edilmektedir. Özellikle performans sporu yapan sporcularda son yıllarda ergojenik katkı kullanımına olan ilgi ulusal ve uluslar arası düzeyde artmıştır. Özellikle, başarılı sporcuların ülkeleriyle özdeşleşmesi ve uluslar arası popülarite kazanması ergolenik katkılara olan ilginin önemli nedeni olarak kabul edilmektedir. Buna bağlı olarak da önemli bir hacme ulaşan ticari sektör oluşmuştur. Ergogenik yardım; enerji üretimi, kontrolü ve verimliliği dahil, enerji kullanımını arttırmanın herhangi bir yolu olarak tanımlanmaktadır. Sporcular performanslarını iyileştirmek ve yarışmada kazanma şanslarını artırmak için sıklıkla ergojenik yardıma başvurmaktadırlar. Ayrıca, performans sporlarında, geri kazanım mekanizması, trofik rejenerasyon sağlamakta, iç ortamın homeostazını ve fonksiyonel parametreleri de çalışmadan önce en iyi duruma getirmek amaçlanmaktadır. Diğer yandan, sporcularda ergojen katkı alımı fair-play anlayışının bozulması ve sporcuların aşırı zorlanması gibi olumsuz sonuçlar da doğurmuştur. Bu nedenle, bazı ergojenler yasaklı listede yer alıp yarışma öncesinde kullanımları uluslar arası yasa, yönetmelik ve yönergelerle yasaklanmış ve doping kapsamına alınmış, diğer bazıları için de yasaklama olmamasına karşın sporcularda kullanımı tartışmaya açılmıştır. Ancak, burada tartışılan ana konu gıdalarda doğal olarak bulunan ve gıda katkısı olarak sunulan, doping kapsamına girmeyen bazı ürünlerin hangi kapsamda değerlendirileceğidir. Kuşkusuz, sporcularda ergojenik katkı kullanımı profesyonel yardım gerektiren, bilinçli olarak yapılması gereken bir olgudur. Çalışmada, egojenik katkı kullanımının sporcu performansı ve toparlanma üzerine etkileri üzerinde durulmuş, bilinçli kullanımının yararları farklı bilimsel çalışmalar üzerinden değerlendirilerek tartışılmıştır.

Anahtar kelimeler : ergojenik destek, spor, doping, sağlık

IS ERGOGENİC SUPPLEMENTATION USEFUL TO SPORTSMEN?

Today, sports and exercise are gaining in popularity and are recognized as an important part of healthy life. In recent years, interest in the use of ergogenic additives has increased at the national and international level, especially for performers who are performing sports. In particular, the identification of successful athletes with their countries and their popularity in the international arenas are considered as important reasons for their interest in ergolenic contributions. As a result, the commercial sector, which has reached a significant volume, has formed. Ergogenic help; is defined as any means of increasing energy use, including energy production, control and efficiency. Athletes often resort to ergogenic aids in order to improve their performance and increase their chances of winning in the race. In addition, it is aimed to provide the recovery mechanism, trophic regeneration in the performance sports, the homeostasis of internal environment and the functional parameters before they work. For this reason, some ergogens are listed in the forbidden list and they are prohibited by international laws, regulations and directives prior to the competition and have been put into the scope of doping, while others have been prohibited to use in sports. However, the main topic discussed here is the extent to which certain products that are naturally present in foods and are not included in the scope of doping, which are presented as food additives, are to be evaluated. Certainly, the use of ergogenic additives in athletes is a must-do event, requiring professional help. In this study, the effects of the use of ergogenic additives on athlete performance and recovery were discussed, and the benefits of conscious use were discussed through different scientific studies.

Key words : ergogenic support, sports, doping, health

SB396

BASKETBOLCULARDA ANTRENMAN ÖNCESİ KULLANILAN ERGOJENİK BESİN TAKVİYESİNİN AEROBİK VE ANAEROBİK PERFORMANSA AKUT ETKİLERİ

***[1]Merve Nur Yaşar*, [1]Barbaros Demirtaş, [1]Onat Çetin, [1]Malik Beyleroğlu, [2]Salih Eker, [3]Alper Cenk Gürkan**

[1]Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, SAKARYA
[2]Sakarya Üniversitesi, SAKARYA
[3]Iğdır Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu

***Email :** merveyasar@sakarya.edu.tr, barbarosdemirtas54@gmail.com, onatcetin2007@gmail.com, mbeyler@sakarya.edu.tr , salihekerdr@hotmail.com, dralper06@mynet.com*

Giriş: Son yıllarda sporcular arasında performansı artırmak ve başarıyı daha kolay yakalamak için ergojenik yardım kullanımı yaygınlaşmıştır.Yasal bir ergojenik destek olarak birçok sporcunun dikkatini çeken antrenman öncesi (pre-workout) besin takviyeleri potansiyel ergojenik etkilerinden dolayı hem aerobik hem de anaerobik branş sporcuları tarafından kullanılmaktadırlar. Amaç: Bu çalışmanın amacı basketbolcularda antrenman öncesi kullanılan ergojenik besin takviyelerinin aerobik ve anaerobik performansa akut etkisini incelemektir. Yöntem: Araştırmaya, Sakarya Üniversitesi erkek basketbol takımı oyuncularından en az 5 yıldır düzenli spor yapan 20 erkek sporcu (yaş ort. 22,00±1,70, boy ort. 1,83±0,07, vücut ağırlığı ortalamaları 85,15±10,78, BKI ortalamaları 25,32±3,10) gönüllü olarak katılmıştır. Verilerin toplanmasında çift kör placebo kontrollü, çaprazlama metod kullanılmıştır. Sporcular placebo (n=10) ve pre-workout (n=10) olmak üzere iki gruba ayrılmışlardır. İlk ölçümlerin ardından 48 saat sonra placebo ve pre-workout grupları yer değiştirerek, aynı testler tekrar uygulanmıştır. Pre-workout grubuna testlerden 1 saat önce 200 mg katkısız meyve suyu içinde 17 gr (Big joy- Pre dator) verilmiştir, placebo grubuna yalnızca 200 mg katkısız meyve suyu verilmiştir. Sporcuların anaerobik performansını ölçmek amacıyla Countermovement Jump Test (CMJ) ve Running-based Anaerobic Sprint Test (RAST), aerobik kapasitelerini ölçmek için ise Yoyo Intermittent Recovery Test 1 (YIRT 1) uygulanmıştır. Elde edilen verilerin analizinde Wilcoxon eşleştirilmiş diziler testi uygulanmıştır. Bulgular: Sporcuların anaerobik performanslarına ilişkin yapılan Countermovement Jump Test sonuçları (CMJ)(p=0,004) ve RAST verilerinden elde edilen Relative Peak Power (p=0,001) ve Relative Average Power (p=0,012) değerleri arasında anlamlı bir fark bulunurken yorgunluk indeksi değerlerinde anlamlı bir fark bulunamamıştır (p=0,79). Aerobik performansa ilişkin YIRT 1 testinden elde edilen VO2Max değerleri arasında ise anlamlı fark olmadığı tespit edilmiştir (p=0,492). Sonuç: Araştırmaya katılan sporcuların atletik performans değişkenleri arasındaki fark incelendiğinde; Basketbolcularda antrenman öncesi (pre-workout) besin takviyesi kullanımının özellikle anaerobik güç verileri üzerinde akut etkisi olduğu görülürken, yorgunluk indeksi ve aerobik dayanıklılık testinden elde edilen veriler üzerinde akut etkisinin olmadığı görülmüştür. Anahtar Kelimeler:Basketbol, aerobik performans, anaerobik performans, preworkout, akut etki

ACUTE EFFECTS OF PRE-WORKOUT SUPPLEMENT ON AEROBIC AND ANAEROBIC PERFORMANCE OF BASKETBALL PLAYERS

Introduction:Pre-workout nutritional supplements that take the attention of many athletes as a legal ergogenic aid are used by both aerobic and anaerobic branch athletes due to potential ergogenic effects. Purpose:The aim of this study is to examine the acute effect of the pre-workout supplement on aerobic and anaerobic performance of basketball players. Method:Twenty male college basketball players who have played regularly at least for he last 5 years participated the study voluntarily (mean ± SD age 22,00±1,70 kg, height 1,83±0,07 cm, weight 85,15±10,78 kg, BMI 25,32±3,10).A double-blind placebo- controlled, cross- over method was used for the collection of data. The players were divided into two groups: placebo (n=10) and pre-workout (n=10). Placebo and pre-workout groups were replaced 48 hours after the initial measurements and the same tests were repeated. The pre- workout group was given 17 gr (Big joy- Pre-dator) in 200 mg of additive-free juice 1 hour before the test, only 200 mg of additive free juice was given to the placebo group. Countermovement Jump Test (CMJ) and Running-based Anaerobic Sprint Test (RAST) were used to measure the anaerobic performance of the athletes, and Yoyo Intermittent Recovery Test 1(YIRT 1) was used to measure aerobic capacities. Wilcoxon Signed

Rank Test was applied in the analysis of the obtained data. Findings:A significant difference was found the Countermovement Jump test results (CMJ)(p = 0,004), Relative peak power(p = 0,001) and Relative average power(p = 0,012) values obtained from RAST test data. There was no significant difference between the VO2max values obtained from the YIRT 1 test for aerobic performance(p = 0.492). Conclusion:After evaluating the differences between the athletic performance variables of the subjects in the study, it is seen that taking pre-workout nutritional supplementation has an acute effect on fatigue and aerobic endurance. Keywords:Basketball, aerobic performance, anaerobic performance, pre-workout, the acute effect

SB397

YILDIZ KATEGORİSİ ERKEK BOKSÖRLERİN BESLENME BİLGİ DÜZEYLERİ

[1]Öztürk Ağırbaş , [2]Erdil Keyf, [3]Eser Ağgön, [4]Murat Ozan

[1]Bayburt Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Antrenörlük Eğitimi Bölümü
[2]Erzincan Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Ana Bilim Dalı, Yüksek Lisans Öğrencisi
[3]Erzincan Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Beden Eğitimi Ve Spor Eğitimi Bölümü
[4]Atatürk Üniversitesi, Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi, Beden Eğitimi Ve Spor Eğitimi Bölümü

Email : *ozturkagirbas@bayburt.edu.tr, , ,*

Amaç: Bu çalışmanın amacı, yıldız kategorisinde (15-16 yaş) yarışan erkek sporcuların beslenme alışkanlıkları ve beslenme bilgi düzeylerini belirlemektir. Materyal Metot: Araştırmanın örneklemini Türkiye Liseler Arası Yıldız Erkekler Kategorisi Boks Şampiyonasında yarışan 15-16 yaş grubu sporculardan oluşmaktadır. Araştırmaya katılan sporculara 35 sorudan oluşan "Beslenme Bilgi Düzeyi" ölçeği uygulandı. Elde edilen veriler Independent Student T testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA-TUKEY) ile incelendi. Bulgular: Araştırmaya katılan boksörlerin büyük çoğunluğunun yeteri kadar beslenebildiği, öğünlerinde dört temel besin gruplarını dengeli olarak aldıkları, spor yaptıkları günlerde beslenmelerinde değişiklik yaptıkları, antrenman öncesi ve sonrası beslenmelerine dikkat ettikleri, düzenli beslenmenin performans üzerinde olumlu etkisi olduğunu düşündükleri ayrıca spor yaşı, millilik, sıklet, yeteri kadar beslenebilme, öğünlerin dört temel besin gruplarını tüketebilme, spor yaptıkları günlerde ve antrenman sonrası beslenmelerine dikkat etme değişkenlerine göre ölçek puanlarının orta seviyede olduğu ve gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı, antrenman öncesi beslenmelerine dikkat eden boksörler ile düzenli beslenmenin performans üzerinde olumlu etkisi olduğunu düşünen boksörlerin diğerlerine göre beslenme bilgi düzeylerinin anlamlı derecede yüksek olduğu, aile gelir düzeylerinin de beslenme bilgi düzeylerini etkilediği bulundu. Sonuç: Yapılan bu araştırmada, yıldız erkek boksörlerin beslenme bilgi düzeylerinin orta seviyede olduğu ve özellikle milli ve spor yaşı yüksek olanların bilgi düzeylerinin beklenenin aksine diğerlerinden farklı olmadığı söylenebilir. Anahtar Kelimeler: Yıldız Sporcu, Boks, Beslenme Bilgi Düzeyi

NUTRITION KNOWLEDGE LEVELS OF MALE BOXERS IN JUNIOR CATEGORY

Purpose: The purpose of this study is to determine the nutritional habits and nutritional knowledge levels of athletes competing in the boxing junior men category (15-16 years old). Material-Method: The sample of the study consists of athletes within the age group of 15-16 competing in the Turkish High School Junior Men's Boxing Championship. The "nutrition level" scale, consisting of 35 questions, was applied to the athletes who participated in the research. The data were analyzed using Independent Student T test and one-way variance analysis (ANOVA-TUKEY). Findings: The majority of the boxers involved in the study were found to be fed enough, received four fundamental food groups on a balanced basis in their meals, made changes in their diet on the days they do sports, paid attention to their pre-workout and post-workout nutrition, and thought that regular nutrition has a positive effect on performance, in addition, it was found that the scale scores were moderate according to the age of sports, national athlete status, weight, nutrition, eating four fundamental food groups of meals, taking care of nutrition during their days and after training, it was also found that there was no statistically significant difference between the groups, that there was a positive effect on the performance of regular nutrition with the boxers who paid attention to pre-workout nutrition and that the boxers with higher nutritional knowledge were significantly higher than the others, and that the nutritional knowledge levels were also influenced by their family income levels. Result: In this research, it can be said that the nutrition knowledge levels of star men boxers are in moderate level and it can be said that the levels of knowledge, especially those with national athlete status and high sports age, is not different from others, in contrast to expectations. Key words: Junior Athlete, Boxing, Nutrition Knowledge Level

SB415

AKUT L-ARJİNİN SUPLEMENTASYONUNUN TEKRARLI SPRİNT YETENEĞİ PERFORMANSINA ETKİSİ

***[1]Abdulkadir Birol*, [2]Abdulkadir Birol, [3]Fatma Nişancı Kılınç, [4]Gökhan Deliceoğlu, [5]Esra Dilek Keskin**

[1]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara
[2]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA
[3]Kırıkkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme Ve Diyetetik Bölümü, KIRIKKALE
[4]Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, KIRIKKALE
[5]Kırıkkale Üniversitesi Tıp Fakültesi Fizik Tedavi Ve Rehabilitasyon Anabilim Dalı, KIRIKKALE

***Email :** birol_kadir@hotmail.com, birol_kadir@hotmail.com, fatmanisanci@kku.edu.tr , deliceoglugokhan@hotmail.com, drdilekkeskin@yahoo.com*

Giriş: L-arjinin, yoğun egzersizlerde toparlanmayı hızlandırma yeteneği iddası ile sporcular tarafından yaygın olarak kullanılan bir amino asittir.

Amaç: Bu çalışma, 18-21 yaş arasındaki futbolcularda akut L-arjinin suplementasyonunun tekrarlı sprint yeteneği performansı üzerine etkisini araştırmak amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Çalışma, Türkiye 1. Liginde 21 yaş altı futbol takımında oynayan 18-21 yaş arasında gönüllü 20 sağlıklı erkek futbolcuda yürütülmüştür. Futbolcuların genel özellikleri, beslenme alışkanlıkları sorgulanmış, antropometrik ölçümleri alınmıştır. Çalışma çift kör plasebo kontrollü tasarımda yapılmıştır. Futbolculara 500 ml su ile 0,15 g/kg/gün rölatif dozda L-arjinin ya da plasebo rastgele olarak tekrarlı sprint yeteneği testinden (TSYT) 1 saat önce verilmiştir. 12x20 m TSYT protokolü her sprint arasında 30 saniyelik toparlanma aralığıyla sentetik çim futbol sahasında uygulanmış ve koşu sürelerinin saptanması amacıyla fotosel sistem kullanılmıştır.

Bulgular: Çalışma kapsamındaki futbolcuların (n=19) hepsi erkek olup, Arjinin grubu (n=10) yaş ortalaması 18.30±0.48 yıl, Plasebo grubunun (n=9) yaş ortalaması ise 18.33±0.50 yıldır. Çalışmadaki futbolcuların %85'inin daha önce hiç L-arjinin kullanmadığı, %70'inin L-arjinin hakkında bir bilgisinin olmadığı ve daha önce hiçbir besin takviyesi kullanmadığı belirlenmiştir. Suplementasyon sonrası gerçekleştirilen 12 sprintten sadece TSYT 9. sprint süresinin arjinin grubunda plasebo grubuna göre %5.24 daha hızlı olduğu ve bu farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulunmuştur ($p<0,05$). Ayrıca en yavaş sprint süresinin plasebo grubunda daha yüksek olduğu görülmüştür ($p<0,05$). Ancak sprint düşüş yüzdesi, toplam sprint süresi, kan basıncı ve kalp atım hızı (KAH) bakımından gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>0,05$).

Sonuç: Bu çalışmada futbolculara rölatif dozda verilen akut L-arjinin suplementasyonunun KAH, kan basıncı ve TSYT toplam sprint süresi ile sprint düşüş yüzdesi üzerinde önemli bir etkisinin olmadığı belirlenmiştir.

THE EFFECT OF ACUTE L-ARGININE SUPPLEMENTATION ON REPETITIVE SPRINT ABILITY PERFORMANCE

Introduction: It is claimed that L-arginine, an amino acid used by the athletes, accelerates the recovery in high intensity exercise.

Aim: The objective of this study is to determine the effect of acute L-arginine supplementation on repetitive sprinting ability performance in football players aged between 18-21.

Methods: The study was conducted in 20 volunteer healthy male football players, ages of 18 and 21 who played in the under-21 football team in the 1st league of Turkey. General characteristics of football players were questioned and their anthropometric measurements were taken. The study was conducted in a double-blind placebo-controlled design. Football players were randomly given 0.15g/kg/day relative dosage L-arginine or placebo with 500ml of water 1 hour before repeated sprint ability test (RSAT). The 12x20m RSAT protocol was applied in the synthetic turf football field with a recovery interval of 30 seconds between each sprint and the photocell system was used to determine running time.

Results: All of the football players within the scope of the study (n=19) are male. The mean age of the arginine group (n=10) is 18.30±0.48 years and placebo group (n=9) is 18.33±0.50 years. It is determined that 85% of the players never used L-arginine, and any nutritional supplements. It is found that only the ninth sprint time of the 12 sprints performed after the supplementation was 5.24% faster than the placebo group in the arginine group ($p<0,05$). In addition, the slowest sprint time was higher in the placebo group ($p<0,05$). However, no statistical difference was found between the groups in terms of sprint decrement score, total sprint time, blood pressure and heart rate (HR) ($p>0,05$).

Conclusion: In this study, it was determined that the supplementation of acute L-arginine administered to players had no significant effect on HR, blood pressure and RSAT total sprint time and sprint decrement percentage.

SB417

TAEKWONDO SPORCULARININ BESLENME DESTEK ÜRÜNLERİ KULLANIMININ DEĞERLENDİRİLMESİ

[1]Manisa Celal Bayar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Manisa

Email :

Amaç: Bu çalışmanın amacı taekwondo sporu ile ilgilenen erkek ve kadın sporcuların, beslenme destek ürünleri hakkında bilgi düzeylerini ve kullanım durumlarını belirlemektir. Yöntem: Örneklem grubu taekwondo sporunu aktif olarak yapan, 300 erkek ve kadın sporcular dan oluşturulmuştur. Elde edilen verilerin aritmetik ortalama, standart sapma ve yüzde frekans (%) dağılımları hesaplanmıştır. Bulgular: Sporcuların yaş ortalaması erkeklerde; 21,97±4,64 kadınlarda;21,33±3,83, vücut ağırlıkları ortalamaları erkeklerde; 72,89 ±12,13 (kg), kadınlarda; 59,03±13,07 (kg), vücut boy uzunluğu erkeklerde; 180,93±8,064 (cm), kadınlarda; 169,42 ±6,48 (cm) olarak tespit edilmiştir. Erkek sporcuların; % 47,4'ü, kadın sporcuların %41,7'si beslenme destek ürünlerini kullandıkları, erkek sporcular tarafından en çok tercih edilen ürünlerin, erkek sporcularda protein tozu; (%38), aminoasit; (%18,2), vitamin; (%13,5), mineral; %8,9, kreatin; (%9,4) olduğu tespit edilmiştir. Kadın sporcularında da aynı ürünleri kullandığı ve bu ürünlerin protein tozu; (%30,6), aminoasit; (%15,7), vitamin; (%18,5), mineral; %13, kreatin; (%8,3) olduğu tespit edilmiştir. Taekwondo sporcularının beslenme destek ürünlerini kullanma nedenlerini erkeklerin; %65,1'inin, kadınların; %67,6'sının sportif performanslarını artırmak ve erkeklerin; %17,2'sinin, kadınların; %17,6'sının da yorgunlukla başa çıkabilmek için olduğu tespit edilmiştir. Kas kütlesinin artışı için fazla alınan proteinin zararlı olduğunu düşünenlerin yüzdelik oranı erkek sporcularda; %59,4, kadın sporcularda; %65,7 oldu. Sonuç: Çalışma sonuçlarımız göstermektedir ki taekwondo sporuyla uğraşan sporcular, sportif performanslarını arttırmak amacıyla beslenme destek ürünlerini yüksek düzeyde kullandıkları görülmektedir. Beslenme destek ürünlerini kullanan sporcuların bir uzman gözetiminde bu ürünleri kullanmaları sporcu sağlığı açısından önem arz etmektedir. Anahtar Kelimeler: Beslenme destek ürünleri, Taekwondo, Beslenme

EVALUATION OF THE USE OF NUTRITION SUPPORT PRODUCTS IN TAEKWONDO ATHLETES

Purpose: The purpose of this study was to determine the use of nutrition support products by male and female athletes who are involved in taekwondo and their level of knowledge in this respect. Method: The sample group was formed with male and female athletes 300 who are actively involved in taekwondo. The arithmetic average, standard deviation and percent frequency (%) distributions of the obtained data were calculated. Results: It was determined that the average age of the athletes is 21,97±4,64 in males and 21,33±3,83 in females; the average body weight is 72,89 ±12,13 (kg) in males and 59,03±13,07 (kg) in females; the body length is 180,93±8,064 (cm) in males and 169,42 ±6,48 (cm) in females. It was stated that 47,4% of male athletes and 41,7% of female athletes use the nutrition support products and the most preferred products by male athletes are protein powder (38%); amino acid (18.2%); vitamin (13.5%); mineral 8.9%; creatine (9.4%). It was found that female athletes also use the same products and these products are protein powder (30.6%); amino acid (15.7%); vitamin (18.5%); mineral 13%; creatine (8,3%). Reasons for Taekwondo athletes to use nutrition support products was to improve their athletic performance for 65.1% of males and 67.6% of females, and to cope with the fatigue for 17.2% of males and 17.6% of females. The percentage of participants who thought that excess protein for the increase of muscle mass is harmful was 59.4% for male athletes and 65.7% for female athletes. Conclusion: Our study results show that athletes who are involved in Taekwondo use nutrition support products at a high level in order to increase their athletic performances. It is important for athletes using nutrition support products to use these products under the supervision of an expert for their health. Keywords: Nutrition support products, Taekwondo, Nutrition

SB449

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN SAĞLIKLI YAŞAM BİÇİMİ DAVRANIŞLARI İLE YEME TUTUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN ARAŞTIRILMASI

***[1]Erkan Çimen*, [2]Alparslan Ünveren, [2]Mert Kayhan, [3]Mustafa Topraklı**

[1]Süleyman Demirel Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ISPARTA
[2]Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, KÜTAHYA
[3]Isparta Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, ISPARTA

***Email :** erkcmn@hotmail.com, alparslanunveren@gmail.com, kayhan.mert@gmail.com, mustafatoprakli@gmail.com*

Üniversite Öğrencilerinin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları ile Yeme Tutumları Arasındaki İlişkinin Araştırılması

Giriş ve Amaç: Çalışmamız spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının, beslenme alışkanlıkları ile yeme tutum ve davranışları belirlemek amacıyla yürütülmüştür.

Yöntem: Araştırmanın örneklemini; Süleyman Demirel Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi bünyesinde okuyan 399 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırma verileri; öğrencilerin demografik bilgileri formu ile Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği (SYBDÖ) ve Yeme Tutum Ölçeği uygulanarak toplanmıştır. Araştırmada SPSS paket programı kullanılarak korelasyon analizi uygulanmıştır.

Bulgular: Araştırmaya katılan öğrencilerin korelasyon analizi sonucunda ise elde edilen bulgulara göre sağlıklı yaşam biçimi alt boyutlarından Stres Yönetimi, Kendini Geliştirme ve Sağlık Sorumluluğu alt boyutları ile Yeme Tutumu arasında pozitif yönde zayıf bir ilişki tespit edilmiştir ($p<0.05$).

Sonuç: Spor bilimleri fakültesindeki öğrencilerin sağlıklı yaşam biçimi davranışları ve yeme tutumu faktörlerinin birbirini etkilediği bulunmuştur.

Anahtar kelimeler: Sağlıklı yaşam biçimi, yeme tutumu, üniversite öğrencileri

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN HEALTHY LIFESTYLE BEHAVIORS AND EATING ATTITUDES OF UNIVERSITY STUDENTS

Investigation of the Relationship between Healthy Lifestyle Behaviors and Eating Attitudes of University Students Introduction and

Goal: Our study was conducted to determine healthy lifestyle behaviors, eating habits, eating attitudes and behaviors of sport science faculty students.

Method: The sample of the research consists of 399 students who study in Suleyman Demirel University Department of Sports Sciences. The research data were collected by applying the demographic information form of the students and the Healthy Lifestyle Behaviors and the Eating Attitude Scale. Correlation analysis was applied by using SPSS package program.

Findings: As a result of the correlation analysis of the students who participated in the research, a weak relationship was found between the Healthy Lifestyle Behaviors subscales Stress Management, Self-Improvement and Health Responsibility and Eating Attitudes according to the findings obtained ($p<0.05$).

Result: Healthy lifestyle behaviors and eating attitudes of students in the sport sciences faculty were found to influence each other. Key words: Healthy lifestyle, eating habits, university students

SB461

SPORCULARA UYGULANAN YÜKSEK ŞİDDETLİ İNTERVAL ANTRENMANLARIN KANDAKİ MİKROBESİN ÖĞELERİNİN DÜZEYİNE ETKİSİ

***[1]Gökmen Özen*, [2]Özdemir Atar, [2]Hürmüz Koç, [1]Hüseyin Özden Yurdakul, [3]Bayram Pehlivan**

[1]Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Bölümü, ÇANAKKALE
[2]Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Antrenörlük Eğitimi Bölümü, ÇANAKKALE
[3]İstanbul Gelişim Üniversitesi, Hareket Ve Antrenman Bilimleri Anabilimdalı, İSTANBUL

***Email :** gokmenozen44@gmail.com, oatar@gelisim.edu.tr, hurmuzkoc@gmail.com, yurdakul@comu.edu.tr,*

Amaç: Araştırmanın amacı düzenli antrenman yapan sporculara uygulanan 6 haftalık yüksek şiddetli interval antrenman programının sporcuların mikrobesin ve eser element düzeyleri üzerindeki etkisinin incelenmesidir.

Yöntem: Araştırmaya son 5 yıl boyunca düzenli antrenman yapan 28 erkek sporcu dahil edildi. Sporcular kontrol ve deney grubu olarak üzere gruplandırıldı. 6 hafta boyunca kontrol grubuna haftada üç gün hazırlanan standart antrenman programı uygulanırken, deney grubuna ise aynı süre içerisinde standart antrenman programlarına ek olarak yüksek şiddetli interval antrenman programı uygulandı. Araştırma kapsamında katılımcıların 6 haftalık antrenman programı öncesi ve sonrasında kan örnekleri alındı. Alınan kan örneklerinden sporcuların demir, ferritin, kreatin, kalsiyum, sodyum, albümin, folat, D ve B 12 vitamin düzeyleri belirlendi. Bu parametrelere ait ön ve son test değerleri SPSS 15 paket programında Wilcoxon İşaretli Sıralar test protokolü kullanılarak analiz edildi. Araştırmada istatistiksel anlamlılık düzeyi $p < .05$ olarak kabul edildi.

Bulgular: Araştırmada kontrol ve deney gruplarının mikrobesin ve eser element düzeylerini gösterir ön ve son test sonuçlarına ait istatistiksel analiz sonuçlarına göre; 6 haftalık süreç sonunda kontrol grubunun kalsiyum ve sodyum değerlerinde düşüş ve demir değerlerinde anlamlı bir artış olduğu belirlendi. Yüksek şiddetli interval antrenmanlara katılan deney grubunda ise kalsiyum ve albümin değerlerinde düşüş ancak D vitamini düzeyinde anlamlı bir artış olduğu belirlendi.

Sonuç: Araştırma sonucunda 6 haftalık yüksek şiddetli antrenmanların sporcuların fiziksel performans üzerindeki etkisi ispatlanmış olan D vitamini seviyesinde anlamlı bir artışa neden olduğu, incelenen diğer mikrobesin düzeylerindeki değişimin ise standart antrenman yapan sporcularla benzer olduğu veya istatistiksel olarak önemli bir farklılık yaratmadığı görüldü.

Anahtar Kelimeler: Antrenman, İnterval, Mikrobesin, Hematoloji

THE EFFECT OF HIGH-INTENSITY INTERVAL TRAINING ON THE STATUS OF MICRONUTRIENT ELEMENTS IN WELL TRAINED ATHLETES

Purpose: The purpose of this study is to investigate the effect of a 6 week high intensity interval training program on well- trained athletes' micronutrient and trace element levels.

Method: Twenty-eight male athletes who regularly trained during the last 5 years were included in the study. Athletes were grouped into control and experimental groups. During the 6-week period, the standard training program prepared three days a week was applied to the control group while the experimental group was given the high-intensity interval training program in addition to the standard training programs. Blood samples were taken before and after the participants' 6-week training program. Vitamin levels of iron, ferritin, creatine, calcium, sodium, albumin, folate, D and B 12 of the athletes were determined. The pre- and post-test values of these parameters were

analyzed using the Wilcoxon Signed Ranks test protocol in the SPSS 15 packet program. The level of statistical significance in the study was accepted as $p < .05$.

Results: According to the statistical analysis results of pre- and post-test results showing micronutrient and trace element levels of control and experimental groups in the study, At the end of the 6-week period, the control group showed a decrease in calcium and sodium values and a significant increase in iron values. In the experimental group participating in high-intensity interval training, it was determined that the calcium and albumin values decreased but the vitamin D level significantly increased.

Conclusion: The results of the study showed that 6 weeks of high intensity training resulted in a significant increase in the level of proven D vitamins in the athletes' physical performance, and that the change in other micronutrient levels observed was similar to that of the standard training athletes or not statistically significant.

Keywords: Interval, Training,Micronutrient, Hematology

SB466

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOKULU ÖĞRENCİLERİNİN ÖZGEÇMİŞLERİNE GÖRE DOPİNG BİLGİ DÜZEYLERİNİN BELİRLENMESİ

***[1]Büşra Cirit*, [1]Sebiha Gölünük Başpınar**

[1]Afyon Kocatepe Üniversitesi, Afyonkarahisar

Email : *busra.cirit@hotmail.com, sgolunuk@aku.edu.tr*

ÖZET Müsabakalar da rakibe üstünlük sağlama ve kazanma arzusu, sporcuların genelinde alternatif arayışlara yönelmelerine neden olmuştur. Antrenmanlara ilaveten fiziksel ve zihinsel performansı artırmaya yönelik bazı maddeleri ki bunların başında da doping kullanımı gelmektedir. Sporcuların doping kullanımını durdurmak için öncelikle zararlı etkileri ve hukuki durumu hakkında bilgi sahibi olmaları sağlanmalıdır. Bu çalışmada Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda öğrenim görmekte olan öğrencilerin doping kullanımı hakkındaki düşüncelerinin ve bilgi düzeylerinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Çalışmaya yaş ortalamaları 21.7±1.94 yıl olan 166 erkek 134 kadın olmak üzere toplam 300 sporcu katılmıştır. Katılımcılara demografik özellikleri ve doping kullanım düzeylerini ölçmeye yönelik sorulardan oluşan anket formu uygulanmıştır. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler, frekans analizi ve ki-kare analizi kullanılmıştır. Sporcuların çevrelerinde doping kullanan sporcu veya sporcular bulunma durumu ve yeterli beslenemeyen sporcuların doping talepleri, ile spor yapma yıllarına göre istatistiksel anlamlılık görülmüştür ($p<0.05$ $p<0.01$) Katılımcılar çevrelerinde doping kullanan sporcu olmadığını 1-2 yıl spor yapanların %48,8 i ve 7-8 yıl spor yapanlar %72,3ü hayır cevabıyla bildirmişlerdir. Katılımcıların %47,0 ı doping hakkında bilgi sahibi olmadıkları ve %53,7 si dopingin büyük yan etkilerinin olduğunu bildikleri saptanmıştır. Gen dopingi hakkında bilgiye sahip olmayanların oranı ise %76,3 olarak belirlenmiştir. Spor yapma süresinin doping bilgi düzeylerini etkilediği görülmektedir.Sonuç olarak dopingle ilgili yapılan bu araştırmada sporcuların arasında doping kullanım bilincinin yüksek olduğu fakat doping hakkında yeterli bilgisi olmayanların da var olduğu görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Doping kullanımı, sporcularda doping bilinci,

DOPING KNOW LEDGE LEVELS DETERMINATION FOR PHYSICAL EDUCATION AND SPORT COLLEGE STUDENTS

ABSTRACT The desire of gaining success and winning towards opponent in competitions have caused the athletes to look for about alternatives researches. In addition to the training using of doping comes in the first some matters that lead to increase the physical and mental performance. The athletes should know first to stop doping usage principally about harm affect and legal status. In this study, determination of knowledge lovels and opinion for the students that study in physical education and sport departmant regarding doping. Age between 21.7 ± 1,94 of students 166 man 134 women totaly 300 athletes have participated to this study anquet form which contains questions towards measuring of doping levels and demographic specifications has been applied to participate . Descriptive statistic within data analyse frequency analyse x-square have been used. There was statistically significant difference between sportsman and athletes who used doping in sports circles and doping demands of sportsmen who did not get enough nutrition ($p <0.05$ $p <0.01$) Seven-eight years of sportsmen reported 72.3% with no response. It was determined that 47.0% of the participants had no knowledge about doping and 53.7% knew that doping had major side effects. The rate of those who did not know about gene doping was determined as 76.3%. It is seen that the duration of the sport affects the doping knowledge levels. As a result, this research which is related to the doping, it is seen that the doping usage consciousness among the athletes is high, but there are also those who do not have sufficient information about doping.

Key words: Doping usage ,doping conscious of athletes

SB474

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİNDE LİSANS EĞİTİMİ ALAN ÖĞRENCİLERİN İNTERNET BAĞIMLILIĞI VE YEME DAVRANIŞLARININ İNCELENMESİ

***[1]Mustafa Topraklı*, [2]Alparslan Ünveren, [2]Mert Kayhan, [3]Erkan Çimen**

[1]ISPARTA UYGULAMALI BİLİMLER ÜNİVERSİTESİ ISPARTA
[2]DUMLUPINAR ÜNİVERSİTESİ BESYO KÜTAHYA
[3]SÜLEYMAN DEMİREL ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ISPARTA

***Email :** mustafatoprakli@gmail.com, alparslanunveren@gmail.com, kayhan.mert@gmail.com, erkcmn@hotmail.com*

Giriş ve Amaç: Çalışmamız spor bilimleri fakültesinde lisans düzeyinde eğitim alan öğrencilerin internet bağımlılığı ve yeme davranış durumlarının incelenmesidir.

Yöntem: Araştırmaya Süleyman Demirel Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi bünyesinde okuyan 101 kadın ve 264 erkek olmak üzere toplam 365 öğrenci gönüllü olarak katıldı. Araştırma verilerini toplamak amacıyla demografik bilgi formu, Young İnternet Bağımlılığı Testi Kısa Formu ve Üç Faktörlü Yeme Ölçeği Kısa Formu kullanılmıştır. Araştırmada SPSS paket programı kullanılarak korelasyon analizi uygulanmıştır.

Bulgular: Araştırmaya katılan öğrencilerin korelasyon analizi sonucunda ise elde edilen bulgulara göre internet bağımlılığı puanları ile Üç Faktörlü Yeme puanları arasında pozitif yönde zayıf bir ilişki tespit edilmiştir ($p<0.05$).

Sonuç: Elde edilen sonuçlar neticesinde internet bağımlılığının olumsuz yeme davranışlarının artmasının nedeni olabileceğini göstermiştir.

INVESTIGATION OF INTERNET ADDICTION AND EATING BEHAVIORS OF UNDERGRADUATES IN THE FACULTY OF SPORTS SCIENCES

Introduction and Goal: The purpose of our study is to examine the internet addiction and eating behavior of students who are studied at undergraduate level in the sport sciences faculties.

Method: 365 students (101 female and 264 male) participated in the research voluntarily as part of the Faculty of Sport Sciences at Suleyman Demirel University. Demographic information form, Young Internet Addiction Test Short Form and Three Factor Eating Short Form were used to collect research data. Correlation analysis was applied by using SPSS package program.

Findings: As a result of the correlation analysis of the students who participated in the research, it was found that there was a weak correlation between internet addiction scores and three factor eating scores ($p<0.05$).

Result: The results have shown that internet addiction may be the reason for the increase of negative eating behavior.

SB490

EGZERSİZ YAPAN BİREYLERİN DİYET KALİTESİ İLE FİZİKSEL AKTİVİTE DÜZEYİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

[1]Alparslan Ünveren, [1]Mert Kayhan, [2]Ömür Gülfırat, [3]Filiz Özyiğit

[1]Kütahya Dumlupınar Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, KÜTAHYA
[2]İstanbul Gelişim Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, İSTANBUL
[3]Kütahya Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Tıp Fakültesi Farmakoloji Anabilim Dalı

Email : *ogulfirat@gelisim.edu.tr, alparslan.unveren@dpu.edu.tr, mert.kayhan@dpu.edu.tr, Filiz.ozyigit@ksbu.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Çalışmamızın amacı düzenli egzersiz yapan bireylerin diyet kalitesi ile fiziksel aktivite düzeylerin arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

Yöntem: Araştırmaya İstanbul'da düzenli egzersiz yapan 18 yaşından büyük 300 yetişkin katılmıştır. Bireylerin diyet durumlarının tespiti için Akdeniz Diyeti Kalite İndeksi ve fiziksel aktivite düzeylerinin tespiti için de Uluslararası Fiziksel Aktivite Ölçeği kullanılmıştır. Frekans ve korelasyon analizleri IBM SPSS 23 programında yapılmıştır.

Bulgular: Araştırmaya katılan bireylerin korelasyon analizi sonucunda elde edilen bulgulara göre diyet kalite puanları ile fiziksel aktivite düzeyleri arasında pozitif yönde zayıf bir ilişki tespit edilmiştir ($r:0.228$, $p<0.05$).

Sonuç: Elde edilen sonuçlar neticesinde diyet kalitesi ile fiziksel aktivite arasında olumlu bir etkileşimden söz edilebilir.

Anahtar kelimeler: Akdeniz diyeti, beslenme, egzersiz

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN DIET QUALITY AND PHYSİCAL ACTIVITY LEVEL OF EXERCISE INDIVIDUALS

Introduction and Goal: The aim of our study is to examine the relationship between diet quality and physical activity levels of individuals who exercising regularly.

Method: 300 adults aged 18 or older who regularly exercise in Istanbul attended the study. The Mediterranean Diet Quality Index for the determination of dietary status of individuals and the International Physical Activity Questionnaire were used for the determination of physical activity levels. Frequency and correlation analyzes were performed in IBM SPSS 23 program.

Findings: According to the findings obtained from the correlation analysis of the subjects participating in the research, a weak correlation was found between the diet quality scores and the physical activity levels in the positive direction ($r:0.228$, $p<0.05$).

Result: As a result of the results obtained, a positive interaction between diet quality and physical activity can be mentioned.

Key words: Mediterranean diet, nutrition, exercise

SB530

SATRANÇ SPORCULARININ BESLENME DURUMLARINI VE YAŞADIĞI SAĞLIK SORUNLARININ ARAŞTIRILMASI

***[1]Aytekin Hamdi Başkan*, [2]Muhammed Güner, [1]Asiye Hande Başkan, [3]Aygül Çağlayantunç , [4]Ayça Genç, [5]Hikmet Türkay**

[1]Giresun Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi,GİRESUN
[2]Giresun Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü,GİRESUN
[3]Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü,ANKARA
[4]Muş Alparslan Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu,MUŞ
[5]Kafkas Üniversitesi Sarıkamış Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu, Kars

***Email :** aytekinbaskan@gmail.com, mami_guner@hotmail.com, uludaghande@gmail.com, aygulcaglayan@hotmail.com, genc_ayca@hotmail.com, hikmetturkay06@gmail.com*

Bu çalışmanın amacı; satranç sporcularının beslenme durumunu ve maç esnasında ya da sonrasında yaşadığı sağlık sorunlarını araştırmaktır. Dengeli beslenmek sporcular üzerindeki pozitif etkileri görülmektedir. Yetersiz belenmenin ise diğer spor dallarında ki olumsuz etkileri satranç sporunda da etkisinin göstermiştir. Bu araştırma da iyi beslenen satranç sporcularının, iyi beslenemeyen satranç sporcularına göre daha iyi performans gösterdikleri gözlemlenmiştir. Araştırma grubu; 2018 yılı Giresun İl Birinciliği Satranç Turnuvası'na katılan 41 sporcudan oluşmaktadır. Verilerin toplanmasında, 18 soruluk anket uygulanmış olup verilerin analizin de ise SPSS 17.0 programı kullanılmıştır. Araştırmanın sonucunda ise; satranç sporcularının maç esnasında ve sonrasında bir takım rahatsızlıklar yaşadıkları tespit edilmiştir.

INVESTIGATION OF NUTRITION HABITS AND LIVING HEALTH PROBLEMS CHESS PLAYER

The purpose of this study is; to investigate the nutritional status of chess athletes and the health problems they are experiencing during or after the match. Balanced feeding has positive effects on the athlete. Inadequate belenings have also been shown to have an adverse effect on chess sports in other sports. This research also shows that well-fed chess athletes perform better than well-fed chess athletes. Research group; The 2018 year Giresun Province Championship consists of 41 athletes participating in the Chess Tournament. In the collection of data, a questionnaire of 18 questions was applied and in the analysis of data, SPSS 17.0 program was used. As a result of the research; it has been determined that chess athletes have experienced some discomfort during and after the match.

SB577

ESTETİK SPORLARLA UĞRAŞAN KADIN SPORCULARDA DÜŞÜK KULLANILABİLİR ENERJİ RİSKİ

***[1]Ceren Işıl Atabey*, [1]Şükran Nazan Koşar, [1]Yasemin Güzel, [1]Hüseyin Hüsrev Turnagöl**

[1]Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü, Egzersizde Beslenme Ve Metabolizma Anabilim Dalı, ANKARA

***Email :** , , ,*

Giriş ve Amaç: Kullanılabilir enerji (KE), günlük enerji alımından egzersiz için harcanan enerji çıkarıldıktan sonra kalan enerji miktarı olup tüm vücut fonksiyonları için kullanılabilecek enerjiyi ifade etmektedir. Uzun süreli düşük KE özellikle vücut görünüşünün önemli olduğu sporlarda sık görülmekte ve ciddi sağlık sorunlarına yol açabilmektedir. Bu çalışmanın amacı; estetik sporlarla uğraşan kadın sporcularda antrenman döneminde KE düzeyinin belirlenmesi, düşük KE, düşük dinlenik metabolik hız, enerji açığı, bozuk beslenme/anormal yeme davranışları, kemik mineral yoğunluğu, menstrüel disfonksiyon ve vücut kompozisyonu yönünden değerlendirilerek sporda relatif enerji eksikliği yönünden risk taşıyıp taşımadıklarının değerlendirilmesidir.

Yöntem: Çalışmaya; 11-17 yaşlarında aerobik cimnastik (n=17), ritmik cimnastik (n=13) ve figür buz pateni (n=12) yapan toplam 42 elit sporcu ve benzer yaşta, egzersiz yapmayan 12 kontrol katılımcı alınmıştır. Katılımcıların dinlenik metabolik hızı indirekt kalorimetrik yöntemle, vücut kompozisyonu ve tüm vücut kemik mineral yoğunluğu ise dual x-ray absorptiometre ile ölçülmüştür. Ayrıca, 3 günlük besin tüketimi ve fiziksel aktivite kayıtları alınarak günlük enerji alımı ve harcaması, egzersiz enerji harcaması, kullanılabilir enerji düzeyi ve enerji açığı belirlenmiştir. Kadınlarda düşük enerji kullanılabilirliği ve yeme tutum ölçekleri de uygulanmıştır. Verilerin analizinde tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır.

Bulgular: Kullanılabilir enerji düzeyi; aerobik cimnastikçilerde 34,8±18,1, ritmik cimnastikçilerde 19,5±13,8, buz patencilerde 16,8±17,0 ve kontrol grubunda 43,3±10,5 kcal/kg-yağsız vücut ağırlığı/gün olarak bulunmuştur. Düşük KE (≤30 kcal/kg-yağsız vücut ağırlığı/gün) görülme oranı ise sırasıyla %41, %85, %83 ve %8'dir. Araştırma gruplarının tamamında klinik düzeyde anlamlı (< -500 kcal/gün) enerji açığı saptanmıştır. Kronik düşük kullanılabilir enerji belirteçlerinin en fazla görüldüğü grup ritmik cimnastik grubudur (katılımcıların %42'si ≥4 risk faktörü taşımaktadır). Tüm gruplarda sıvı tüketimi, makro besin ve minerallerin tüketimi günlük referans besin tüketimi değerlerinin altında kaydedilmiştir.

Sonuç: Bu çalışma kapsamında değerlendirilen estetik sporlarla uğraşan kadın sporcular kullanılabilir enerji düzeyi yönünden yüksek risk altında olup, özellikle yoğun antrenman ve yarışma dönemlerinde bireysel olarak izlenerek ideal kullanılabilir enerji düzeyinin sağlanması konusunda gerekli önlemlerin alınması zorunludur.

LOW ENERGY AVAILABILITY RISK IN FEMALE AESTHETIC SPORTS

Introduction: Aim of this study is to determine the energy availability (EA) during training season in female aesthetic sports and to examine the prevalance of relative energy deficiency indicators such as low EA, low resting metabolic rate, energy deficiency, disordered eating/eating disorders, low bone mineral density, menstrual dysfunction and body composition.

Methods: A total of 42 elite female aesthetics athletes (17 aerobic gymnasts, 13 rhytmic gymnasts, 12 figure ice-skaters) and 12 non-athlete age controls participated in this study. Age range of the participans were 11-17 years. Resting metabolic rate was measured by indirect calorimetry, body composition and whole body bone mineral density were measured by dual-energy X-ray absorptiometry. Energy intake and expenditure, exercise energy expenditure, EA and energy deficiency levels were determined based on the data obtained by 3-day food intake and 3-day physical activity records. In addition; Low Energy Availability in Females Questionaire and the Eating Attitude Test-40 were adminestered. Data was analyzed by using one way ANOVA test.

Results: Mean energy availability were 34.8±18.1, 19.5±13.8, 16.8±17.0 and 43.3±10.5 kcal/kg-fat free mass/day for aerobic gymnasts, rhytmic gymnasts, figure ice skaters and and controls, respectively. Prevalance of low EA (≤30 kcal/kg-fat free mass/day) for the same groups was determined as 41%, 85%, 83% and 8%, respectively. Clinicaly meaningful energy deficiency (< -500 kcal/day) was determined in all groups. The highest prevalance of chronic low EA markers was observed in rhytmic gymnasts (42% of the participants have ≥4 risk factors). In all groups; water, macronutrients and evaluated mineral consumption were lower according to daily reference intake values.

Conclusion: Female aesthetic sports athletes, evaluated in this study, have high risks in terms of energy availability. Therefore, it is necessary to monitor the athletes individualy especially during training and competition season and take precautions to ensure that the energy availability is maintaned.

SB628

İNSÜLİN DİRENCİ OLAN OBEZ ERKEKLERDE DİYET VE EGZERSİZİN İRİSİN, LİPASİN VE GLİKOZ METABOLİZMASI ÜZERİNE ETKİSİ

[1]Naile Faideci Keskin, [1]Şükran Nazan Koşar, [1]Yasemin Güzel, [1]Muhammed Mustafa Atakan, [1]Süleyman Bulut, [2]Tahir Hazır, [1]Hüseyin Hüsrev Turnagöl

[1]Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Egzersizde Beslenme Ve Metabolizma ABD
[2]Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Spor Ve Antrenörlük ABD

Email : *naile_eses26@hotmail.com, nazank@hacettepe.edu.tr, yasmin@hacettepe.edu.tr, muhammed.atakan@hacettepe.edu.tr, slmbulut@hacettepe.edu.tr, thazir@hacettepe.edu.tr, deniz@hacettepe.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Son yıllarda diyetin asit yükünün (PRAL) yüksek olması, kanser ve tip 2 diyabet gibi hastalıklarla ilişkilendirilirken, bazik beslenenlerde bu hastalıkların görülme sıklığının daha düşük olduğu bildirilmiştir. Ayrıca bazik beslenmenin, egzersiz performansını iyileştirdiği konusunda birkaç çalışma da bulunmaktadır. Egzersizle birlikte salınımları artan irisin ve lipasin moleküllerinin ise, beta hücrelerini uyararak, glikoz metabolizmasını geliştirdiği gösterilmiştir. Ancak asidik ve bazik beslenenlerde akut egzersizin irisin ve lipasin üzerine etkisi hiç çalışılmamıştır. Çalışmanın amacı, insülin direnci olan obez erkeklerde diyet ve egzersizin irisin, lipasin ve glikoz metabolizması üzerine etkisini incelemektir. Yöntem: Çalışmaya insülin direnci olan, 11 obez erkek (Yaş:34,63±4,12yıl; Beden kitle indeksi:35,68±4,38kg/m2) katılmıştır. Katılımcıların sağlık kontrolleri yaptırılmış, vücut kompozisyonları dual X-ray absorptiometri ile, dinlenik metabolik hız ve maksimum oksijen tüketimleri oksijen analizörü ile belirlenmiştir. Katılımcılara rastgele çapraz düzende, birer hafta süre ve aralarında iki günlük arınma dönemleriyle, üç farklı izokalorik diyet (nötr, asidik, bazik) 7 gün uygulanmıştır. Her diyet uygulamasından sonra sekizinci günde ise akut egzersiz (koşu bandında maksimal kalp atım hızının (KAH) %65'inde 36dk) yaptırılmıştır. Egzersizden 1 saat önce, hemen sonra ve 1 saat sonra alınan kanlarda glikoz, insülin, irisin ve lipasin düzeyleri belirlenmiştir. Diyet uygulamaları arasındaki farkı belirlemek amacıyla, tekrarlı ölçümlerde varyans analizi kullanılmıştır. Bulgular: İrisin ve lipasinde egzersiz ve beslenmeye bağlı anlamlı bir değişiklik gözlenmemiştir ($p>0,05$). Egzersiz öncesi insülin, bazik beslenmede diğer iki duruma göre daha düşüktür ($p<0,05$). Glikoz, üç beslenme durumunda da egzersiz öncesine göre, sonrasında ve 1 saat sonrasında düşüktür ($p<0,05$). Ayrıca katılımcıların aynı KAH'a ulaşmak için, bazik diyetteki koşu hızı asidik duruma göre daha yüksektir ($p<0,05$). Sonuç: İnsulin direnci olan obez erkeklerde, asidik ve bazik beslenme sonrasında irisin ve lipasin düzeylerinde egzersize bağlı bir değişiklik görülmemiştir. Glikozda egzersize bağlı düşüş beklenen bir yanıt olup diyetten bağımsızdır. Ancak bazik beslenme programından sonra, aynı kalp atım hızında daha yüksek hız değerlerine ulaşılması, bazik beslenmenin egzersiz performansını iyileştirdiğini göstermektedir.

THE IMPACT OF DIET AND EXERCISE ON IRISIN, LIPASIN AND GLUCOSE METABOLISM IN OBESE MALES WITH INSULIN RESISTANCE

Introduction: High dietary acid load is associated with diseases such as cancer and type 2 diabetes, while the incidence of these diseases in individuals with alkali diet is low. Additionally, several studies suggested that alkali diet improves exercise performance. Furthoremore, irisin and lipasin molecules, of which secretions are increased with exercise, improve glucose metabolism by stimulating beta cells. Thus the aim of this study is to examine the effect of acidic and alkali diets on irisin, lipasin and glucose metabolism at rest and in response to acute exercise in obese men with insulin resistance (OB-IR). Methods: Eleven OB-IR men (age: 34.63±4.12 years, body mass index: 35.68±4.38 kg/m2) participated in the study. Participants were randomly assigned to three different isocaloric diets (neutral, acidic, alkali) for 7 days, randomly crossover design, two-day wash-out period between them. On the eighth day after each diet, acute exercise (36 minutes treadmill run at 65% of maximal heart rate (HR)) was performed. Glucose, insulin, irisin and lipasin levels were determined pre-exercise, immediately post-exercise and after 1-hour recovery. Repeated measures ANOVA was used to determine the differences between dietary practices. Results: No significant change was observed in irisin or lipasin levels with

exercise or diet ($p>0.05$). Pre-exercise insulin was lower in alkali diet than other two conditions ($p<0.05$). Glucose response to exercise was similar in all diet conditions ($p>0.05$), lower immediately post- exercise and after 1-hour recovery compared to pre-exercise ($p<0.05$). In addition, the participants' running speed in the alkali diet was higher than the acidic condition to attain the same HR ($p<0.05$). Conclusion: The effects of acidic and alkali diets on irisin, lipasin and glucose metabolism at rest and in response to exercise were similar, while, achieving higher speeds at the same HR after the alkali diet suggests that alkali diet improves exercise performance in OB-IR men.

SB631

KIRKLARELİ İLİNDEKİ SPOR MERKEZLERİNE DEVAM EDEN BİREYLERİN EGZERSİZ BAĞIMLILIĞININ İNCELENMESİ

***[1]Muhammet Ali Çakır*, [1]Başak Sağlık, [1]Duygu Doğan**

[1]KIRKLARELİ ÜNİVERSİTESİ SAĞLIK YÜKSEKOKULU BESLENME VE DİYETETİK BÖLÜMÜ

***Email :** m.ali.cakir@klu.edu.tr, dytbasaksaglik@gmail.com , ddoganduygu@gmail.com*

KIRKLARELİ İLİNDEKİ SPOR MERKEZLERİNE DEVAM EDEN BİREYLERİN EGZERSİZ BAĞIMLILIĞININ İNCELENMESİ

Amaç; Bu çalışma Kırklareli ili Merkez ilçesindeki spor merkezlerine devam eden 200 gönüllü bireyin egzersiz bağımlılıklarının incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Materyal ve Metot: Bireylerin antropometrik ölçüleri alınmıştır. Fiziksel aktivite düzeyleri Uluslararası Fiziksel Aktivite Kısa Formu(IPAQ_UFAF) ile saptanmıştır. Ayrıca katılımcıların Egzersiz Bağımlılığı Ölçeği-21 aracılığı ile egzersiz bağımlılıklarının ölçülmüştür. Verilerin istatistiksel analizinde SPSS 22.0 programı kullanılmıştır. Bulgular; Çalışmaya katılan bireylerin %12.5'i kadın katılımcılardan, %87.5'i erkek katılımcılardan oluşmaktadır. Bireylerin yaş ortalamaları 23,52±6,05'dır. Çalışmaya katılan bireylerin BKI değerlerinden en düşüğü 18,78 iken en yükseği 33,66'dır. Ortalama BKI 24,65±2,67 şeklindedir. IPAQ sonuçlara göre çalışmaya katılan bireylerin %77.5'i çok aktif, %20.5'i minimal aktif, %2'si ise inaktif kategorisindedir. Çalışmaya katılan bireylerin Egzersiz Bağımlılığı Ölçeği-21'e göre sonuçlarında %63.5'i egzersiz bağımlılığı belirtisi göstermektedir. Bireylerin %21'i egzersiz bağımlısı değilken, % 15.5'i egzersiz bağımlısıdır. Egzersiz bağımlılığı ölçeği ile kol çevresi arasında istatistiksel olarak anlamlı sonuç bulunmuştur(p=0.038). Fakat egzersiz bağımlılığı ölçeği ile bel çevresi arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunamamıştır(p=0.775). Çalışmaya katılan bireylerin spora devam ve egzersiz yapmadığı günler kendini suçlu ve mutsuz hissetme parametreleri istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur(p=0.042). Sonuç;Çalışmaya katılan bireyler oldukça aktif şekilde fiziksel aktivite yapmaktadır. Egzersiz yapmadıklarında yoksunluk belirtileri göstermekte olan bireyler egzersiz bağımlılığı belirtisi gösterirken hasta ya da sakat halde iken bile egzersiz yapmaya devam etme gibi özellikler gösterenler egzersiz bağımlısıdır. Büyük çoğunluk egzersiz bağımlısı olma eğilimdedir. egzersizle ilişkili patolojik davranışlarının arkasında psikolojik nedenler olabilir. Egzersiz bağımlılarının aşırı egzersiz yapma davranışının ardında, zayıf kalmak ya da kiloyu korumak amacı da olabilir

EXAMINATION OF EXERCISE DEPENDENCE OF THE INDIVIDUALS WHO ATTEND SPORTS CENTERS IN KIRKLARELI PROVINCE.

Goal; This study was carried out to investigate the exercise dependence of volunteers who attended sports centers in the central district of Kırklareli province. Materials and Methods: Individual anthropometric measurements were taken. Physical activity levels were determined by the International Physical Activity Short Form (IPAQ_UFAF). In addition, exercise dependence was measured by the participants' Exercise Addiction Scale- 21. SPSS 22.0 program was used for statistical analysis of the data. Results; 12.5% of the individuals participating in the study were female participants and 87.5% were male participants.The average age of the individuals is 23,52 ± 6,05. Individuals participating in the study had the lowest BMI of 18.78, while the highest was 33.66.The mean BMI is 24.65 ± 2.67. According to the IPAQ results, 77.5% of the individuals participating in the study are very active, 20.5% are in the minimal active, and 2% are in the inactive category. According to the Exercise Addiction Scale-21, 63.5% of participants in the study showed exercise dependence. 21% of the individuals are not exercise addicts and 15.5% are exercise addicts.Statistically significant results were found between exercise dependence scale and arm circumference (p = 0.038).However, no statistically significant difference was found between exercise dependence scale and waist circumference (p = 0.775). The parameters of feeling guilty and unhappy were statistically significant (p = 0.042). Conclusion: Individuals participating in the study are very active in physical activity.Those who show deprivation when they do not exercise show signs of exercise dependence, while those who show symptoms such as continuing to exercise even when they are sick or injured are exercise addicts. The vast majority tend to be addicted to exercise. there may be psychological reasons behind the pathological behavior associated with exercise.Exercise addicts may be purposeful to remain weak or to maintain weight behind their excessive exercise behavior.

SB632

DAYANIKLILIK SPORLARINDA KARBONHİDRAT ALIMININ PERFORMANS ÜZERİNE ETKİLERİ

[1]Muhammet Ali Çakır, [1]Başak Sağlık

[1]KIRKLARELİ ÜNİVERSİTESİ SAĞLIK YÜKSEKOKULU BESLENME VE DİYETETİK BÖLÜMÜ

Email : *m.ali.cakir@klu.edu.tr, dytbasaksaglik@gmail.com*

DAYANIKLILIK SPORLARINDA KARBONHİDRAT ALIMININ PERFORMANS ÜZERİNE ETKİLERİ

Uzun süren egzersizler sırasında karbonhidrat (CHO) tüketiminin performansı artırdığı bilinmektedir.Bu derleme dayanıklılık sporcularında karbonhidrat tüketim miktarlarını incelemek ve buna yönelik yaklaşımları ele almak amacıyla yazılmıştır.Dayanıklılık sporcularının egzersiz öncesi ve sonrası beslenme önerileri incelenmiş karbonhidrat alım miktarları belirtilmiştir.

Tarihsel süreç içerisinde incelendiğinde ilk olarak yüksek karbonhdratlı beslenme yaklaşımı uygulanmış ve uzun yıllar boyunca araştırılmıştır.Günümüzde de halen dayanıklılık sporcularında sıklıkla uygulanmakta ve etkileri tartışılmaktadır.Bu derlemede de görüldüğü üzere egzersiz öncesi yüksek karbonhidrat içeren beslenme yaklaşımın performansı artırdığı ve egzersize verilen cevabı geliştirdiği görülmüştür.Buna yönelik yapılan karbonhidrat yüklemesi kavramı ele alınmış karbonhidratın enerjinin % 70 lere kadar çıktığı bu beslenme yaklaşımı ve metabolizmada etkileri incelenmiştir. Literatürde karşılaşılan ilginç yaklaşımlardan biri de ağızda farklı karbonhidrat çözeltisi çalkalamanın performansa artırdığına dair çalışmalardı. Çalışmalara göre ağızda glukoz çözeltisi çalkama, tat reseptörlerini uyararak beyinde ASK denilen bölgeyi aktifleştirir, bu bölgede ödül merkezi olarak görev yapar .Glukoz reseptörlerine benzer bir etki yaparak tıpkı vücuda glukoz alınmış gibi performansı artırır. Öte yandan son yıllarda yüksek karbonhidratlı beslenme yaklaşımına tamamen zıt olarak düşük karbonhidratlı beslenme yaklaşımını savunan çalışmaların sayısı giderek artmaktadır.Düşük karbonhidratlı beslenme ile amaç düşük glikojen deposu ile egzersizi sağlayarak yağ oksidasyonunu artırmak ve egzersize adaptasyonu artırmaktır. Birçok çalışmada düşük karbonhidratlı beslenme ile yüksek karbonhidrat içeren beslenme yaklaşımları karşılaştırılmış ve düşük karbonhidrat alarak düşük kas glikojeni ile egzersizin performansa olumlu etkileri ve yağ oksidasyonu artışı görülmüştür. Sonuç olarak düşük karbonhidrat ve yüksek karbonhidrat içeren beslenme yaklaşımları halen uygulanmakta ve etkileri tartışılmaktadır.Her iki yaklaşımın da performansı başka mekanizmalar üzerinden geliştirdiği ve performansa olumu cevaplar verdiği görülmüştür.Etkilerin tam olarak anlaşılabilmesi ve iki yaklaşımın da karşılaştırılabilmesi için buna yönelik çalışmaların sayısı artırılmalıdır.

EFFECTS OF CARBONHYDRATE (CHO) ON PERFORMANCE OF DURABILITY SPORTS

EFFECTS OF CARBONHYDRATE (CHO) ON PERFORMANCE OF DURABILITY SPORTS

ıt is known that consumption of CHO during long-running exercises improves performance.This review is written to examine carbohydrate consumption quantities in endurance athletes and to address their approach. The amount of carbohydrate intake of durability athletes who are recommended for pre- and post-exercise nutrition is indicated.When examined in the historical process, it was first applied to a high carbohydrate nutrition approach and investigated for many years.Today, endurance is frequently applied in athletes and its effects are discussed.As seen in this review, a high carbohydrate nutrition approach prior to exercise has improved performance and developed an excitatory response.The concept of carbohydrate overload has been studied. The nutritional approach and the effects on carbohydrate metabolism have been investigated up to 70% of the energy of carbohydrate.One of the interesting approaches in the literature was that the different carbohydrate solution shakes in the mouth improved performance. According to the studies, the glucose solution in the mouth stimulates taste receptors, activating the area called ASK in the brain, acting as a reward center in this region, acting like glucose receptors, enhancing performance just as glucose is removed from the body.On the other hand, in recent years, the number of studies advocating a low carbohydrate diet approach has increased steadily, contrary to the high

carbohydrate diet approach.The goal of low carbohydrate diet is to increase fat oxidation and exercise adaptation by providing exercise with low glycogen storage.Many studies have compared low-carbohydrate diet and high-carbohydrate nutrition approaches and found that exercise with low muscle glycogen intake has positive effects on performance and increased fat oxidation.As a result, nutritional approaches involving low carbohydrate and high carbohydrate are still being implemented and their effects discussed. Both approaches have shown that performance improves over other mechanisms and gives performance responses

SB638

KAFEİNİN AĞIZDA ÇALKALANMASININ KADIN SPORCULARDA TEKRARLI SPRİNT PERFORMANSI ÜZERİNE ETKİLERİ

[1]Raci Karayiğit, [1]Haktan Yıldız, [1]Gülfem Ersöz

[1]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

Email : *racikarayigit@hotmail.com, haktan.yildiz08@gmail.com, gulfem.ersoz@ankara.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Kafein alımının sportif performansı artırdığı artık yaygın bir şekilde kabul görmektedir. Son yıllarda kafeinin yutulmadan sadece 5-10 saniye boyunca su ile birlikte ağız boşluğunda çalkalanarakta performansı artırabileceği rapor edilmiştir. Fakat bu araştırmaların hepsi erkek sporcular üzerinde gerçekleştirilmiştir. Bu araştırmada ilk kez kadın sporcularda 300 mg. kafeinin ağızda çalkalanmasının takım sporlarında önemli bir parametre olan tekrarlı sprint performansı üzerine etkisi incelenmiştir.

Yöntem: Bu çalışmaya 13 kadın takım sporcusu (yaş:20,53±1,12, boy:162,38±4,64, kilo:57,06±6,16 VO2maks: 43,54±2,57) katılmıştır. Alışma ve VO2Maks testinin ardından, katılımcılar randomize, karşıt dengeli, çapraz döngülü araştırma dizaynı ile toplam 2 test gününe katılmışlardır. Gece boyu açlığın ardından plasebo (PLA) veya kafein çalkalama (KÇ) denemeleri ile birlikte katılımcılar bisiklet ergometresinde (Monark Ergomedic 894E, Sweden) 5x10 saniyelik tekrarlı sprint protokolünü sprintler arasında 60 saniye pasif toparlanma ile gerçekleştirmişlerdir. Katılımcılar herbir sprintten önce 10 saniye boyunca 25 ml. suyun içinde çözünmüş 300 mg. kafein veya plaseboyu çalkalamışlardır. Sprint performanslarındaki zirve güç (ZG) ve ortalama güç (OG) hesaplanmış, testten hemen önce ve sonra kapiller laktat (LA) değerleri ölçülmüştür. Her sprintten sonra kalp atım hızı(KAH), algılanan zorluk derecesi (RPE) ve kas ağrısı (KA) ölçülmüştür. Performans ve fizyolojik parametrelerin analizinde tekrarlı ölçümlerde çift yönlü varyans analizi kullanılmıştır.

Bulgular: Kafeinin ağızda çalkalanması plasebo denemesine göre OG ve ZG değerlerini anlamlı derecede artırmamıştır (P>0.05). Ayrıca farklı zaman noktalarında ölçülen KAH, RPE, LA ve KA değerleri denemeler arası anlamlı farklılık göstermemiştir.

Sonuç: Bu çalışma 300 mg. kafeinin ağızda çalkalanmasının kadın sporcularda tekrarlı sprint performansını artırmadığını ortaya koymuştur. Kafeinin ergojenik etkisinin cinsiyetler arası farklılık gösterdiği bilinmektedir. Gelecekteki araştırmalarda daha yüksek dozlarda (500-750 mg.) kafeinin ağızda çalkalanmasının erkek ve kadın sporcuların sprint performansları üzerindeki etkisi incelenerek cinsiyet karşılaştırması yapılabilir.

THE EFFECTS OF CAFFEINE MOUTH RINSING ON REPEATED SPRINT PERFORMANCE IN FEMALE ATHLETES

Introduction and Aim: It is commonly accepted that caffeine increases sports performance. Recently, It has been reported that without ingestion, just with caffeine mouth rinsing dissolved in water 5-10 seconds duration may increase performance. However, all these studies have been conducted on male athletes. First time in female athletes, this study investigated the effects of 300 mg. caffeine mouth rinsing on repeated sprint performance which is an important parameter in team sports.

Method: 13 female team players (age:20,53±1,12, height:162,38±4,64, weight:57,06±6,16 VO2max: 43,54±2,57) participated in this study. Following familiarization and VO2Max test, participants attended 2 test with randomized, counter balanced, crossover

research design. Following to night fasting, participants performed 5x10 seconds repeated sprint protocol with 60 seconds passive recovery between sprints on a cycle ergometer (Monark Ergomedic 894E, Sweden) with placebo (PLA) or caffeine (CR) mouth rinsing trials. Participants rinsed 10 seconds duration 300 mg. caffeine or placebo dissolved in 25 ml. water immediately before each sprint. Peak power (PP) and mean power (MP) were calculated during sprint performance and immediately before and after test capillary lactate (LA) was measured. Heart rate (HR), muscle pain (MuP), rating of perceived exertion (RPE) were measured after each sprint. Physiological and performance parameters were anaylzed with two-way repeated measures analysis of variance.

Results: Caffeine mouth rinsing didn't significantly increase PP and MP when compared to placebo ($p>0.05$). Furthermore, HR, RPE, LA and MuP measured at different time points weren't significantly different between trials.

Conclusion: This study showed that 300 mg. caffeine mouth rinsing didn't increase repeated sprint performance in female athletes. It is known that ergogenic effect of caffeine differ between gender. In the future studies, effect of gender difference can be tested by investigating the effect of higher doses (500-750 mg) caffeine mouth rinsing on sprint performance in male and females.

SB761

ESANSİYEL AMİNO ASİTLERİN FİZİKSEL PERFORMANSA ETKİSİNİN İNCELENMESİ

[1]Serkan Pancar **, [2]Şerife Vatansever, [3]Yakup Z. Birinci, [2]Şenay Ş. Koparan, [4]Melike Nur Eroğlu**

[1]Yeniceabat Anadolu Lisesi, Bursa
[2]Uludağ Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi
[3]Hacı Sevim Yıldız Teknik Ve Anadolu Lisesi-2, Bursa
[4]Türkiye Olimpik Hazırlık Merkezi, Bursa

Email : *sdpancar@gmail.com, serifevatansever@yahoo.com, ykpbirinci@gmail.com, skoparan@gamil.com, melikenureroğlu@hotmail.com*

Bu çalışmanın amacı, akut egzersiz öncesi farklı dozlarda oral yolla alınan Esansiyel Amino Asitlerin (EAA) sürat (20m), dikey sıçrama, statik denge, gecikmiş kas ağrısı ve açlık-tokluk üzerine etkisinin incelemektir. Çalışmamız toplamda 9 erkek gönüllü katılımcı ile tamamlanmıştır. Katılımcıların yaş ortalaması 21,78±1,20 /yıl), boy uzunluğu ort.176,56±4,40 (cm), vücut ağırlığı ort. 68,47±7,49 (kg), BMI ort. 21,90±1,71 olduğu tespit edilmiştir. Katılımcılar rastgele şekilde 4 farklı deneme grubuna ayrıldı ve çalışmamız Cross over dizaynla yapıldı.. Her deneme döneminde, ön test sonrasında ise ek gıda (Plasebo, 2,10,20 g EAA) alımı sağlandı. Vücut ağırlığına göre 2g EAA için 0,029g*Vücut ağırlığı, 10 g EAA için 0,142g*Vücut ağırlığı, 20 g EAA için 0,285g*Vücut ağırlığı olarak hesaplamalar yapıldı. EAA ölçüleri, 0.001 g hassasiyeti olan WL 303L dijital hassas terazi ile gerçekleştirildi. Gıda alımını takiben 30 dk sonra (5 dk ara ile) katılımcıların egzersize başlamaları sağlandı. 60 cm yükseklikten derinlik sıçramasını, 5*20 tekrar, her sıçrama arasında 10 saniye, set arasında ise 2 dk dinlenme verilerek gerçekleştirmeleri sağlandı. Egzersizden hemen sonra, 1, 24 ve 48 saat sonra aynı testlerin tekrar yapılması sağlandı. Katılımcıların çalışmadan önce beslenme takipleri yapıldı ve son ölçüm gününe kadar beslemelerine dikkat etmeleri gerektiği söylendi. Deneme haftalarının beslenme analizleri sonucunda, toplam kalori ve protein alım oranlarında farklılık olmadığı görüldü (p>0.05). Verilerin analizinde SPSS 23.0 programı kullanılarak Çift Yönlü Varyans analizi yapıldı ve anlamlılık düzeyi p<0.05 olarak belirlendi. Gruplar arasında yapılan karşılaştırmada, dikey sıçrama ve 20 m sürat testinde deneme, zaman ve deneme-zaman etkileşimlerinde anlamlı fark tespit edilmemiştir (p>0.05). Grupların tümünde statik denge, gecikmiş kas ağrısı, açlık-tokluk karşılaştırmasında zaman etkisi görülmesine rağmen (p<0.05), deneme ve deneme-zaman etkileşimlerinde anlamlı fark tespit edilmemiştir (p>0.05). Sonuç olarak, egzersiz öncesi oral yolla farklı dozlarda alınan akut EAA' nın 20 m sürat, dikey sıçrama, statik denge, gecikmiş kas ağrısı ve açlık-tokluk üzerine etkisinin

INVESTIGATION OF EFFCET OF BRANCHED AMINO ACID ON PERFORMANCE

The aim of this study was to examine the effects of Branched Amino Acids (BCAAs) taken orally at different quantity prior to acute exercise on speed (20 m), vertical jump, static balance, delayed muscle sorreness and hunger. A total of 9 male volunteers participated in the study. The average age of participants was 21.78 ± 1.20 / year), height was 176.56 ± 4.40 (cm), body weight 68,47 ± 7,49 (kg), BMI 21,90 ± 1,71. Participants were randomly assigned to 4 different study groups and our study was done with cross over design. In each trial period, supplementary food (placebo, 2,10,20 g BCAA) was provided after the pre-test. According to body weight 2,0g for BCAA 0,029g * Body weight, 0,142g for 10g BCAA * Body weight, 0,285g for 20g BCAA * Body weight calculations were made. The BCAA measurements were made with the WL 303L digital precision scale with a sensitivity of 0.001 g. After 30 minutes (with 5 min intervals) participants were given the opportunity to start exercising. Participants performed a total 100 drop-jump from a height of 0.6m. Immediately after exercise, 1, 24 and 48 hours later, the same tests were repeated. Participants were instructed to do nutrition before work and were told to pay attention to their feed until the last day of measurement. Nutritional analysis of the experimental weeks showed no difference in total calorie and protein intake rates (p> 0.05). In the analysis of the data, two way ANOVA was performed using SPSS 23.0 program and significance level was determined as p <0.05. In the comparison between the groups, there was no significant difference in trial, time and trial-time interactions in vertical jump and 20 m speed test (p> 0.05). No statistically significant difference was found between the trial and trial-time interactions (p> 0.05), although statistical balance,

SB762

ESANSİYEL AMİNO ASİTLERİN MENTAL PERFORMANSA ETKİSİNİN İNCELENMESİ

[1]Serkan Pancar , [2]Şerife Vatansever, [2]Hüseyin Topçu, [3]Yakup Z. Birinci, [2]Tuğrul ER, [2]Eslem Gökçek , [4]Melike Nur Eroğlu

[1]Yeniceabat Anadolu Lisesi, Bursa
[2]Uludağ Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Bursa
[3]Hacı Sevim Yıldız Teknik Ve Anadolu Lisesi-2, Bursa
[4]Türkiye Olimpik Hazırlık Merkezi, Bursa

Email : *sdpancar@gmail.com, serifevatansever@yahoo.com, htopcu88@gmail.com, ykpbirinci@gmail.com, tugruler@gmail.com, eslemgökcek@gmail.com, melikenureroglu@gmail.com*

Bu çalışmanın amacı, akut egzersiz öncesi farklı dozlarda oral yolla alınan Esansiyel Amino Asitlerin (EAA) mental performansa etkisini incelemektir. Katılımcıların (n=9) hepsi erkek gönüllülerden oluşmaktadır ve yaş ortalaması 21,78±1,20 /yıl), boy uzunluğu ort.176,56±4,40 (cm), vücut ağırlığı ort. 68,47±7,49 (kg), BMI ort. 21,90±1,71 olduğu tespit edildi. Katılımcılar rastgele şekilde 4 farklı deneme grubuna ayrıldı ve çalışmamız Cross over dizaynla yapıldı. Mental performanslarını belirlemek için İz Sürme Testi (A-B) uygulandı. Testler katılımcıların dikkatini dağıtmayacak şekilde sessiz bir odada, aynı kişi tarafından uygulatılmasına dikkat edildi. Her deneme döneminde, ön test yapıldı ve sonrasında ek gıda (Plasebo, 2,10,20 g EAA) alımı sağlandı. Vücut ağırlığına göre 2g EAA için 0,029g*Vücut ağırlığı, 10 g EAA için 0,142g*Vücut ağırlığı, 20 g EAA için 0,285g*Vücut ağırlığı olarak hesaplamalar yapıldı. EAA ölçüleri, 0.001 g hassasiyeti olan WL 303L dijital hassas terazi ile gerçekleştirildi. Gıda alımını takiben 30 dk sonra (5 dk ara ile) katılımcıların egzersize başlamaları sağlandı. Egzersizden hemen sonra son test uygulaması yapıldı. Katılımcıların çalışmadan önce beslenme takipleri yapıldı ve deneme dönemleri boyunca beslenme programlarını takip etmeleri istendi. Analiz sonucuna göre, toplam kalori ve protein alım oranlarında deneme dönemlerine göre farklılık olmadığı görüldü ($p>0.05$). Verilerin analizinde SPSS 23.0 programı kullanılarak Çift Yönlü Varyans analizi yapıldı ve anlamlılık düzeyi $p<0.05$ olarak belirlendi. Gruplar arasında yapılan karşılaştırmada, mental performans (A ve B) testlerinde deneme, zaman ve deneme-zaman etkileşimlerinde anlamlı fark tespit edilmemiştir ($p>0.05$). Sonuç olarak, egzersiz öncesi oral yolla farklı dozlarda alınan akut EAA' nın mental performans üzerine etkisinin olmadığı tespit edilmiştir ($p<0.05$). Anahtar kelimeler: Esansiyel Amino Asit, Mental Performans,İz Sürme Testi

INVESTIGATION OF THE EFFECT OF BRANCHED AMINO ACID ON MENTAL PERFORMANCI

The aim of this study was to examine the effect of Branched Amino Acids (BCAAs) taken orally at different quantity prior to acute exercise on mental performance. Participants (n = 9) all consisted of male volunteers with a mean age of 21.78 ± 1.20 / year), a height of 176.56 ± 4.40 (cm), body weight 68,47 ± 7,49 (kg), BMI 21,90 ± 1,71. Participants were randomly assigned to 4 different trial groups and our study was done with Cross over design. Trial Making Test (A-B) was performed to determine their mental performance. The tests were carried out in the same room, in a quiet room so as not to distract the participants. During each trial period, pre-test was performed and supplementary food (Placebo, 2,10,20 g BCAA) was provided. According to body weight 2,0g for BCAA 0,029g * Body weight, 0,142g for 10g BCAA * Body weight, 0,285g for 20g BCAA * Body weight calculations were made. After 30 minutes (with 5 min intervals) participants were given the opportunity to start exercising. Immediately after exercise, post-test was performed. Participants were given nutritional advice before work and were asked to follow their nutritional programs during the trial periods. According to the analysis results, there was no difference in total calorie and protein intake rates compared to the experimental periods ($p> 0.05$). In the analysis of the data, two way ANOVA was performed using SPSS 23.0 program and significance level was determined as $p <0.05$. In the comparison between the groups, no significant difference was found in trial, time and trial-time interactions in mental performance (A and B) tests ($p> 0.05$). As a result, it was determined that acute BCAA taken orally at different quantity prior exercise had no effect on mental performance ($p <0.05$). Key words: Branched Amino Acid, Mental Performance, Trail Making Test

SB960

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN FİZİKSEL AKTİVİTE VE BESLENME ALIŞKANLIKLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ

***[1]Deniz Çakaroğlu*, [2]Cengiz Arslan**

[1]Siirt Üniversitesi
[2]Fırat Üniversitesi

Email : *denizceviz@hotmail.com, carslan23@gmail.com*

Özet Giriş: Bu çalışma üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite ve beslenme alışkanlıklarını incelemek amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Araştırmaya Siirt Üniversitesinde öğrenim gören 94 BESYO ve 88 diğer bölümlerden oluşan 182 öğrenci katılım sağlamıştır.Yapılan araştırmada veri toplama aracı olarak öğrencilere Kişisel bilgi formu, 1982 yılında Baecke, Burema ve Frijters'in geliştirdiği Fiziksel Aktivite Alışkanlığı Anketi, Kıraç ve ark tarafından Türkiye' de geçerlik ve güvenirlik analizi yapılan TFEQ "Three-factor eating questionnaire" olarak bilinen «Üç Faktörlü Beslenme Anketi» uygulanmıştır. İstatistik analizler SPSS programında anlamlılık düzeyleri $p<0.005$ olarak değerlendirilmiştir. Normallik analizi, t testi ve anova analizleri yapılmıştır.

Bulgular: Spor indeksi bakımından BESYO ortalaması 2.76 olup, bu değerin ortalamanın üzerinde olduğu ve diğer bölümlerde okuyan öğrencilerle arasında anlamlı bir fark olduğu görülmüştür ($p<0.001$). Zaman ve iş indeksi bakımından bölümler arasında anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir. Öğrencilerin %80.2' sinin BKI bakımından normal vücut tipinde olduğu, Beslenme alışkanlığı alt ölçeklerinden olan; kontrolsüz yeme, duygusal yeme, bilinçli kısıtlama ve açlığa duyarlılık puanları bakımından öğrenciler arasında herhangi bir farklılık olmadığı gözlenmiştir. Fiziksel aktivite alışkanlığı alt ölçeklerinden olan fizilsel sağlık skoru bakımından BESYO öğrencileri lehine anlamlı farklılık olduğu ($p<0.001$), mental sağlık skoru bakımından ise diğer bölümlerde okuyan öğrencilerin lehine bir farklılık olduğu gözlenmiştir ($p<0.001$).

Sonuç: Sonuç olarak, diğer bölümlerde okuyan öğrencilerin BESYO öğrencilerine oranla fiziksel aktivite konusunda yetersiz kaldığı, sağlığın korunması, toplumsal açıdan sağlıklı bireyler yetişmesi için kişilerin spora teşvik edilmesi, elverişli şartların sağlanması gerektiği kanısına varılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Öğrenci, Fiziksel Aktivite, Beslenme

ASSESSMENT OF PHYSICAL ACTIVITY AND NUTRITION HABITS OF UNIVERSITY STUDENTS

Abstract Introduction: This study investigates physical activity and nutrition habits of university students.

Method: Participants were 94 students from School of Physical Education and Sports (SPES) and 88 from other departments of Siirt University. As data collection tool, students were applied Personal Information Form, Physical Activity Habits Questionnaire developed in 1982 by Baecke, Burema and Frijters and TFEQ "Three-factor eating questionnaire" whose reliability and validity analysis were made by Kıraç et al. in Turkey. Through statistical analyses, significance levels were assessed as $p<0.005$ in SPPS program. Normality analysis, t-test and anova were conducted.

Results: It was determined that in terms of sports index, SPES average was 2.76 and that this value was over the average and that there was a significant difference between students at other departments ($p<0.001$). There was no significant difference between departments regarding time and business index. It was observed that 80.2% of students had normal type of body regarding BMI and

there was no difference between students regarding uncontrolled eating, emotional eating, conscious restriction and sensitivity to hunger as sub-scales of nutrition habits. It was observed that there was a significant difference in favor of SPES students ($p<0.001$) regarding physical health score as a sub-scale of physical activity habits and in favor of other students in terms of mental health score ($p<0.001$).

Conclusion: It was concluded that other students fell behind SPES students in physical activities and that individuals should be encouraged to do sports and provided suitable conditions for the protection of health and healthier individuals.

Keywords: Students, Physical Activity, Nutrition

ENGELLİLER İÇİN BEDEN EĞİTİMİ, SPOR VE FİZİKSEL AKTİVİTE / PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS IN DISABILITIES

SB8

SPOR TESİSLERİNİN ENGELLİ SPOR DALLARI İÇİN YETERLİLİK DÜZEYİNİN KULLANICILAR AÇISINDAN DEGERLENDİRİLMESİ (BİNGÖL İL ÖRNEĞİ)

[1]Oktay Kızar, [2]Mehmet Kargün, [3]Resul Ağırtaş

[1]Bingöl Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu-Bingöl
[2]Gaziosmanpaşa Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu-Tokat
[3]Milli Eğitim Müdürlüğü-Elazığ

Email : *oktaykizar@mynet.com, mkargun@gop.edu.tr,, oktaykizar@mynet.com*

GİRİŞ :Engelli bireylerde sosyal ilişki geliştirme noktasında spor önemli bir etkinliktir. Engelli açısından spor fiziksel gelişimin yanında ruhsal, duygusal ve sosyal açıdan da önemlidir. AMAÇ:Spor yardımıyla engellinin kendi gibi arkadaşlar edinebilmesine, çevresini tanımasına ve iletişim kurabilmesine yardımcı olmaktadır. Engel nedeni ne olursa olsun düzenli fiziksel aktivite ve spor yapmak suretiyle kendilerini fiziksel, ruhsal ve zihinsel sosyal açıdan daha iyi hissetmeleri, özgüvenlerini geliştirmeleri mümkün olacaktır. YÖNTEM: Bu çalışma Bingöl ilinde bulunan akademisyen, öğrenci, sporcu, antrenör, beden eğitimi öğrencisi, beden eğitimi öğretmeni ve memur grubundaki bireylerden rastgele tarama yöntemi ile 1190 kişiye yapılmıştır. Eksik ve yanlış anket doldurmalar çıkartılarak toplamda 946 (673 erkek, 273 kadın) kişinin anket verileri değerlendirmeye alınmıştır. Literatür taraması Demiröz, V. M. tarafından (2009) yılında geçerlilik ve güvenirliliği yapılan spor tesisleri ve işletmeciliği anketi kullanılmıştır. Elde edilen veriler değerlendirilmesinde SSPS 22.0 istatistik paket programı kullanılarak tasnif edilip, frekans ve yüzde dağılımları ile tek Yönlü Varyans Analizi (one-way) testi yapılmıştır. Ortalamalar arasında gözlenen farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için, Scheffé ve LSD ve Tukey testleri uygulanmıştır. Bingöl ilindeki spor tesislerinin engelli spor dalları için yeterlilik düzeylerinin kadın ve erkek kullanıcılar açısından karşılattırılması için yapılan t testi sonucunda anlamlı bir farklılık bulunamamıştır (p>0,05). BULGULAR: Bingöl ilindeki spor tesislerinin engelli spor dalları için yeterlilik düzeylerinin mesleğe yönelik tutum puanlarının karşılaştırılması belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda meslek türüne göre tutum puanları ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur (F0.05:6-938, p<0,05). Bingöl ilindeki spor tesislerinin engelli spor dalları için yeterlilik düzeylerinin kullanılan spor tesisine yönelik tutum puanlarının karşılaştırılması belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda göre tutum puanları ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur (F0,05:4-940:, p<0,05). SONUÇ: Sonuç olarak, Bingöl il merkezinde bulunan spor tesislerinin engelli spor dalları için kullanıcıların değerlendirmeleri açısından yeterli olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

FOR DISABLED SPORTS BRANDS OF SPORTS FACILITIES IN TURKEY EVALUATION OF SUFFICIENCY LEVEL FROM USERS (BİNGÖL PROVINCE EXAMPLE)

Sport is an important activity at the point of developing social relations in disabled people. This study was carried out to 1190 individuals by random sampling method among academicians, students, athletes, coaches, physical education students, physical education teachers and civil servants in Bingöl province. Incomplete and incorrect questionnaires were taken out and a total of 946 (673 male, 273 female) questionnaires were evaluated. Literature survey Demiröz, V. M. (2009) used sports facilities and management survey the questionnaire of validity and reliability. In the evaluation of the obtained data, SSPS 22.0 statistical package program was used to sort and frequency and percentage distributions and one-way ANOVA test. Scheffé and LSD and Tukey tests were applied to determine which groups the differences between the averages are. Sports facilities in Bingöl province for disabled sports branches there was no significant difference in the t test results between the levels of competence in terms of male and female users (p> 0,05). Sports facilities in Bingöl province for disabled sports branches was found a statistically significant difference between the attitude scores averaged according to the variance analysis conducted to determine the comparison of the attitude scores of the proficiency levels to the sports facilities used (F0.05: 4-940: p & lt; 0.05). As a result, it is seen that the sports facilities in Bingöl city center It has been reached that the users of disabled sports branches are not enough in terms of their evaluations.

SB46

7-14 YAŞ GRUBU ÖZEL GEREKSİNİMLİ ÖĞRENCİLERİN SEÇİLİ FİZİKSEL VE MOTORİK ÖZELLİKLERİNİN BELİRLENMESİ

***[1]Murat Ergin*, [2]Sinan Ayan, [3]Ekrem Boyalı**

[1]Kırıkkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Ens. Beden Eğt. Ve Spor A.D.
[2]Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, KIRIKKALE
[3]Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, KONYA

***Email :** murat.ergin@mynet.com, ssayan71@gmail.com, eboyali@selcuk.edu.tr*

AMAÇ: Bu araştırma özel gereksinimli öğrencilerin seçilmiş fiziksel ve motorik özelliklerini belirlemek amacıyla yapılmıştır. YÖNTEM: Çalışmaya yaşları 10,78±1,88 yıl (kız); 10,89±1,96 yıl (erkek) olan 119 (54 kız ve 65 erkek) hafif düzeyde zihinsel engelli (HZE) öğrenci katılmıştır. Katılımcıların fiziksel özelliklerinin belirlenmesi amacıyla boy uzunluğu, vücut ağırlığı, beden kitle indeksi (BKİ), vücut yağ yüzdesi, vücut yağ kitlesi ölçümleri alınmıştır. Motorik özelliklerin belirlenmesi amacıyla el kavrama kuvveti, dikey sıçrama, durarak uzun atlama, esneklik, sürat testleri uygulanmıştır. Elde edilen verilerinin analizinde IBM SPSS 22 paket programı kullanılmıştır. Verilerin değerlendirmesinde tanımlayıcı istatistiksel yöntemler kullanılmıştır. BULGULAR: Yapılan test ve ölçümler sonucunda öğrencilerin sırasıyla yaş, boy uzunluğu, vücut ağırlığı ve BKİ değerleri; kız 142,89±12,3 cm; 42,21±16,4 kg; 20,48±5,9 kg/m2, erkek; 145,90±13,9 cm; 42,70±10,3 kg; 19,58±5,4 kg/m2 olarak tespit edilmiştir. Katılımcıların %52,9'u zayıf beden kitle indeksine sahip olduğu belirlenmiştir. Erkek öğrencilerde % 3,1, kız öğrencilerde % 11,1 obezite oranı saptanmıştır. Erkek öğrencilerin esneklik testi dışındaki tüm motor performans testlerinde kız öğrencilerden daha iyi performans gösterdikleri belirlenmiştir. SONUÇ: Özel gereksinimli öğrencilerin yaşları arttıkça motor performanslarında da artış gözlenmiştir. Bu bulgu literatürle benzerlik göstermektedir. Araştırmamıza katılan öğrencilerin zayıf veya normal beden kitle indeksine sahip oldukları saptanmıştır. Literatürde özel gereksinimli çocukların sedanter yaşam biçimine bağlı olarak BKİ'ne göre değerlendirildiğinde aşırı kilolu ve obez grupta oldukları bildirilmiştir. Bu farklılık öğrencilerin sosyo-ekonomik farklılıkları, örneklem sayısının az olması, ders dışı ve/veya okulda fiziksel aktiviteye katılım durumlarından kaynaklanabilir.

DETERMINATION OF SELECTED PHYSICAL AND MOTORIC FEATURES STUDENTS WITH SPECIAL NEEDS FROM 7-14 AGE GROUPS

PURPOSE: The aim of this study was to determine selected physical and motor features of students with special needs. METHOD: 119 (54 female and 65 male) mildly mentally retarded students participated in the study. Body length, body weight, body mass index (BMI), body fat percentage, body fat mass measurements were taken to determine the physical features of the participants. Hand grip strength, vertical jump, long jump, flexibility, speed tests have been applied to determine motoric features. In the analysis of the research data, IBM SPSS 22 package program was used. Descriptive statistical methods were used to evaluate the obtained data. RESULTS: Age, height, body weight and BMI values of the female students were: 10.77 ± 1.88 years; 142.89 ± 12.3 cm; 42.21 ± 16.4 kg; 20,48 ± 5,9 kg / m2; male syudents: 10,89 ± 1,96 years; 145,90 ± 13,9 cm; 42.70 ± 10.3 kg; 19,58 ± 5,4 kg / m2. 52.9% of the participants had a poor body mass index. Obesity was found to be 3.1% in male students and 11.1% in female students. It was found that male students performed better than girls in all motor performance tests except the flexibility test. CONCLUSION: As the age of students with special needs increased, motor performance also increased. These findings are similar to the literature. It was determined that the students who participated in my research had had a weak and normal body mass index. In the literature, it was seen that the children with special needs had been in overweight and obese group according to the BMI depending on the sedentary lifestyle. This can be due to the socio-economic differences of the students, and the participation in physical activity in the extracurricular and / or school.

SB115

TS BASKETBOL SPORCULARININ DOMİNANT VE NON-DOMİNANT OMUZ KAS KUVVETİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

[1]Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi Ve Rehabilitasyon Bölümü, Ankara, Türkiye.

Email :

Giriş: Tekerlekli sandalye (TS) basketbol sporu paralimpik branşlar içerisinde en popüler olan spor dallarından biridir. Bu spor top sürme esnasında asimetrik özellik gösterirken, top atışları esnasında simetrik özellik göstermektedir. Her spor dalında olduğu gibi bu sporda da hem konsantrik ve egzantik kas kuvveti hem de dominant ve non dominat taraf kas kuvvet simetrisi spor performansı açısından önemli bir parametrelerdir. Bu bağlamda TS basketbol sporcularında dominant ve dominant olmayan taraf omuz ekleminin konsantrik ve eksantrik kas kuvvetinin karşılaştırılması olası asimetri durumunun ortaya konulması ve buna uygun stratejik antrenman programının geliştirilmesi açısından önem arz edecektir. Amaç: Bu bilgiler ışığında amacımız TS basketbol sporcularında dominant ve dominant olmayan taraf omuz ekleminin konsantrik ve eksantrik kas kuvvetinin karşılaştırmaktır. Yöntem: Çalışmamıza 12 TS basketbolu genç milli takım sporcuları dahil edildi. Sporcuların dominant ve non-dominat omuz eklemi internal ve eksternal rotatör kaslarının konsantrik ve eksantrik kas kuvveti IsoMed 2000 cihazı ile 60 ve 180º/sn açısal hızlarda ölçüldü. Sporcuların kas kuvvet ölçümleri sonucundaki izokinetik kuvvet parametreleri kaydedildi. Dominant ve non-dominant taraf omuz eklemi eklemi kas kuvveti karşılaştırması Mann Whitney-U testi ile yapıldı. Bulgular: Çalışmaya dahil edilen sporcuların 60 ve 180°/sn açısal hızlarda dominant ve non-dominant taraf omuz eklemi internal ve eksternal rotatör kaslarının konsantrik ve eksantrik izokinetik kas kuvvet değerleri arasında fark olmadığı belirlendi ($p>0,05$). Sonuç: Çalışmamız sonucunda TS basketbolu genç milli takım sporcularının omuz internal ve eksternal rotatör kaslarının konsantrik ve eksantrik kas kuvveti arasında bir asimetri durumu olmadığı belirlendi. Dominant ve non-dominant taraf kas kuvvet asimetrisi hem postürü hemde sportif performansı negatif yönde etkileyebilir. Kas kuvvet simetrisi bu bağlamda önem arz etmektedir. Bu nedenle tüm spor branşları için simetrik kuvvetlendirme ve antrenman programı önerilmektedir. Çalışmamıza dahil ettiğimiz sporcuların milli takım düzeyinde olması sonuçlarımızı etkilemiş olabilir. Bu nedenle TS daha amatör düzeyde olan basketbol sporcularının inceleneceği çalışmalara da ihtiyaç vardır.

COMPARISON OF DOMINANT AND NON-DOMINANT SHOULDER MUSCULAR STRENGTH OF WHELLCAHIR BASKETBALL ATHLETES

Introduction: Wheelchair (WC) basketball sport is one of the most popular sports in paralympic sports. This sport shows a symmetrical feature during cannon shooting, while showing an asymmetrical feature during driving. As in every sports branch, concentric and eccentric muscular strength as well as dominant and non-dominant side muscular strength symmetry are important parameters in this sport. In this context, the comparison of the concentric and eccentric muscle strength of the dominant and non-dominant shoulder joints in WC basketball athletes will be important in terms of the possible asymmetry and the development of appropriate strategic training program. Aim: In this light our aim is to compare the concentric and eccentric muscular strength of the dominant and non-dominant shoulder joint in WC basketball athletes. Methods: 12 WC basketball young national team athletes were included in this study. The concentric and eccentric muscle strength of the dominant and non-dominant shoulder joint internal and external rotator muscles of the athletes was measured with an IsoMed 2000 instrument at angular velocities of 60 and 180º/sec. The isokinetic force parameters were recorded as a result of the muscular strength measurements of the athletes. Comparison of muscle strength between dominant and non-dominant side shoulder joint joints was analyzed by Mann Whitney-U test. Results: It was determined that there was no difference between the concentric and eccentric isokinetic muscular strength values of internal and external rotator muscles of the dominant and non-dominant side shoulder joints at 60 and 180 ° / sec angular velocity of the athletes included in the study ($p> 0,05$). Conclusion: As a result of our study, it was determined that wheelchair basketball young national team athletes did not have an asymmetry between concentric and eccentric muscular strength of shoulder internal and external rotator muscles. Both dominant and non-dominant side muscular strength asymmetry can affect both posture

SB219

SPORTİF AKTİVİTELERİN OTİZMLİ ÇOCUKLARIN SOSYAL BECERİLERİ ÜZERİNE ETKİSİ

***[1]Zekiye Başaran*, [1]Sibel Kaldırım**

[1]Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, KOCAELİ

Email : *zekiye.basaran@kocaeli.edu.tr, sibelkaldirim41@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Sporun insanlar üzerindeki sağlıksal ve sosyal yararları, normal insanlar kadar dezavantajlı bireyler için de önemlidir. Bu çalışmanın amacı da sportif terapi programının, otistik çocukların sosyal beceri gelişimlerine etkisini araştırmaktır. Yöntem: Çalışmanın örneklemini İzmit Otizm Spor Okulu ve Başiskele Özel Yarınlar İçin Rehabilitasyon Merkezinde eğitim alan 8-16 yaş grubu 6 kız 12 erkek toplam 18 otizmli çocuk oluşturmuştur. Araştırmada ön test, son test kontrol grupsuz deneysel model kullanılmıştır. Toplam 12 hafta, haftada 2 gün ve günde 90 dakika çalışılmıştır. Program, temel spor becerileri, top atma, top tutma, masa tenisi, atletizm, cimnastik, denge egzersizleri ve koordinasyon çalışmalarından oluşmuş ve motor becerilerinin gelişimi dikkate alınmıştır. Veriler programın başlangıcında ve bitiminde çocukların ebeveynlerine uygulanan ön test ve son testlerden elde edilmiştir. Veri toplama aracı olarak kişisel bilgi formu ve Sosyal Becerileri Değerlendirme Ölçeği (Avcıoğlu, 2007) kullanılmıştır. Veriler SPSS 25 paket programı ile analiz edilmiştir. Kişisel bilgiler için frekans ve yüzde dağılımları, güvenirlilik için Cronbach's Alpha, ve normal dağılım göstermeyen verilere Wilcoxon, testi ve Independent t testi uygulanmıştır. ($p<0.05$) Bulgular: Çalışmanın sonunda, otistik çocukların sosyal beceri toplam puan ortalamalarının ön testte 131,50±35,89 iken, son testte 266,78±45,03'ya yükseldiği belirlenmiştir. Bu fark istatistiksel olarak da anlamlı (p=,000) bulunmuştur. Bölümler bazında, bütün bölümlerin ortalamalarında artış tespit edilmiştir ve bu artışlar istatistiksel olarak da anlamlı bulunmuştur (p=,000). Cinsiyet açısından fark bulunmazken, yaş ile saldırgan davranışlarla başa çıkma, kendini kontrol etme, temel konuşma ve bilinçsel beceriler arasında fark bulunmuştur. Sonuç olarak; Uygulanan sportif programın otistik çocukların sosyal becerilerini geliştirmede etkili olduğu görülmüştür. Bu sonuçlara göre otistik çocukların, düzenli olarak bu tür terapatik spor faaliyetleri yapmaları için yönlendirilmelerinin faydalı olacağı söylenebilir. Anahtar Kelimeler: Otizm, Spor, Çocuk, Sosyal Beceriler

THE EFFECT OF SPORTIVE ACTIVITIES ON SOCIAL SKILLS OF AUTISTIC CHILDREN

Introduction and Purpose: The health and social benefits of sports over people are as important for disadvantaged individuals as for normal people. The aim of this study is to investigate the effect of sportive therapy program on the development of social skills of autistic children. Metod: The sample of the study consisted of 18 autistic children in Kocaeli. In the study, experimental model without pretest and posttest control group was used. It was worked total 12 weeks, 2 days a week and 90 minutes a day. The program consisted of basic sports skills, ball throwing, ball holding, table tennis, athletics, gymnastics, balance exercises and coordination exercises and the development of motor skills has been taken into account. The data were obtained from pre-tests and post-tests applied to the parents of the children at the beginning and at the end of the program. Personal data form and Social Skills Assessment Scale (Avcıoğlu, 2007) were used as data collection tools. The data were analyzed with the SPSS 25 packet program and Wilcoxon, and Independent t test were applied to the data with no normal distribution. ($P <0.05$) Findings: At the end of the study, it was determined that the mean scores total of the social skills of the autistic children increased from 131.50 ± 35.89 in the pre-test to 266.78 ± 45.03 in the post-test. This difference was statistically significant (p=.000). An increase in the average of all sections was detected and these increases were statistically significant (p=.000). Conclusion: As a result; it has been seen that the sporting program are effective in improving the social skills of autistic children. According to these results, it can be said that it will be beneficial that autistic children were guided to regularly participate in such therapeutic sports activities. Keywords: Autism, Sports, Children, Social Skills

SB253

İŞİTME ENGELLİ SPORCULARIN İKİLİ GÖREVLER SIRASINDA POSTURAL KONTROL STRATEJİLERİNİ KULLANIMLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ

[1]Deniz Simsek, [2]Caner Ozboke, [2]Ela Arican Gultekin

[1]Eskisehir Teknik Universitesi
[2]Eskişehir Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

Email : *deniz_yenigelen26@hotmail.com, canerozboke@anadolu.edu.tr, earican@anadolu.edu.tr*

Postural kontrolün belirlenmesinde ikili görevler sıklıkla kullanılmaktadır. Genel olarak motor beceri ve bilişsel performansı hedef alan bu görevler bireyin postural kontrolünün belirlenmesine de yardımcı olmaktadır. Gerçekleştirilen araştırmanın amacı işitme engeli olan sporcuların bilişsel ipuçlarını içeren motor görev sırasında, performans surelerindeki değişimleri belirlemektir. Araştırmaya 31 işitme engelli sporcu (erkek=19; kadın=12) ve 34 işitme engelli sedanter (erkek=18; kadın=16) gönüllü olarak dahil edilmiştir. Katılımcıların reaksiyon zamanı düzeylerini belirlemek için FitLight Trainer™ sistemi kullanılmıştır. Araştırmada katılımcılar 8 ışık sensörünü rastgele, ipucu ve karışık ipucu protokollerine uygun şekilde söndürmeye çalışmışlardır. İpucu ve karışık ipucu testlerinde katılımcıya bir sonraki ışığı önceden tahmin etme şansı sunulmuştur. İşitme engeli olan erkek sporcuların reaksiyon zamanı üç testin her birinde işitme engeli olan sedanter erkeklerden anlamlı derecede düşük çıkmıştır (Rastgele Test: t=4,089, p<0,05; İpucu Test: t=3,551, p<0,05; Karışık İpucu Test: t=2,393, p<0,05). İşitme engeli olan kadın sporcuların reaksiyon zamanı da bütün protokollerde işitme engeli olan sedanter kadınlardan istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha düşük tespit edilmiştir (Rastgele Test: t=2,586, , p<0,05; İpucu: t=2,568, p<0,05; Karışık İpucu Test: t=2,899, p<0,05). Araştırmadan elde edilen bulgulara göre; (1) işitme engeli olan sporcuların motor görev sırasında postural kontrol ayarlamalarını otomatik olarak gerçekleştirdikleri, minimal dikkate ihtiyaç duydukları diğer bir değişle daha az bilişsel efor sarf ettikleri, (2) düzenli olarak yapılan fiziksel aktivitelerin ve antrenmanların denge kontrolünde görev alan, başta proprioseptif sistem olmak üzere diğer sistemler üzerinde de olumlu yönde gelişim gösterdiği ifade edilebilir. Bu durumun antrene sporcuların postural adaptasyonlarını geliştirerek denge yetenekleri üzerinde önemli etkiye sahip olduğu ve postural görevin zorluğu arttıkça elit sporcunun postural salınımındaki artışı düzenleyebilmesi için ekstra çabaya ihtiyaç duymadıklarını desteklemektedir. Anahtar Kelimeler: postural kontrol, işitme engelli, bilişsel performans, motor beceri.

EVALUATION OF USE OF POSTURAL CONTROL STRATEGIES DURING DUAL-TASK OF HEARING IMPAIRED ATHLETES

Dual-tasks are often used with postural control. These tasks, which generally target motor skills and cognitive performance, also help to determine the individual's postural control. The purpose of this study is to determine the changes in performance during the motor task, which includes the cognitive cues of the hearing impaired athletes. 31 hearing impaired athletes (male = 19, female = 12) and 34 hearing impaired sedentary (male = 18, female = 16) were included voluntarily in the study. The FitLight Trainer™ system was used to determine participants' reaction time levels. In the study, participants tried to reach 8 light sensors according to random, clue and mixed cue protocols. In cue and mixed cue tests, participants were given the chance to predict the next light. The reaction time of hearing-impaired male athletes was significantly lower than the hearing-impaired sedentary men in each of the three tests (Random Test: t = 4, 089, p <0,05; Cue Test: t = 3,551, p <0,05; Mixed Cue Test: t = 2, 393, p<0.05). The reaction time of hearing-impaired female athletes was statistically significantly lower than that of sedentary hearing-impaired women for all protocols (Random Test: t=2,586, p<0,05; Cue Test: t=2,568, p<0,05; Mixed Cue Test: t=2,899, p<0,05). According to the findings obtained from the research; (1) hearing-impaired athletes perform postural control adjustments automatically during the motor task, they require minimal less cognitive effort than they need to be minimally considered, (2) regular physical activities and trainings, showed a positive development on other systems especially proprioceptive system which take charge in balance control. This supports that trainee athletes has significant influence on their balance ability by developing postural adaptations and that as the difficulty of the postural task increases, elite athletes do not need extra effort to regulate the increase in postural release. Key words: postural control, hearing impaired.

SB341

YETİ YİTİMİ OLAN BİREYLERİN EGZERSİZ DAVRANIŞI DEĞİŞİM BASAMAKLARI, EGZERSİZ FAYDA/ENGEL ALGISININ VE FİZİKSEL AKTİVİTE ALIŞKANLIKLARININ İNCELENMESİ

***[1]Necip Demirci*, [2]Ferhat Esatbeyoğlu, [1]Şeyma Julide Özen, [1]Hazel Kıratlı, [1]Ayda Karaca**

[1]Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara
[2]Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara

***Email :** necip.dmrc@gmail.com, ferhatesatbeyoglu@hotmail.com, jozen.7196@gmail.com, kiratli.hazel@gmail.com, aydakaraca@gmail.com*

Giriş ve amaç: Fiziksel aktivite (FA) alışkanlığının edinilmesi ve korunması genel nüfus kadar yeti yitimi olan bireyler için de elzemdir. Bundan dolayı sağlıklı yaşam biçimi davranışı edinme yolunda FA alışkanlıklarını edinme ve devam ettirebilme faktörlerini ortaya koymak önemlidir. Buradan hareketle bu çalışmanın amacı; yeti yitimi olan bireylerin, egzersize katılım süreleri, egzersiz davranışı değişim basamakları ve egzersiz fayda/engel algısının bazı demografik değişkenlere göre incelenmesidir. Yöntem: Çalışmaya Ankara ilinde bulunan 130 yeti yitimi olan birey gönüllü olarak katılmıştır (n=90 görme, n=20 işitme ve n=10 bedensel). Egzersiz Davranışı Değişim Basamakları Anketi (EDDBA), Fiziksel Aktivite Alışkanlığı Değerlendirme Anketi (FAADA) ve Egzersiz Fayda/Engel Ölçeği (EFEEÖ) katılımcılara uygulanmıştır. Katılımcıların egzersize katılım sürelerinin ve egzersiz fayda-engel algılarının cinsiyet, yaş, medeni durum ve eğitim seviyelerine göre incelenmesinde bağımsız gruplarda t-testi kullanılmıştır. Bulgular: Yeti yitimi olan bireylerin egzersiz davranış değişim basamaklarının cinsiyet, yaş, medeni ve eğitim durumlarına göre frekans ve yüzde dağılımları elde edilmiştir. FAADA sonuçlarına göre katılımcıların egzersize katılım sürelerinde cinsiyetler arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde fark elde edilmiştir ($p>0,05$). Ancak yaş, medeni ve öğrenim durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır ($p<0,05$). Katılımcıların EFEEÖ'ne göre egzersiz fayda/engel algısında medeni durumları arasında anlamlı bir fark gözlemlenirken ($p>0,05$), cinsiyet, yaş ve eğitim durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark elde edilmemiştir ($p<0,05$). Sonuç: Egzersiz davranışı değişim basamakları bakımından yeti yitimi olan bireylerin yaklaşık yarısının niyet öncesi dönemde olduğu, yaklaşık yarısının ise devamlılık döneminde olduğu bulunmuştur. Erkek yeti yitimi olan bireylerin egzersiz sürelerinin daha uzun olduğu ve evli olan yeti yitimi olan bireylerin egzersiz fayda/engel algısının bekâr yeti yitimi olan bireylerden daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır.

Anahtar kelimeler: Egzersiz davranışı değişim basamakları, fiziksel aktivite alışkanlığı, fayda/engel

INVESTIGATION OF EXERCISE STAGES OF CHANGE, THE PERCEPTION OF EXERCISE BENEFITS/BARRIERS AND HABITUAL PHYSİCAL ACTIVITY OF INDIVIDUALS WITH DISABILITIES

Introduction and aim: It is very significant to form a habit of physical activity (PA) and maintain it for general population as well as individuals with disabilities (IWD). From this point of view, it is imperative to discover factors getting into the habit of PA and maintaining it to obtain the healthy lifestyle behaviours. The aim of this study was to investigate exercise duration, exercise stages of change and perception of exercise barriers/benefits with respect to some demographic variables of IWD. Method: 130 individuals in Ankara city took part in this study voluntarily (n=90, individuals with vision loss; n=20, individuals with hearing loss; and n=10, individuals with physical disabilities). Exercise Stages of Change Questionnaire (ESOCQ), Habitual Physical Activity Assessment Questionnaire (HPAAQ) and Exercise Benefits/Barriers Scale (EBBS) were administrated to participants. Independent samples t-test analysis was used to investigate whether exercise duration and perception of exercise benefits/barriers differ according to gender, age, marital status, and education level. Findings: Percentage and frequency distribution of gender, age, marital status and education level according to exercise stages of chance were obtained. HPAAQ findings revealed that there is a statistical difference between genders in exercise duration ($p>0,05$) whereas no statistical differences were found among age, marital status and education level ($p<0,05$). On the other hand, significant differences were observed related to the perception of exercise benefit/barrier between singles and married

IWD (p>0,05) while no statistical differences were found among age, marital status and education level (p<0,05). Conclusion: In exercise stages of change, it was found that almost half of IWD were in the pre- contemplation stage whereas almost half of IWD were in the maintenance stage. Male IWD had longer exercise duration compared to female IWD, married IWD had higher exercise benefit/barrier perception than single IWD.

Key words: Exercise staged of change, habitual physical, exercise benefit/barrier

SB383

OTİSTİK ÇOCUKLARA UYGULANAN YER DEĞİŞTİRME VE NESNE KONTROLÜ TEMEL HAREKET BECERİ PROGRAMININ REAKSİYON DÜZEYİNE ETKİSİ

***[1]Sinan Vural*, [1]Figen Altay**

[1]Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi,ANKARA

Email : *sinanvural96@gmail.com, faltay@hacettepe.edu.tr*

Otistik çocuklarda yer değiştirme ve nesne kontrol temel hareket becerilerinden oluşan çalışma programının reaksiyon zamanına etkisini araştırmak amacıyla yapılmıştır. Araştırmaya, Otizm Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezinde eğitim gören 5 denek ve 4 kontrol grubunda yer alan toplam 9 Atipik otizmli öğrenciler amaçlı örnekleme dayalı olarak seçilmiştir. Bu araştırmada veri toplama aracı olarak dokunsal reaksiyon zamanı ölçümü için; Japon T.K.K. firmasınca geliştirilmiş bir çubuk ve görsel reaksiyon zamanı ölçüm testi için New-Test 1000 aleti kullanılmıştır. Verilerin toplanmasında, çalışma grubundaki çocuklara 6 hafta süreyle haftada bir gün 40 dakika araştırmacı ile birebir çalışma yapılmıştır. 40 dakikanın ilk 10 dakikası ısınma,30 dakikası nesne kontrolü ve yer değiştirme becerileri içeren hareket dizinleri uygulanmıştır. Hareket dizinlerinde görsel uyaranlara yönelik yer değiştirme becerileri, dokunsal uyaranlara yönelik nesne kontrol becerileri alt boyutlarına uygun etkinliklere yer verilmiştir. Verilerin analizinde denek ve kontrol grubu görsel ve dokunsal reaksiyon zamanı karşılaştırmasında Mann-Whitney U testi, denek ve kontrol grubunda Wilcoxon eşleştirilmiş iki örnek testi , denek grubunda ise kalıcılığa ilişkin Friedman testi kullanılmıştır. Denek ve kontrol gruplarının görsel ve dokunsal reaksiyon zamanı ön test karşılaştırmalarında fark bulunmamış ($p>0.05$), son testte fark bulunmuştur ($p<0.05$). Denek grubunun görsel ve dokunsal reaksiyon zamanı ön test-son testler arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ($p<0.05$). Denek grubunun kalıcılığa ilişkin Friedman Testine göre hem görsel hem de dokunsal reaksiyon zamanında ön test, son test ve kalıcılık test ölçümlerinin birbirleriyle karşılaştırılmasından anlamlı bir değişim olmadığı anlaşılmaktadır. Sonuç olarak, programın kalıcılığına bakıldığında çocuklara verilen hareket eğitimi programının etkisinin olumlu olduğu ve günlük yaşamda yapacakları aktivitelerde de olumlu katkı sağlayacağı düşünülebilinir.

THE EFFECT OF BASIC MOVEMENT ABILITY PROGRAMME OF CHANGING PLACES AND OBJECT CONTROL APPLIED TO AUTISTIC CHILDREN ON THE REACTION LEVEL

This study aims to reveal the effect of the working program that is composed of changing places and object control in the reaction time of the autistic children. Nine students, 5 in the experimental group and 4 in the control group, who have atypical autism and who attend Autism Special Education and Rehabilitation Center were selected as a sample. For measuring tactile reaction time, a stick developed by the Japanese firm T.K.K and New-Test 1000 device are used for visual reaction time measurement. In data collection, one-to-one study, which lasts 40 seconds, is made with the children in the study group by the researcher once a week for six weeks. The first ten minutes is a warm-up, and movement series composed of object control abilities and changing places abilities are applied. Suitable activities were given place as changing place activities directed towards visual stimulants and object control activities directed towards tactile stimulants. In the data analysis, Man-Whitney U test is used in the comparison of visual and tactile reaction time in experiment and control group, Wilcoxon test in experiment and control group, Friedman test was used as regarding retention in the experiment group. No difference has been found in the pre-test comparison of the visual and tactile reaction time of experiment and control groups ($p>0.05$), a difference has been found in the last test ($p<0.05$). According to Friedman test regarding the retention in the control group, it is understood that there is not a significant change obtained by comparing pre-test, final test and retention test in both visual and tactile reaction time. In conclusion, when the retention of the program is taken into consideration, it may be thought that the movement education program applied to children has a positive effect and it may contribute to the activities in daily life.

SB412

BÜTÜNLEŞİK FİZİKSEL AKTİVİTE PROGRAMININ OTİZM SPEKTRUM BOZUKLUĞU OLAN VE OLMAYAN ÇOCUKLARIN MOTOR BECERİ, SOSYAL BECERİ VE TUTUMLARI ÜZERİNDEKİ ETKİLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Ahmet Sansi*, [2]Sibel Nalbant, [2]Dilara Özer**

[1]Batman Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu, BATMAN
[2]Gedik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İSTNABUL

***Email :** ahmetsansi72@hotmail.com, ,*

Bu araştırmanın amacı; bütünleşik fiziksel aktivite programının otizm spektrum bozukluğu (OSB) olan çocuk ve akranlarının psikomotor ve psikososyal özellikleri üzerindeki etkilerini incelemek ve bu uygulamaların işleyişi hakkında OSB'li çocukların özel eğitim öğretmenleri, gönüllü beden eğitimi öğretmenleri, akranları ve ebeveynlerinin fikirlerini ve düşüncelerini ayrıntılı bir şekilde anlamaktır. Araştırmaya 23 OSB'li çocuk ve 24 normal gelişim gösteren (NGG) akran katılmıştır. Yaşları 7-10 yıl arası değişen katılımcılar, motor beceri, sosyal beceri ve tutum düzeyleri açısından eşit dağılım göstermesi koşulu ile rastgele örneklem tekniğine göre uygulama grubu (UG) ve kontrol grubu (KG) olmak üzere iki eşit gruba ayrılmışlardır. UG 12 hafta süre ile haftada 2 gün ve günde 1 saat olmak üzere, temel hareket becerisi gelişimine yönelik planlanan bütünleşik fiziksel aktivite programına katılırken, KG bu süreçte hiçbir aktiviteye katılmamıştır. Çalışma öncesinde yapılan değerlendirmelerin sonuçlarına göre, NGG ile OSB'li UG ve KG' deki katılımcıların başlangıçta benzer motor beceri özelliklerine sahip oldukları belirlenmiştir (p>.05). Çalışma öncesinde yapılan ve çalışmanın bir diğer amacını oluşturan NGG akranların tutumları AAÖ ve SKL ölçekleri incelendiğinde de grupların başlangıçta benzer değerlere sahip olduğu saptanmıştır(p>.05). Ayrıca OSB li çocukların çalışma başlangıcındaki sosyal beceri düzeyleri arasında da istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı ve katılımcıların başlangıçta benzer sosyal beceri düzeylerine sahip oldukları sonucuna ulaşılmıştır (p>.05). Yapılan çalışmanın sonucunda, 12 haftalık BUFA programının OSB'li çocukların, motor beceri ve sosyal becerileri üzerinde etkili olduğu, NGG akranlar açısından ise BUFA' ya katılımla motor becerilerin geliştiği ve OSB'li akranlarına yönelik tutumlarında olumlu değişimler olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Otizm Spektrum Bozukluğu, Motor Beceri, Tutum, Sosyal Beceri, Bütünleşik Fiziksel Aktivite

INVESTIGATION OF THE EFFECTS OF THE INTEGRATED PHYSICAL ACTIVITY PROGRAM ON MOTOR SKILLS, SOCIAL SKILLS AND ATTITUDES OF CHILDREN WITH AND WITHOUT AUTISM SPECTRUM DISORDER

The aim of this research is to examine the impact of the inclusion in physical activity program on the psychomotor and psychosocial characteristics of the autism spectrum disorders (ASD) children and their peers to understand in detail the ideas and thoughts of special education teachers, voluntary physical education teachers, peers and parents of ASD children about the functioning of these practices. 22 students with ASD (studies of participants n: 13, control group n:9) and 23 peers typical development (studies of participants n: 14, control group n:9) are included in the research. Participants (ages between 7-11) were randomly assigned to one of two conditions (1) studies of participants (participating in the program of inclusion in physical activity;12 weekly, 2 x / week, 1x / day); (2) control group (participate in any activity) that in all groups have to be similar level of motor skill, social skill and attitude. The similarity of groups in terms of motor skills, social skills and attitudes in initial measures was examined participants' motor skills, social skills and attitudes were assessed 2 times at the beginning of the practice and at the end of the 12th week. Further, at the end of 12 weeks, children with ASD were interviewed with special education teachers, voluntary physical education teachers, peers and their parents. Statistical analyses revealed that; in baseline measurement, participant had similar motor skills, social skills and attitudes

characteristics (p>,05). As a result, it was concluded that the 12-week IPAC affected the motor skills and social skills children with ASD. In terms of peers, participation in IPAC has resulted in positive developments in motor skills and attitudes towards to children with ASD.

Key Words: Autsim Spectrum Disorders, Motor Skill, Attitude, Social Skill, Inclusion in Physical Activity

SB469

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN BİLİŞSEL ESNEKLİK DÜZEYLERİ VE KAYNAŞTIRMA EĞİTİMİNE YÖNELİK BAKIŞ AÇILARININ BAZI DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ

***[1]Atike Yılmaz*, [2]Gonca İnce, [1]Hüseyin Kırımoğlu**

[1]Muş Alparslan Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Muş
[2]Çukurova Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Adana

***Email :** atiketan@gmail.com, gince@cu.edu.tr, hkirim2005@gmail.com*

Araştırma üniversite öğrencilerinin bilişsel esneklik düzeyleri ile kaynaştırma eğitimine yönelik bakış açısı arasındaki ilişkinin bazı değişkenler açısından incelenmesi amacıyla gerçekleştirilmiştir. Genel tarama yöntemi kullanılan araştırmanın çalışma grubunu Beden Eğitimi ve spor Öğretmenliği bölümü, Antrenörlük bölümü ve Çocuk Gelişimi bölümü 149 (99 kadın, 50 erkek) öğrencilerden oluşturmaktadır. Araştırmada, Aksüt ve ark. (2005) tarafından geliştirilen ''Kaynaştırma Eğitimi Anketi'', Gülüm ve Dağ (2012) Türkçe'ye uyarlanan ''Bilişsel Esneklik Envanteri'' ve araştırmacılar tarafından geliştirilen ''Kişisel Bilgi Formu'' kullanılmıştır. Araştırmanın verilerinde elde edilen bulgularda; yaş, cinsiyet, bölüm, ailede engelli birey bulunma durumu, özel eğitim stajı yapma durumu açısından anlamlı farklılık çıkmazken alan stajlarında kaynaştırma öğrencisi olma durumuna göre kaynaştırma eğitimine yönelik bakış açılarında anlamlı farklılık çıkmıştır. Bilişsel esneklik düzeyleri ve kaynaştırma eğitimine yönelik bakış açısı arasında ki korelasyonda anlamlı bir farklılık çıkmıştır. Sonuç olarak alan stajlarında kaynaştırma öğrencisi bulunan öğrencilerin kaynaştırma eğitimine yönelik bakış açılarının olumlu olduğu ve bu durumun bilişsel esneklik düzeyleri üzerinede olumlu etkisi olduğu ifade edilebilir.

ANALYSIS OF THE COGNITIVE FLEXIBILITY LEVELS OF UNIVERSITY STUDENTS AND THEIR PERSPECTIVE TOWARDS INCLUSIVE EDUCATION ACCORDING TO CERTAİN VARIABLES

The research was conducted to examine the relationship between cognitive flexibility levels of university students and their perspective of inclusive education in terms of certain variables. The study group of the research consists of 149 students (99 female, 50 male) from the Department of Physical Education and Sports Teaching, Department of Coaching and Department of Pediatric Development. In the research, “Inclusive Education Survey” developed by Aksüt et al. (2005), “Cognitive Flexibility Inventory” adopted to Turkish by Gülüm and Dağ (2012) and “Personal Information Form” developed by the researchers were used. In the findings obtained from the research data, while there was not a significant difference in terms of age, gender, department, presence of disabled individual in the family, state of undergoing a special training internship, there was a significant difference in terms of perspectives towards inclusive education according to presence of an inclusive student in field internship. There was a significant difference in the correlation between the cognitive flexibility levels and perspective towards inclusive education. Consequently, it may be stated that the students who have inclusive students in field internships have a positive view of inclusive education and this has a positive effect on cognitive flexibility levels.

SB486

OTİZM MERKEZLERİNDE ÇALIŞAN SPOR LİDERLERİNİN İŞ DOYUM VE MESLEKİ TÜKENMİŞLİK DÜZEYLENRİNİN ÇEŞİTLİ FAKTÖRLER AÇISINDAN İNCELENMESİ

***[1]Menşure Aydın*, [2]Hakan Akdeniz, [2]Bergün Meriç Bingül, [3]Deniz Demirci, [2]Yasin Yılmaz, [2]Barış Kars**

[1]Haliç Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu, İSTANBUL
[2]Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, KOCAELİ
[3]Istanbul Bilgi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi

***Email :** mensureaydin@halic.edu.tr, hakanakdeniz@gmail.com, bergunmeric@gmail.com, dnzarda@yahoo.com.tr, ysnylmz44.s@gmail.com, barıskarslı@gmail.com*

GİRİŞ ve AMAÇ: Araştırmanın amacı otizmli bireylere hizmet veren spor liderlerinin iş doyum ve mesleki tükenmişlik düzeylerinin incelenmesidir. METOD:Araştırmaya otizmli çocuklara hizmet veren değişik merkezlerde spor liderliği yapan 22 kadın, 30 erkek olmak üzere 52 tane spor lideri alınmıştır. Katılımcılara; kişisel bilgi Formu, Maslach Tükenmişlik Ölçeği ve Minnesota İş Doyumu Ölçeği uygulanmıştır. Verilerin istatistiksel analizlerinde SPSS 21 Paket Programı kullanılmıştır. Katılımcılarla ilgili genel bilgilerde frekans ve yüzde değerlerine bakılmıştır. Hipotezlerin test edilmesinde tek faktörlü varyans analizi (One-Way Anova) ,T testi yöntemi ve korelasyon analizleri yapılmıştır. BULGULAR:Araştırma sonucunda; spor liderlerinin kaç yıldır bu işle uğraştıkları ve yaş değişkenlerine göre mesleki tükenmişliklerinde ve iş doyumlarında fark bulunmuştur. ($P<0.05$). Korelasyon analizlerinde; duygusal tükenme ile duyarsızlaşma, kişisel başarı ile içsel ve dışsal doyum arasında, kişisel başarı ve genel doyum arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($P<0,05$). SONUÇ: Sonuç olarak otizmle çalışan spor liderlerinin iş doyumu ve mesleki tükenmişlik yaşadıkları düşünülebilir. Korelasyon analizlerine göre ise; kişisel başarıları arttıkça içsel-dışsal ve doyum düzeylerinde artış olduğu, meslek başarıların iş doyumlarını arttırdığından söz edilebilir. Anahtar kelime: Spor liderliği, iş doyum, tükenmişlik

REVIEWING THE LEVEL OF OCCUPATIONAL BURNOUT AND JOB SATISFACTION OF SPORTS LEADERS WHO WORK IN AUTISM CENTER IN TERMS OF SEVERAL FACTORS

INDRODUCTION and AİM: The purpose of the study is to analyze the level of occupational burnout and job satisfaction of sports leaders who work in autism centers. METHOD: Entirely 52 sports leaders (22 female, 30 male) who work in different autism centers were accepted to the research. Personal Information Form, Maslach Burnout Inventory, and Minnesota Job Satisfaction Scale were applied to the participants. SPSS 21 packaged software was used in statistical analysis of the data. Frequency and percentage values were considered for the general information of participants. Single factoral variance analysis (One-Way ANOVA), T-test method and correlation analyses were performed to test the hypotheses. RESULTS:At the end of the research, there is found differences in occupational burnout and job satisfaction of sports leaders in terms of the age and job experience variables. ($P<0,05$) In correlation analyses, a positive significant relationship can be seen between emotional exhaustion and desensitization; personal success and intrinsic-extrinsic satisfaction; personal success and general satisfaction ($P<0,05$). CONCLUSION:it can be thought that sports leaders who work about autism feel job satisfaction and occupational burnout. With reference to the correlation analyses, as the personal success increases, there is also seen an increase in intrinsic-extrinsic and satisfaction levels. Occupational success increases the job satisfaction at the same time. Keywords: Sports Leadership, job satisfaction, exhaustion.

SB499

İŞİTME ENGELLİ ÇOCUKLARA UYGULANANA TENİS EGZERSİZLERİNİN MOTOR BECERİLERİNE KATKISININ ARAŞTIRILMASI

[1]Ahmet Şirinkan, [1]R. Nazım Saraçoğlu, [1]Emre Belli

[1]Atatürk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, ERZURUM

Email : *asirinkan@hotmail.com, asirinkan@hotmail.com, asirinkan@hotmail.com*

Amaç: Bu araştırmanın amacı, İşitme engelliler ilkokulu ve ortaokulunda eğitim gören 10-15 yaş grubundaki öğrencilerine uygulanan tenis egzersizlerinin motor becerilerine katkısının araştırılmasıdır. Materyal ve Metot: Araştırmaya 10-15 yaş grubunda 18 öğrenci (8 kız+10 erkek) katıldı Çalışmalara başlamadan önce öğrencilere ilk testler uygulanarak kaydedildi. Çalışmalar haftada 2 gün, 90-120 dakika olarak planlanarak 12 hafta devam edildi. 12 haftalık uygulama programı sonunda çocuklara son test olarak yeniden uygulandı. Analiz:Elde edilen veriler spss.20 programı ile analiz frekans, aritmetik ortalama ön test ve son test karşılaştırma için varyans analizi (ANOVA) ile hesaplanarak tablolaştırıldı. Sonuç ve Değerlendirme: Araştırma sonunda, 10-15 yaş grubundaki çocukların motor beceri değerleri ($p<0,05$) anlamlı bulunmuştur. Sonuç olarak işitme engelli 10-15 yaş grubundaki öğrenciler için uygulanan tenis egzersizlerinin motor beceri gelişimine olumlu yönde etki ettiği bulgularına ulaşılmıştır. Anahtar Kelimeler: İşitme Engelli, Tenis, motor Beceriler,

INVESTIGATION OF THE CONTRIBUTION OF TENNIS EXERCISES WHICH IS APPLIED TO HEARING-IMPARED CHILDREN TO MOTOR SKILLS

Abstrack Objective: The aim of this research is to investigate the contribution of tennis exercises to the motor skills of students in the 10-15 age group who are educated in primary and secondary schools for hearing impaired. Materials and Methods: 18 students (8 girls + 10 boys) participated in the study between 10-15 age group. The work was planned to be 2 days a week, 90-120 minutes and lasted for 12 weeks. At the end of the 12-week application program, the children were reapplied as a final test. Analysis: The obtained data were tabulated with the ESSP.20 program and analysis frequency, arithmetic mean and variance analysis (ANOVA) for pre-test and post-test . Conclusion and Evaluation: At the end of the study, the motor skill values of children aged 10-15 years ($p< 0.05$) were found significant. As a result, it was found that the tennis exercises for the students in hearing impaired 10-15 age group positively affect motor skill development.

Key words: Hearing Impaired, Tennis, Basic Skills,

SB651

AMBULATUAR SEREBRAL PALSİLİ ÇOCUKLARDA SU VE KARA SPORTİF AKTİVİTELERİN KALÇA ÇEVRESİ KAS KUVVETİ VE ENDURANS ÜZERİNE ETKİSİ

***[1]Sibel Yeniay*, [1]Turgay Altunalan, [1]Tuba Derya Doğan, [1]Nihan Hande Akçakaya**

[1]Türkiye Spastik Çocuklar Vakfı İstanbul

***Email :** sibelyeniay@tscv.org.tr, turgayaltunalan@tscv.org.tr, tubadogan@tscv.org.tr, nhakcakaya@gmail.com*

Giriş ve amaç

Serebral palsi (SP), gelişmekte olan merkezi sinir sisteminde ilerleyici olmayan hasar sonucu oluşan; hareket ve postürün gelişim bozukluğu ile karakterize bir durumdur. SP'li çocuklarda hareket problemleri fiziksel aktivite, spor ve katılım alanlarında zorluklar yaşamalarına neden olur. Amacımız ambulatuar SP'li çocuklarda su içi ve kara spor aktivitelerinin kalça çevresi kas kuvveti ve endurans üzerine etkisini incelemektir.

Yöntem

Çalışmaya, SP tanısı almış, Kaba Motor Fonksiyon Sınıflandırma Sistemi (KMFSS) 1-2-3 seviyesindeki, son 6 ay içinde sportif aktivitelere katılmamış, 7-14 yaş aralığında 34 çocuk dahil edildi. Eşlik eden kronik rahatsızlığı olan, aktivitelere katılımını engelleyecek kadar görme yetersizliği, iletişim kurulamayacak kadar kognitif problemi olan, son 6 ay içinde Botullinum toksin, son 12 ay içinde cerrahi operasyon geçirmiş çocuklar çalışmaya alınmadı. Çalışmaya düzenli katılım göstermeyen 14 çocuk çalışma dışı bırakılarak 21 çocuk (10 erkek) ile çalışma tamamlandı. Çocukların enduranslarını değerlendirmek için 6 dakika yürüme testi, kas gücünü değerlendirmek için manuel kas testi kullanıldı. Spor aktiviteleri her iki grupta da standart fizyoterapi programına ek olarak uygulandı. Suda ve karada spor aktivite programı 12 hafta boyunca, haftada 2 kere ve her program uygulaması arasında en az 2 gün olacak şekilde yapıldı. Çocuklar suda ve karada 3-4 kişilik gruplar halinde çalıştı.

Bulgular

Çalışma sonunda bütün çocukların kas gücü ve endurans ortalamasında kazanım sağlandı. Ancak sadece su içi grubunda sağ taraf kalça abduksiyon (p=0,007), ekstansiyon (p=0,027); sol taraf kalça abduksiyon (p=0,007), ekstansiyon (p=0,01) ve fleksiyon (p=0,006) kas güçlerinde istatistiksel olarak anlamlı bir değişim mevcuttur. Her iki grupta da 6 dakika yürüme testi ortalaması artmıştır ancak istatistiksel olarak anlamlı bir değişim (p=0,056) bulunamadı. Sonuç Spor aktivitlerinin çocukların kas gücü ve endurans seviyelerine olumlu etkisi gösterilmiştir. Su içi spor aktiveteler kas gücünü arttırmak için karaya göre anlamlı bir şekilde daha etkilidir.

EFFECTS OF WATER AND LAND SPORT ACTIVITIES ON HIP CIRCUMFERENCE MUSCLE STRENGTH AND ENDURANCE IN CHILDREN WITH CEREBRAL PALSY

Purpose Cerebral Palsy (CP), is a condition caused by a non-progressive damage to the developing central nervous system; and characterized by movement and posture developmental disturbance. Movement problems in CP children cause difficulties in physical activity, sports and participation. Aim is to examine the effects of water and land sports activities on hip circumference muscle strength and endurance in ambulatory CP children.

Method

34, 7-14 age CP children who didn't participate in sports activities during the last 6 months and who were at 1-2-3 level of the Gross Motor Function Classification System were included. Children with chronic illness, visual insufficiency to prevent their participation in activity, cognitive problem enough to be unable to communicate, who had Botullinum toxin within the last 6 months and underwent surgical operation within the last 12 months were excluded. 14 children without regular participation were excluded and completed the study with 21 children (10 males). 6-min walk test was used to assess endurance, and a manual muscle test was used to assess muscle strength. Sports activities were applied in addition to the standard physiotherapy program in both groups. Program was held for 12 weeks, 2 times a week and at least 2 days between each program application. Children worked in groups of 3-4 child in water and on land.

Results All children achieved muscle strength and endurance average. However, in the water group only there was a statistically significant change in; right side hip abduction ($p = 0.007$), extension ($p = 0.027$); left hip hip abduction ($p = 0.007$), extension ($p = 0.01$), and flexion ($p = 0.006$) muscle strength. The mean 6-min walk test was increased in both groups, but a statistically significant change ($p = 0.056$) was not found.

Discussion Sports activities have been shown to have positive effects on muscle strength and endurance levels

SB698

OTİZMLİ KARDEŞE SAHİP OLAN VE OLMAYAN BİREYLERİN KARDEŞ İLİŞKİLERİNİN İNCELENMESİ (KOCAELİ İZMİT İLÇE ÖRNEĞİ)

***[1]Nalan Suna*, [2]Hakan Akdeniz, [2]Gülşah Sekban, [2]Tuğba Dilmen, [2]Berna Kutun**

[1]Halit Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü İstanbul
[2]Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

***Email :** nalansuna@gmail.com, hakanakdeniz@gmail.com, gsekban@yahoo.com, Tugba.Dilmen@hotmail.com, bernakutun@gmail.com*

Bu çalışmanın amacı otizmli kardeşe sahip olan ve olmayan bireylerin kardeş ilişkilerinin karşılaştırılıp incelenmesidir. Araştırmaya, özel eğitime hizmet eden üç merkezde; 18 erkek, 12 kadın, toplam 30 (otuz)otizmli kardeşe sahip olanlar ile, 2 erkek, 28 kadın toplam 30 engelli kardeşe sahip olmayan kişi oluşturmaktadır. Araştırmada, katılımcılara veri toplama aracı olarak kişisel bilgi formu ve kardeş ilişkileri anketi uygulanmıştır. Verilerin analizinde SPSS 21.0paket programı kullanılmıştır. İstatistiksel incelemede kişisel bilgilerde yüzde ve frekans değerlerine, kardeş ilişkilerinin değerlendirilmesinde grupların bağımsız değişkenlerle Kardeş İlişkileri Anketi'nden aldıkları puanların ortalama, standart sapma ve hataları saptanmıştır. Gruplar arası farklılığın belirlenmesinde T testi yapılmıştır. Araştırma sonucunda; engelli kardeşi olanların kardeş ilişkileri ölçeğinden aldığı puan ortalaması, engelli kardeşi olmayanlardan daha düşük çıkmıştır. Bu fark istatistiksel olarak da anlamlıdır (P<0,05). Bu durum engelli kardeş olması durumunda kardeş ilişkilerinin olumsuz etkilendiğini göstermektedir Anahtar Kelimeler: Otizm, Kardeş İlişkileri, Otizmli Çocuk, Kardeş, Engelli Kardeş

REVIEWING THE SIBLING RELATIONSHIP OF INDIVIDUALS WHO HAVE A SIBLING WITH AUTISM AND WITHOUT AUTISM (KOCAELİ PROVINCE İZMİT DISTRICT CASE)

The goal of this research is to compare and review the sibling relationships of individuals who have a sibling with autism and without autism. The research was composed of 60 people in a center that services to the special training; 30 (18 males, 12 females) of them have a sibling with autism, other 30 (2 males, 28 females) participants have a disabled sibling. Personal information form and sibling relationships survey were applied to the participants as the data collection tool. SPSS 21.0 packaged software was used to analyze the data. The average, standard deviation, and errors of the scores that were obtained from Sibling Relationships Survey and also the independent variables were determined to evaluate the sibling relationship. The t-test was performed to determine the difference between the groups. It is found at the end of the research that the point average of participants who have a disabled sibling is lower than the point average of participants who have not a disabled sibling.(P<0,05) This difference is also statistically significant. This circumstance shows that the sibling relationships are negatively affected in case of there is a disabled sibling.

Keywords: Autism, Sibling Relationships, Autistic Children, Sibling, Disabled Sibling

SB710

ZİHİNSEL YETERSİZLİK, SPOR VE RUHSAL UYUM İLİŞKİSİ

[1]Melek Kozak*, [2]Ekrem Levent İlhan, [2]Yunus Emre Yarayan

[1]Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Karaman
[2]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

***Email :** melek.kozak@gmail.com, leventilhan@gazi.edu.tr, yunus.emre.yarayan@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu araştırmanın amacı; spor yapan ve yapmayan eğitilebilir zihinsel engelli bireylerin hem ebeveyn hem de öğretmen değerlendirmesi üzerinden ruhsal uyum düzeylerini belirlemek ve aynı zamanda cinsiyet değişkenine göre farklılık gösterip göstermediğini incelemektir.

Yöntem: Araştırma grubunu spor yapan ve yapmayan yaşları 8-12 arasında değişen (Xyaş9,78±1,30) 29'u kız (%42,6), 39'u erkek (%57,4) olmak üzere toplam 68 eğitilebilir zihinsel engelli birey oluşturmaktadır. Araştırma kapsamında, sosyo-demografik değişkenlerle ilgili bilgiler araştırmacılar tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu ile toplanmıştır. Araştırmanın amacına ulaşmak için; ölçüm aracı olarak Hacettepe Ruhsal Uyum Ölçeği kullanılmıştır. Ölçeğe ait toplam puan dağılımı için çarpıklık ve basıklık değerlerine bakıldığında dağılımın normal olduğu tespit edilmiştir. Bu doğrultuda betimsel istatistikler frekans (f), yüzde (%), yararlanılmış, bağımsız örneklerde farkı belirlemek için t-testi, değişkenler arasındaki ilişkileri belirlemek için pearson korelasyon analiz yöntemleri kullanılmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara göre, eğitilebilir zihinsel engelli çocukların spor yapma değişkenine göre ruhsal uyum, nevrotik ve davranış sorun düzeyleri ebeveyn ve öğretmen görüşleri açısından incelendiğinde, spor yapan çocukların ruhsal uyum, nevrotik ve davranış sorun düzeylerinin, spor yapmayan çocuklara göre daha iyi olduğu tespit edilmiştir. Diğer davranış sorun düzeyleri ebeveyn ve öğretmen görüşleri bakımından incelendiğinde ise, spor yapan çocukların diğer davranış sorun düzeyleri spor yapmayan çocuklar ile benzer olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca, cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde gruplar içinde istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Eğitilebilir Zihinsel Engelli, Ruhsal Uyum, Özel Sporcu

RELATION BETWEEN MENTAL DISABILITY, SPORT AND EMOTIONAL ADJUSTMENT

Introduction and Aim: The purpose of this research; whether educated mentally disabled individuals sports and non-sports determine the level of emotional adjustment through both parent and teacher evaluation and also examine whether they differ according to gender variable at the same time.

Method: The study group consists of 68 educated mentally disabled individuals, whom are aged between 8-12 (Mage=9,78±1,30) 29 of female (%42.6) and 39 of whom are male (%57.4). Within the scope of the research, information about socio- demographic variables was collected by the personal information form created by the researchers. To reach the purpose of the research; Hacettepe Emotional Adjustment Scale was used as a measurement tool. When the skewness and kurtosis values of the total point distribution of the scale are examined, it is determined that the distribution is normal. In this direction, descriptive statistics were used frequency (f), percentage (%), t-test to determine difference in independent samples, pearson correlation analysis methods to determine relations between variables.

Findings and Results: According to the results of the research, when emotional adjustment, neurotic and behavioral problems of educated mentally retarded children are examined in terms of parent and teacher opinions, it is determined that emoional adaptation,

neurotic and behavior problem levels of sports children are better than non-sports children it was. When other behavior problem levels were examined in terms of parent and teacher opinions, it was determined that the other behavior problem levels of the children performing sports are similar to those of non-sports children. In addition, when gender variable were examined, statistically significant differences were found among the groups.

Key Words: Educable Mentally Disabled, Emotional Adjustment, Special Athlete

SB740

SPOR YAPAN ENGELLİ BİREYLERİN EBEVEYNLERİNİN MUTLULUK DÜZEYİ VE KAYGI DURUMLARI İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

[2]Betül Akyol, [2]Burak Canpolat, [1]Nazlı Nehir Ünal, [3]Ayla Fil Balkan

[1]İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Malatya
[2]İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Malatya
[3]Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi

Email : *betul.akyol@inonu.edu.tr, burak.canpolat@inonu.edu.tr, u_nzlnhrr@outlook.com, aylafil@gmail.com*

Spor Yapan Engelli Bireylerin Ebeveynlerinin Mutluluk Düzeyi ve Kaygı Durumları İlişkisinin İncelenmesi

Özet

Giriş: Engelli çocuk sahibi ailelerin günlük hayatta karşılaştıkları sorunların oldukça fazla olduğu bilinmektedir. Bu sorunlardan dolayı aileler üzerinde kaygı ve stresin oluşmasının yanı sıra mutluluk durumları da diğer ailelere göre farklılık gösterebilir. Amaç: Bu çalışmanın amacı düzenli olarak spor yapan engelli bireylerin ebeveynlerinin mutluluk düzeyi ve kaygı durumları arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesidir. Yöntem: Çalışmaya düzenli olarak spor yapan 50 engelli bireyin ebeveynleri katılmıştır. Her bir ebeveyne Oxford mutluluk anketi ve sürekli kaygı anketi uygulanmıştır. Çalışmaya katılan engelli bireylerin ve ebeveynlerinin bilgileri saklı tutulmuştur. Uygulanan anketlerden elde edilen veriler SPSS 22.0 Pocket Program ile analiz edilmiştir. Bulgular: Yapılan anketler sonucu ebeveynlerin cinsiyet değişkenine, yaşlarına, maddi durumlarına ve eğitim durumlarına göre mutluluk düzeylerinin ve kaygı durumlarının ilişkisi incelenmiştir. Aynı zamanda mutluluk düzeyleri ve kaygı durumlarının kendi aralarındaki ilişki incelenmiş ve anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmüştür. Uygulanan F testi (ANOVA) sonuçlarına göre elde edilen anlamlı farkların hangi gruplar arasında olduğunu görebilmek için çoklu karşılaştırma testi (LSD) yapılmıştır. Elde edilen bulgular neticesinde spor yapan engelli bireylere sahip ebeveynlerin mutluluk düzeyleri ve kaygı durumları cinsiyet ve eğitim durumu değişkenleri açısından anlamlı bir farklılık göstermezken maddi durum ve yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermektedir. Maddi geliri düşük ve yaşı daha yüksek olan ebeveynlerin mutluluk düzeylerinin daha az, kaygı durumlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Sonuç: Bu sonuçlar neticesinde maddi geliri daha düşük olan ailelerin engelli çocuklarının bakımı için gelirlerinin yeterli olmamasının mutluluk düzeylerini ve kaygı durumlarını olumsuz etkilediği anlaşılmıştır. Aynı zamanda daha yaşlı ebeveynlerin kendilerinin ölmesi halinde engelli çocuklarına kimin bakacağı ile ilgili endişe duyduklarını belirtmişlerdir. Bu endişe onların mutluluk düzeyi ve kaygı durumlarını olumsuz etkilemektedir.

Anahtar Kelimeler: Spor, Engelli Ebeveynleri, Mutluluk Düzeyi, Kaygı Durumu

AN ANALYSIS OF THE RELATIONSHIP BETWEEN HAPPINESS LEVEL AND ANXIETY SITUATIONS OF PARENTS OF DISABLED PEOPLE DOING SPORTS

An Analysis of the Relationship Between Happiness Level and Anxiety Situations of Parents of Disabled People Doing Sports

Aim: The purpose of this study is to examine the relationship between the level of happiness and anxiety of parents of disabled people who regularly doing sports in terms of various variables. Method: Parents of 50 disabled people who regularly doing sports participated in the Study. The Oxford happiness questionnaire and the continuous anxiety questionnaire were applied for each parent. The informations of disabled people and parents participating in the work are kept secret. The data obtained from the questionnaires were analyzed with SPSS 22.0 Pocket Program. Results: The questionnaires were analyzed on the relationship between happiness level and anxiety status according to gender variable, age, financial status and educational status of the parents. A multiple comparison test

(LSD) was performed to see which groups the significant differences obtained according to the results of the F test (ANOVA) were applied. As a result of the findings, the level of happiness and anxiety of the parents did not show a significant difference in terms of gender and educational status variables but it showed a significant difference according to the financial situation and age. Parents with older and lower financial status were found to have lower levels of happiness and higher levels of anxiety. Conclusion: These results suggest that families with lower financial incomes have a negative impact on their level of happiness and anxiety due to the inadequate income for the care of their children with disabilities. At the same time, elderly parents have expressed concern about who will take care of children with disabilities if they die. This concern affects negatively their level of happiness and anxiety.

Key Words: Sports, Parents of Disabled, Happiness Level, Anxiety Situation

SB771

ENGELİ OLAN BİREYLERİN PENCERESİNDEN ENGELİ OLMAYAN DÜNYA'YA BAKMAK; SPOR, ENGELİ OLAN BİREYLERİN YAŞAMLARI İLE ENGELİ OLMAYANLARIN DÜŞÜNCELERİNE NASIL ETKİ EDİYOR?

***[1]Ayşegül Aksoy*, [1]Kamil Yazıcıoğlu**

[1]Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara

Email : *papalina.s@gmail.com, kamilyazicioglu@hotmail.com*

Giriş: Türkiye'de 4 milyondan fazla (% 6,6; Sağlık Bakanlığı,2017) engeli olan birey varken Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ, 2018), Dünya'da bir milyardan fazla insanın engellilikle yaşadığını bildirmektedir. Geçen yıllar içinde, engelliliğe yönelik algı gibi (Munyi, 2012) söylem dilinde de "özürlü" kavramından "engeli olan birey" tanımına kadar bir çok değişiklik oldu (Wilson & Khoo, 2013). Amaç: Bu çalışmada "yapabilme yeteneği olan ve olmayan" yaklaşımı bağlamında sporun engeli olan bireylerin yaşamına ve engeli olmayanların algısına nasıl katkılar sağladığını araştırmaktadır. Yöntem: Bu araştırma, doğumdan sonra tanısı koyulmuş ya da doğumdan sonra engele sahip olmuş sporcularla yapılan "yarı- yapılandırılmış" ve "yapılandırılmamış" görüşmelerden oluşan nitel çalışma olarak tasarlanan ve engeli olan bireylerin, engeli olmayan bireylerin, engellilik ve engeli olan bireylerin spor yapması konusunda algılarının ne olduğunu anlayabilmek için yapılmıştır. Görüşmeler, 2018 yılı Haziran ve Eylül yları arasında Türkiye, Fransa ve Portekiz'de yapılmıştır. Veriler NVivo programı ile analiz edilmiştir. Bulgular: Sporcuların çoğu, ana neden olarak rehabilitasyon ve "engelsiz dünyayla" sosyal kaynaşma gerekçeleriyle spora başladıklarını fakat bununla birlikte "engeli olan birey olmaktan mutlu olduklarını" bildirmişlerdir. Sonuç: Engelli sporlarına katılan bireyler, toplum onları öyle algılamasa da, onlar kendilerini "atlet" olarak görmekte (Shapiro & Martin, 2010), bu bağlamda bu çalışma da "engeli olan bireyler adına konuşmaktansa" bu konuda daha fazla çalışma yapılmasının gerekliliğine dikkat çekmektedir.

LOOKING THROUGH THE WINDOW OF PERSONS WITH DISABILITY TO THE WORLD OF WITHOUT-DISABILITY: HOW SPORT CONTRIBUTES TO LIVES OF ONES AND TO THOUGHTS OF WITHOUT-DISABILITIES?

Introduction: The World Health Organization (WHO) indicates that more than a billion people in the world today experience disability, while in Turkey, over 4 million (6,6 %; Ministry of Health, 2017). Over the years, perception towards disability has varied (Munyi, 2012) as the terminology, from the "handicapped" to "people with disabilities" (Wilson & Khoo, 2013). Purpose: The present study explores under the context of ableism and dis-ableism how sport contributes to lives with disabilities and the perception of people without disability? Method: This is a qualitative study based on semi-structured and informal interviews with athletes with disabilities who diagnosed or had disability after birth, in order to understand what is the perception of people with disabilities on the thoughts of people without disability after engaging sports and in sports field. The interviews were conducted during June – September 2018, both in Turkey, France and in Portugal. The data were analysed on NVivo. Findings: The athletes engaged sports for different reasons but main expressed reason was the social inclusion and rehabilitation in order to get involved to world of "without-disability" while they mostly also expressed that "they are happy with the way they are". Conclusion: People who participates to disability sports, often view themselves as athletes, while they perceive that the public does not (Shapiro & Martin, 2010), thus, this study revealed out that might be more study on perception of people with disabilities rather than "talking in their names".

SB785

GÖRME ENGELLİ BİREYLERDE DUVAR YARDIMIYLA YAPILAN EGZERSİZLERİN DENGE VE YÜRÜME BECERİSİ ÜZERİNE ETKİSİ

[1]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Ankara

Email :

ÖZET Çalışmanın amacı; duvar yardımıyla yapılan egzersizlerin görme engelli bireylerin temel egzersizleri içerisinde yer almasını sağlayarak denge ve yürüme becerisi üzerindeki etkilerini gözlemlemek , kısa sürede verimli ilerleme kaydedebilmek , öz güven gelişimini , bağımsız hareket edebilme becerisini desteklemek ve denge kaybından doğabilecek riskleri azaltabilmektir. Yöntem: Çalışmaya yaşları 16 ila 18 arasında değişen B2 ve B3 düzeyinde 7 görme engelli sedanter birey gönüllü olarak katılmıştır. Engelli bireylere yapılacak çalışmayla ilgili sözel bilgi verildikten sonra sesli uyarana karşı 15 adım tempolu, 15 adım topuk-burun yürüyüşü yapmaları istenerek yön bozuklukları ve denge kayıpları kaydedilmiştir. Takip eden 10 hafta süresince haftada 1 gün ,40 dk eğitmen eşliğinde sözel ve fiziksel düzeltmelerle duvar yardımıyla uygulanacak 5 hareketi içeren çalışmalar uygulanmıştır. 10 Hafta sonrasında testler tekrarlanmıştır. Denek sayısının azlığı nedeniyle cinsiyet ayrımı yapılmamış ve çalışmanın verileri grafiksel olarak ifade edilmiştir. Bulgular : Yapılan çalışma sonucunda ön-test ve son –test ortalamalarına bakıldığında 15 adım topuk burun yürüyüş süresi 14,71 saniye , denge kaybı değerleri 4.86 puan azalırken , 15 adım tempolu yürüyüş süreleri 1,72 saniye ve yön kaybı değerleri 2.71 puan azalmıştır. Sonuç: Sözel bildirim ve fiziksel yardım alarak duvarda yapılan egzersizleri uygulayan görme engelli bireylerin çalışma öncesine göre denge kayıplarının ve yön bozukluklarının azaldığı tespit edilmiştir. Bu sonuçlara bakılarak duvar egzersizlerinin görme engelli bireylerin yürüme eğitiminde oldukça faydalı ve uygulanabilir çalışmalar olduğu sonucuna varılabilir. Anahtar Kelimeler: görme engeli, duvar egzersizleri, denge

EFFECT OF WALL-ASSISTED EXERCISES ON THE BALANCE AND WALKING ABILITY OF VISUALLY IMPAIRED INDIVIDUALS

Abstract This study aims to ensure that wall-assisted exercises are among the primary exercises for visually impaired individuals, to observe the effect of these exercises on balance and walking abilities, be able to make efficient progress in a short period of time, to support these individuals' self-confidence and ability to act independently and to reduce the risks that may arise from loss of balance. Method: 7 sedentary individuals with B2 and B3 levels visual impairment between the ages of 16 and 18 voluntarily participated in the study. Once verbal information was given about the study to be conducted to the visually impaired participants, they were asked to take 15 brisk steps and 15 heel-toe steps to determine their spatial orientation disorders and balance losses. During the following 10 weeks, the study involving 5 movements to be applied by means of a wall were applied in company with the verbal and physical corrections of an instructor for 40 minutes a day and 1 day a week. Tests were repeated after 10 weeks. Due to the low number of subjects, the participants were not separated in terms of their gender and the data of the study were expressed in graphics. Findings: Looking at the pre-test and post-test averages, the 15 -step heel-toe walking duration was 14.71 seconds and the balance loss values decreased by 4.86 points while 15-step brisk walking duration was 1.72 and directional loss decreased by 2.71 points. Conclusion: The study revealed that balance loss and spatial orientation disorder of visually impaired individuals who applied wall-assisted exercises in company with verbal notification and physical aid decreased compared to the pre-study period. These results point to the fact that wall-assisted exercises are quite useful and applicable in the walking training of visually impaired individuals. Key Words: visually impaired, wall-assisted exercises, balance

SB795

REHABİLİTASYON SPORLARI FİZİKSEL AKTİVE PROGRAMLARININ OTİZM SPEKTRUM BOZUKLUĞU (OSB) OLAN ÇOCUKLARIN FİZİKSEL PERFORMANS VE MOTOR GELİŞİMLERİNE ETKİLERİ

[1]Ebubekir Aksay,

[1]TV 1846 Eberbach E.V Germany / Lokman Hekim Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi Ankara
[2]TV 1846 Eberbach E.V Germany / Lokman Hekim Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi Ankara

Email : *dshs_sr@yahoo.de ,*

GİRİŞ VE AMAÇ Çalışma fiziksel aktivitenin otizmli çocukların fiziksel gelişimlerine, motor becerilerine ve kuvvetli krizlerine ne derecede etki ettiğini araştırmak için yapılmıştır. YÖNTEM Haftada ortalama 9,7 şiddetli kuvvetli krizi geçiren OSB tanısı konmuş 46 erkek ve 13 kız çocuğa haftada iki gün 45 dakikalık fiziksel aktivite programı 32 hafta süreyle uygulanmıştır. Temel test, ön test, ara test ve son test olmak üzere dört test yapılmıştır. Aktivite sonrası 10 haftalık gözlem yapılmıştır. Motor uygunluk için BPTF ve fiziksel yeterlilik için MABC testleri uygulanmıştır. BULGULAR Düzenli olarak uygulanan fiziksel aktivitelerin OSB olan çocukların fiziksel performanslarına ve motor becerilerine pozitif etkilediği görülmektedir (p<000,1). Kızlar ve erkekler top atma, top tutma, top yuvarlama, koşma, denge vb. bütünsel hareketlerinin yanı sıra, denge, esneklik ve yürüyüş gibi fiziksek fonksiyonlarında gelişmeler kaydetmişlerdir. Haftada ortalama 9,7 kuvvetli kriz geçiren çocukların birçoğunda krizler ortadan kalkmış ve bu oran erkeklerde 1,3'e ve kızlarda 0,9'a kadar düşmüştür (p<000,1). Aktivite yapılmayan son on haftalık sürede kriz sayısı erkeklerde 4,3'e ve kızlarda 5,2'ye yükselmiştir. SONUÇ Fiziksel aktivitelerin otizmli çocuklar üzerinde olumlu etkilerinin olduğu şüphesizdir. Yapılan bu çalışma fiziksel aktivitelerin motor yeterlilik ve becerilere pozitif etki ettiğini ve kuvvetli epilepsi krizlerini önemli ölçüde azalttığını göstermektedir. 45 dakikalık düzenli fiziksel aktiviteler OSB olan çocukların motor becerilerinin gelişmesine katkıda bulunulabilir ve krizleri ortadan kaldırılabilir.

Anahtar kelimeler: Otizm Spektrum Bozukluğu, rehabilitasyon sporları, hareket terapisi, fiziksel aktivite

EFFECTS OF REHABILITATION SPORTS PHYSICAL ACTIVITY PROGRAM ON THE MOTOR SKILLS AND PHYSICAL PERFORMANCES OF CHILDREN WITH AUTISM SPECTRUM DISORDER (ASD

Purpose The present study was conducted in order to examine the level of effect physical activity has on the physical development, motor skills and severe crisis of autistic children. Method 46 male and 13 female children diagnosed with ASD and that experience 9,7 severe crises a week on average were subjected to a 45- minutes physical activity program two days a week, for a period of 32 weeks. Four tests as basic test, pretest, intermediary test and posttest were conducted. After the activity observations were made for a period of 10 weeks. BPTF and MABC tests were carried out respectively for motor fitness and physical competence. IBM SPSS 21 Statistical package was utilized in the evaluations made. Result It is determined that regularly implemented physical activity affects the physical performances and motor skills of children diagnosed with ASD positively (p<000,1). Both male and female children exhibited improvements in ball throwing, ball catching, ball rolling, running, balance as well as physical functions such as balance, flexibility and walking. In most of the children that had an average of 9,7 strong crises in a week the crises ceased and the frequency fell down to 1,3 per week for male and 0,9 per week for female children (p>000,1). During the 10 weeks observation period where no physical activity was carried out, number of crises increased to 4,3 for male children and to 5,2 for female children. Conclusion The positive effects of physical exercise on autistic children are doubtless. The present study demonstrates that physical activity has positive effects on motor competence and skills, and also significantly reduces strong seizures. With regular physical activity of 45 minutes in a day, development of motor skills of autistic children can be supported and the seizures can be completely stopped.

Keyword: Autism Spectrum Disorder, rehabilitation sports, movement therapy, physical activity

SB839

OTİSTİK ÇOCUKLAR DA EGZERSİZİN MOTOR BECERİ DÜZEYİNE ETKİSİ

***[1]Aslı Kozalı*, [1]Berna Ramanlı**

[1]Pamukkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, DENİZLİ

Email : *aslikozali@gmail.com, hejam2004@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Otistik çocuklar, kaba ve ince motor becerilerde yetersiz kalabilmektedirler. Bu yetersizliğin giderilebilmesi için fiziksel aktivitelere ve adapte edilmiş egzersiz programlarına ihtiyaç duyulabilmektedir. Bu araştırma, 8 haftalık egzersiz programının otizmli çocukların motor beceri düzeylerine etkisini tespit etmek amacıyla yapılmıştır. Yöntem: Katılımcılar, bir Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi'ne devam eden ve otizm tanısı konulan otizmli erkek çocuklardan (n=12; yaş: 6-17 yıl) seçilmiştir. Çocuklar; Otizm Egzersiz Grubu (OEG, n=6) ve Otizm Kontrol Grubu (OKG, n=6) şeklinde rasgele 2 gruba ayrılmıştır. OEG'na günde 60 dk, haftada 2 gün ve 8 hafta süresince uygulanmıştır. Egzersiz eğitimi, ipucunun giderek azaltılması öğretim tekniği ile verilmiştir. Araştırmada Bruininks-Oseretsky Motor Yeterlilik (BOT-2) testinin tüm parametreleri (kaba ve ince motor) değerlendirilmiştir. Verilerin analizinde, bağımlı grupların karşılaştırmasında Eşleştirilmiş t testi, bağımsız gruplar arasında farklılık analizinde ise student t testi kullanılmıştır. Karşılaştırmalar için anlamlılık düzeyi olarak $p<0.05$ olarak seçilmiştir. Bulgular: İstatistiksel analiz sonuçlarına göre; tüm parametrelerde gruplar arası fark saptanmamıştır. ($p> 0.05$). Ancak gruplar kendi içinde değerlendirildiğinde; OEG'nun el-kol koordinasyonu ($p=0.02$) ve denge ($p=0.04$) parametrelerinde, istatistiksel olarak fark olduğu görülmüştür. ($p<0,05$). Diğer testlerin grup içi değerlendirme sonuçlarında istatistiksel olarak fark görülmemiştir. ($p> 0.05$). Sonuçlar: Otizmli çocuklara düzenli uygulanan egzersizlerin motor becerilerine katkı sağlayabileceği ancak daha uzun süreli ve sık uygulanan programlara ihtiyaç olduğu tespit edilmiştir. Anahtar Kelimeler: Otizm, Motor Beceri, Egzersiz, BOT-2

THE EFFECT OF EXERCISE ON MOTOR SKILLS OF THE CHILDREN WITH AUTISM

Introduction and Aim: Autistic children can be inadequate in gross and fine motor skills. Physical activity and adapted exercise programs may be needed to overcome this deficiency. This study was conducted to determine the effect of 8-week exercise program on motor skills of autistic children. Method: Participants were selected from autistic boys (n = 12; age: 6-17 years) who attended a Special Education and Rehabilitation Center and were diagnosed with autism. Children were randomly divided into 2 groups as Autism Exercise Group (OEG, n = 6) and Autism Control Group (OKG, n = 6). OEG was applied for 60 minutes per day, 2 days per week and 8 weeks. Exercise program was given by teaching technique based on reduction of the clues gradually. All parameters of the Bruininks-Oseretsky Test of Motor Proficiency (BOT-2) test (gross and fine motor) were evaluated in the study. Data were analyzed by Paired Samples T test and Independent Samples T test was used. The significance level of $p <0.05$ was selected. Results: As a result of statistical comparison of the data of between groups no difference was detected in all parameters. ($p> 0.05$). However, when the groups are assessed within themselves; in the parameters of hand-arm coordination ($p=0.02$) and balance ($p=0.04$) parameters of OEG were found to be statistically different. ($P<0.05$). There was no statistically significant difference in the results of the intra-group evaluations of the other tests. ($p> 0.05$). Conclusions: It can be said that regular exercises for children with autism have improved motor skills of children. However, longer and more frequent programs are needed. Key Words: Autism, Motor skill, exercise, BOT-2

SB843

OTİZMLİ ÇOCUK VE GENÇLERDE YÜZME EĞİTİM METOTLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ

***[1]Duran Arslan*, [2]Mehmet Özsarı, [3]Selma Hasanoğlu, [4]Mustafa Altuntaş, [5]Şaziye Senem Başgül**

[1]İstanbul Gençlik Hizmetleri Ve Spor İl Müdürlüğü, İstanbul
[2]İstanbul Büyükşehir Belediyesi Engelliler Müdürlüğü, İstanbul
[3]Güneş Çocuk Psikolojik Danışmanlık Ve Eğitim, İstanbul
[4]National Sport Academy Üniversitesi, Bulgaristan
[5]Çocuk Ve Ergen Psikiyatristi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Gaziantep

***Email :** arslanduran1979@hotmail.com, , , ,*

Otizm, sosyal ve iletişim becerilerinde yetersizlikler ile birlikte sınırlı ve tekrarlayıcı davranışlar ile seyreden, DSM 5'de Otistik Spektrum Bozukluğu (OSB) olarak tanımlanan nöro gelişimsel bir bozukluktur (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013). Otizmin bir spektrum bozukluğu olarak tanımlanması, bu çocukların zekâ ve gelişim düzeylerinin, ruhsal durumlarının, tutum ve davranışlarının birbirinden farklılık göstermesi nedeniyledir. Bu sebeplerle OSB olan çocuk ve gençlere verilecek eğitimlerin ilk etapta özelleştirilerek kişiye uygun hale getirilmesi önemlidir. Bireysel farklılıklarla birlikte otizmli çocuk ve gençlerin yüzme eğitimde genel kurallar da önemlidir. Bunların başında, "yüzme eğitiminde güvenlik kurallarına uyulması" gelir. Bu kurallar özellikle otistik bireylerde düşme ve çarpmaya bağlı yaralanmaları ve boğulma gibi yaşamı tehdit eden durumların ortaya çıkmasını engelleyecektir. Soyunma odalarında verilecek düzenli eğitimler ile hem öz bakim becerileri gelişecek hem de havuz hijyeninin korunması sağlanabilecektir. Havuz içerisinde belirli noktada bekleme, müzik ve benzeri sesli materyallerle komut alınmasını sağlama, yapılan aktivitelerin belirli sayı ölçü ve sayılarla yapılması, bitirişin belirli bir akışla yapılması gibi düzen sağlayıcı yaklaşımlar, otizmli bireyin yaptıkları işi anlamlandırabilmelerine yardım edecek ve beraberinde gerginliklerini azaltacaktır. Eğitim esnasında durulacak noktanın bilinmesi, uygun ses tonu, uygun materyal ve pekiştirenlerin verilmesinde dersin etkin ve verimli geçmesine hizmet edecektir. Sunumuzda, OSB içerisindeki çocuklara verilecek olan yüzme eğitiminde, bu çocukların hem genel özelliklerinin hem de bireysel farklılıklarının göz önünde bulundurularak eğitimlerini nasıl şekillendirebileceğimiz vaka örnekleri ile anlatılacaktır. Anahtar Kelimeler: Otizm, Yüzme, sporla Rehabilitasyon

EVALUATION OF SWIMMING EDUCATION METHODS IN OWNED INDIVIDUALS

Defined as Autism Spectrum Disorder (ASD) in DSM 5, autism is a neurodevelopmental disorder that involves challenges in social interaction and communication as well as restricted and repetitive behaviors (American Psychiatry Association, 2013). Autism is defined as a spectrum disorder because it consists of varying degrees of developmental, mental, psychological, and behavioral symptoms. For these reasons, it is very important to personally customize the lessons for children and youngsters with ASD. The general rules regarding swimming lessons for children and youngsters with ASD are as much important as the consideration of personal differences. The most elementary condition is "to follow the safety rules in swimming lessons". In the case of autistic persons, these general rules aim to prevent injuries related to falling or impact or life-threatening emergencies such as drowning. The regular lessons offered in locker rooms will not only provide self-care skills, but also help to maintain the swimming pool hygiene. The lessons involve approaches that organize and help autistic persons to make sense of their activities as well as reducing their stress: the introduction of checkpoints in the swimming pool designated for pauses, the use of music or similar audio materials for issuing commands, activities planned in certain amounts and according to certain levels, finishing sessions with specific methods. Clear delineation of checkpoints, proper tone of voice, and appropriate materials and enhancements will make courses efficient and fruitful. The goal of our presentation is to provide case studies in order to discuss how we can structure the swimming lessons for children with ASD by taking into consideration their general features and personal differences. Key words: Autism, Swimming, Sports Rehabilitation

SB907

SPOR YAPAN VE YAPMAYAN ENGELLİ BİREYLERİN SERBEST ZAMAN DOYUMLARI VE YAŞAM TATMİNLERİNİN BELİRLENMESİ

[1]Erdi Kaya, [2]İhsan Sarı

[1]Akdeniz Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antalya
[2]Sakarya Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Sakarya

Email : *kaerdikaya@gmail.com , sariihsan@yahoo.com*

Amaç: Bu araştırmanın amacı spor yapan ve yapmayan engelli bireylerin serbest zaman doyumu ve yaşam tatmini arasındaki ilişkinin incelenmesi ve spora katılımın serbest zaman tatmini ve yaşam doyumundaki rolünün belirlenmesidir. Yöntem: Doksan bedensel ve işitme engelli birey gönüllü olarak araştırmaya katılmıştır. Katılımcılar kişisel bilgi formu, Serbest Zaman Doyum Ölçeği ve Yaşam Tatmini Ölçeğini doldurmuşlardır. Veriler SPSS 17 programında analiz edilmiştir. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler, Pearson korelasyon analizi ve bağımsız gruplarda t testi kullanılmıştır. Bulgular: Bulgulara göre yaşam tatmini ile serbest zaman doyum ölçeğinin alt boyutlarından psikolojik (r=309, p<.5), sosyal (r=273, p<.5), fiziksel (r=220, p<.5) ve rahatlama (r=232, p<.5) arasında pozitif yönde anlamlı ilişki vardır. Ayrıca, Spor yapan engelli bireylerin psikolojik, eğitimsel, sosyal, fiziksel, rahatlama, estetik ve yaşam tatmini puanlarının spor yapmayan engelli bireylerden anlamlı olarak yüksek olduğu belirlenmiştir. Sonuç: Sonuç olarak, engelli bireylerde yaşam tatmini ile serbest zaman doyumu arasında kısmi, pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu ve engelli bireylerin spora katılımının serbest zaman doyumu ve yaşam tatminlerini olumlu olarak etkilediği söylenebilir. Anahtar kelimeler: Serbest zaman doyumu, yaşam tatmini, engelli birey, spor.

LEISURE SATISFACTION AND LIFE SATISFACTION OF DISABLED INDIVIDUALS WHO DO SPORTS AND THOSE WHO NO DOT

Purpose: The aim of this research was to examine the relationship between leisure time satisfaction and life satisfaction of disabled individuals, and to determine the role of spore participation in leisure time satisfaction and life satisfaction. Method: Ninety disabled individuals voluntarily participated in the research. Participants filled out a personal information form, the Leisure Satisfaction Scale and The Satisfaction with Life Scale. The data was analysed in SPSS 17 program. Descriptive statistics, Pearson correlation analysis and independent samples t-test were used in the analysis of the data. Results: According to findings, life satisfaction significantly correlated with the subscales of leisure satisfaction which are psychological (r = 309, p <.5), social (r = 273, p < = 232, p <.5). In addition, the psychological, educational, social, physical, relaxation, aesthetic and life satisfaction scores of the disabled individuals who do sports are significantly higher than disabled people who do not do sports. Conclusion: As a result, it can be concluded that there is a partial, positive and statistically significant relationship between life satisfaction and leisure satisfaction in disabled individuals and that sport participation of disabled individuals positively affected leisure satisfaction and life satisfaction. Keywords: Leisure satisfaction, life satisfaction, disabled, sport.

SB913

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR İLE DİĞER BRANŞ ÖĞRETMENLERİN KAYNAŞTIRMA EĞİTİMİNE İLİŞKİN GÖRÜŞLERİNİN İNCELENMESİ (MUŞ İLİ ÖRNEĞİ)

***[1]Hüseyin Kırımoğlu*, [1]Atike Yılmaz, [1]Fatih Mirze**

[1]Muş Alparslan Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Muş

***Email :** hkirim2005@gmail.com, atiketan@gmail.com, fmirze@gmail.com*

Bu çalışmanın amacı, Muş İl merkezinde Beden Eğitimi ve Spor ile diğer branş öğretmenlerinin kaynaştırma eğitimine ilişkin görüşlerinin incelenmesidir. Katılımcıların kaynaştırma eğitimine yönelik görüşleri, cinsiyet, branş, hizmet yılı, çalışılan kurum, kaynaştırma öğrencisi olup olmama ve ailede engelli birey olup olmama değişkenleri açılarından mukayese edilmiştir. Araştırmada, araştırmacılar tarafından geliştirilen ''Kişisel Bilgi Formu'' ve Aksüt ve Ark. (2005) tarafından geliştirilen 'Kaynaştırma Eğitimi Ölçeği'' kullanılmıştır. Araştırmanın evrenini Muş il merkezinde görev yapan 2661 öğretmen oluşturmaktadır. Örneklem grubunu ise, 2017-2018 eğitim öğretim

Eğitim, 41 Beden Eğitimi ve Spor ve 50 diğer alan öğretmenlerinden olmak üzere, toplamda 137 gönüllü katılımcı oluşturmaktadır. Katılımcılardan elde edilen verilerin hesaplanmasında SPSS 17.0 paket programında kullanılmıştır. Verilerin analizinde Anova ve T testi uygulanmıştır. Katılımcılardan elde edilen bulgulara göre; cinsiyet, hizmet yılı ve ailede engelli birey olup olmama değişkenleri arasında istatiksel olarak anlamlı derecede bir farklılık tespit edilememiştir (p>0,05). Buna karşın, katılımcıların branş, çalışılan kurum ve kaynaştırma öğrencisine sahip olup olmama değişkenleri ile kaynaştırma eğitimine ilişkin görüşleri arasında anlamlı derecede bir farklılık tespit edilmiştir (p<0,05). Sonuç olarak katılımcıların, kaynaştırma eğitimine yönelik, cinsiyet, hizmet yılı, ailede engelli bir bireyin bulunmasının görüşlerini değiştirmediğini, buna karşın, öğretmenlik branşı, çalışılan kurum ve sınıfında kaynaştırma öğrencisine sahip olma durumlarının kaynaştırma eğitimine yönelik görüşlerinin olumlu yönde olduğu ve branş değişkeni açısından da özel eğitim öğretmenlerinin beden eğitimi ve spor ve diğer branş öğretmenlerinden daha yüksek, beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin ise diğer branş öğretmenlerinden daha yüksek olumlu görüşe sahip olduğunu söyleyebiliriz. Ayrıca, yetersizliğe sahip bireylerle çalışmanın da kaynaştırmaya yönelik öğretmen görüşlerinin gelişimine etki ettiği söylenebilir.

EXAMINATION OF VIEWS OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS AND OTHER BRANCH TEACHERS ON INTEGRATİON EDUCATION (MUŞ PROVINCE EXAMPLE)

The purpose of this study is to examine the opinions of the Physical Education and Sports and other branch teachers about the integration education at Mus city center. Participants' opinions on integration education were compared in terms of gender, branch, years of service, institutions studied, whether they are integration students and whether they are disabled individuals in the family. In the research, Personal Information Form developed by researchers and Aksüt and Ark.(2005)developed the Integration Education Scale. The universe of the research is composed of 2661 teachers working in Mus city center. The sample group constitutes a total of 137volunteer participants, including 46 Special Education, 41 Physical Education and Sports and 50 other field teachers working in the schools affiliated to the Ministry of National Education and Special Education Rehabilitation Centers in the academic year of 2017-2018 Anova and T test were applied in the analysis of the data. According to the findings obtained from the participants; There was no statistically significant difference between gender, year of service, and family with or without disability. On the other hand, there was a significant difference between the participants' attitudes towards the integration, the institution studied, and whether they had a integration student or not. In conclusion, it was concluded that participants 'opinions about integration education did not change their opinions about the presence of an individual with disabilities in the family, whereas gender, age of service, and the presence of an individual with disabilities in the family did not change their views, whereas teachers have higher positive opinions than physical education and sports and other branch teachers, and physical education and sports teachers have higher positive opinions than other branch teachers.In addition, it can be said that working with individuals with disabilities has an impact on the development of teachers' views on integration

SB976

İŞİTME ENGELLİ SPORCULARIN İKİLİ GÖREVLER SIRASINDA POSTURAL KONTROL STRATEJİLERİNİ KULLANIMLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ

***[1]Deniz Simsek*, [1]Caner Ozboke, [1]Ela Arican Gultekin**

[1]Eskişehir Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

***Email :** deniz_yenigelen26@hotmail.com, canerozboke@anadolu.edu.tr, earican@anadolu.edu.tr*

Postüral kontrolün belirlenmesinde ikili görevler sıklıkla kullanılmaktadır. Genel olarak motor beceri ve bilişsel performansı hedef alan bu görevler bireyin postüral kontrolünün belirlenmesine de yardımcı olmaktadır. Gerçekleştirilen araştırmanın amacı işitme engeli olan sporcuların bilişsel ipuçlarını içeren motor görev sırasında, performans surelerindeki değişimleri belirlemektir. Araştırmaya 31 işitme engelli sporcu (erkek=19; kadın=12) ve 34 işitme engelli sedanter (erkek=18; kadın=16) gönüllü olarak dahil edilmiştir. Katılımcıların reaksiyon zamanı düzeylerini belirlemek için FitLight Trainer™ sistemi kullanılmıştır. Araştırmada katılımcılar 8 ışık sensörünü rastgele, ipucu ve karışık ipucu protokollerine uygun şekilde söndürmeye çalışmışlardır. İpucu ve karışık ipucu testlerinde katılımcıya bir sonraki ışığı önceden tahmin etme şansı sunulmuştur. İşitme engeli olan erkek sporcuların reaksiyon zamanı üç testin her birinde işitme engeli olan sedanter erkeklerden anlamlı derecede düşük çıkmıştır (Rastgele Test: t=4,089, p<0,05; İpucu Test: t=3,551, p<0,05; Karışık İpucu Test: t=2,393, p<0,05). İşitme engeli olan kadın sporcuların reaksiyon zamanı da bütün protokollerde işitme engeli olan sedanter kadınlardan istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha düşük tespit edilmiştir (Rastgele Test: t=2,586, , p<0,05; İpucu: t=2,568, p<0,05; Karışık İpucu Test: t=2,899, p<0,05). Araştırmadan elde edilen bulgulara göre; (1) işitme engeli olan sporcuların motor görev sırasında postural kontrol ayarlamalarını otomatik olarak gerçekleştirdikleri, minimal dikkate ihtiyaç duydukları diğer bir değişle daha az bilişsel efor sarf ettikleri, (2) düzenli olarak yapılan fiziksel aktivitelerin ve antrenmanların denge kontrolünde görev alan, başta proprioseptif sistem olmak üzere diğer sistemler üzerinde de olumlu yönde gelişim gösterdiği ifade edilebilir. Bu durumun antrene sporcuların postural adaptasyonlarını geliştirerek denge yetenekleri üzerinde önemli etkiye sahip olduğu ve postural görevin zorluğu arttıkça elit sporcunun postural salınımındaki artışı düzenleyebilmesi için ekstra çabaya ihtiyaç duymadıklarını desteklemektedir.

Anahtar Kelimeler: Postural kontrol, reaksiyon, ikili-görev, işitme kaybı

EVALUATION OF USE OF POSTURAL CONTROL STRATEGIES DURING DUAL-TASK OF HEARING IMPAIRED ATHLETES

Dual-tasks are often used with postural control. These tasks, which generally target motor skills and cognitive performance, also help to determine the individual's postural control. The purpose of this study is to determine the changes in performance during the motor task, which includes the cognitive cues of the hearing impaired athletes. 31 hearing impaired athletes (male = 19, female = 12) and 34 hearing impaired sedentary (male = 18, female = 16) were included voluntarily in the study. The FitLight Trainer™ system was used to determine participants' reaction time levels. In the study, participants tried to reach 8 light sensors according to random, clue and mixed cue protocols. In cue and mixed cue tests, participants were given the chance to predict the next light. The reaction time of hearing-impaired male athletes was significantly lower than the hearing-impaired sedentary men in each of the three tests (Random Test: t = 4, 089, p <0,05; Cue Test: t = 3,551, p <0,05; Mixed Cue Test: t = 2, 393, p<0.05). The reaction time of hearing-impaired female athletes was statistically significantly lower than that of sedentary hearing-impaired women for all protocols (Random Test: t=2,586, p<0,05; Cue Test: t=2,568, p<0,05; Mixed Cue Test: t=2,899, p<0,05). According to the findings obtained from the research; (1) hearing-impaired athletes perform postural control adjustments automatically during the motor task, they require minimal less cognitive effort than they need to be minimally considered, (2) regular physical activities and trainings, showed a positive development on other systems especially proprioceptive system which take charge in balance control. This supports that trainee athletes has significant influence on their balance ability by developing postural adaptations and that as the difficulty of the postural task increases, elite athletes do not need extra effort to regulate the increase in postural release. Keywords: Postural control, dual-task,hearingloss

FİZİKSEL AKTİVİTE VE SAĞLIK / PHYSICAL ACTIVITY AND HEALTH

SB14

FELDENKRAİS EGZERSİZ PROGRAMININ YAŞLILARIN GLUKOZ PLAZMA VE İNSÜLİN DÜZEYLERİNE ETKİSİ

[1]Servet Özoruç, [1]Dilek Sevimli, [1]Umut Kökbaş, [1]Ahmet Doğanay, [1]Levent Kayrın

[1]Çukurova Üniversitesi ADANA

Email : *servet_ozoruc@hotmail.com, dsevimli@cu.edu.tr, umutkokbas@gmail.com, ahmetdoganay01@gmail.com, lkayrin@cu.edu.tr*

Amaç: Feldenkrais; bireylere hareket yolu ile vücut farkındalığı kazandıran ve bedeni doğru kullanmayı sağlayan hareket eğitimidir. Yaşlılıkta vücut fonksiyonlarında azalma ile birlikte metabolik fonksiyonlarda da bozulma olduğu bildirilmektedir. Bu çalışmanın amacı, Feldenkrais egzersiz programının yaşlıların Glukoz Plazma, İnsülin, CHO ve Protein düzeylerine etkisini araştırmaktır. Materyal Yöntem: Gönüllü olarak çalışmaya katılmayı kabul edenler (n=30) rastgele yöntemle iki gruba ayrıldı. Deney grubunun (DG) ve kontrol grubunun (KG) ortalama değerleri sırasıyla; yaş için 70.93±7.13 ve 71.00±6.95 yıl; boy uzunluğu için 167.06±9.45 ve 167.93±6.98 cm; vücut ağırlığı 81.60±12.29 ve 75.60±6.83kg'dır. DG, 1 yıl süre ile haftanın 3 günü günde bir saat Feldenkrais egzersiz programına katılırken, KG fiziksel etkinlik yapmamıştır. Çalışma öncesi ve sonrasında sırasıyla; biyokimyasal test ile glukoz plazma düzeyleri, insülin hormon seviyelerindeki insülin hormonu değişimi, temel besin maddelerinin bileşeni; karbonhidrat, protein ve plazma lipit düzeylerine bakılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde değişkenlerin normal dağılım göstermemesi sebebi ile ikili grup karşılaştırmalarında Mann Whitney U testi kullanılmıştır. Bulgular: Metabolizmanın temel enerji kaynağı glukozun plazma düzeylerinin 1 yıllık değişimi sonucunda, plazma glukoz düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı farklılaşma bulunmazken ($p>0.05$) plazma glukoz seviyesi düzenleyicisi insülin hormon seviyelerinde istatistiksel olarak anlamlı düşüş gözlenmiştir ($p<0.01$). Bir yıllık egzersiz programından sonra biyokimyasal moleküllerin karbonhidrat ve protein düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı azalma bulunurken ($p<0.05$), plazma lipit düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı farklılaşma bulunmamıştır ($p>0.05$). Sonuç: Plazma glukoz seviyesi kontrolünün insülin hormonundan ziyade egzersiz kaynaklı metabolik aktivite sonucu düzenlendiğini göstermektedir. Anahtar Kelimeler: Feldenkrais egzersizi, glukoz plazma, insülin hormonu, yaşlılar

THE EFFECT OF FELDENKRAIS EXERCISE PROGRAM ON PLASMA GLUCOSE AND INSULINE GERIATRIC PEOPLE

Aim: Feldenkrais is movement education that enables individuals to use the body properly with developing their body awareness. It was well known that in the elderly there is a decrease in body functions as well as deterioration in metabolic functions. The aim of this study is to investigate the effect of Feldenkrais exercise program on glucose levels of Plasma and Insulin and CHO and Protein levels of the geriatric people. Material and method: Two groups were randomly assigned to participate voluntarily(n = 30). The mean values of the experimental group(EG) and control group(CG) were 71.00±6.95 and 70.93±7.13 years for age; 167.06±9.45 and 167.93±6.98 cm for body height; 81.60± 2.29 and 75.60±6.83kg for body height, respectively. The CG did not perform any physical activity while EG were participating in the Feldenkrais exercise program including daily one hour for 3 days in a week for a year. Before and after the study; the biochemical test were performed for glucose plasma levels, insulin hormone changes in insulin hormone levels, carbohydrate and protein and plasma lipid levels of the major nutrients. Mann Whitney U test was used for binary group comparisons because the data of this study was not normally distributed. Results: There was no statistically significant difference in plasma glucose levels ($p> 0.05$) after one year exercise program in plasma glucose levels of the main energy source of metabolism ($p <0.01$), while there was a statistically significant decrease in insulin hormone levels in plasma glucose levels. There was a statistically significant decrease in carbohydrate and protein levels of biochemical molecules ($p <0.05$) and no significant difference was observed in plasma lipid levels after one year training program ($p> 0.05$). Conclusion: It can be concluded that the control of plasma glucose level was highly regulated by exercise-induced metabolic activity more than insulin hormone levels.

SB24

10-14 YAŞ ARASINDAKİ ÇOCUKLARIN FİZİKSEL AKTİVİTE SEVİYESİ, DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI VE DİKKAT DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

[2]Ebru Orhan, [1]Zait Burak Aktuğ, [1]Serkan İbiş
[1]Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu
[2]Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü

Email : *ebruaksu87@gmail.com, zaitburak@gmail.com, serkanibis@gmail.com*

AMAÇ: Yapılan çalışmanın amacı, dikkat düzeyi, fiziksel aktivite seviyesi ve dijital oyun bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesidir. METOD: Çalışmaya 10-14 yaşları arasında toplam 245 çocuk (kız=131 erkek=114) katılmıştır. Çalışmaya katılan çocukların fiziksel aktivite seviyeleri İlköğretim Öğrencileri İçin Fiziksel Aktivite Soru Formu ile dijital oyun bağımlılığı Çocuklar İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği ile dikkat düzeyleri ise D2 dikkat testi ile belirlenmiştir. Dikkat düzeyi, dijital oyun bağımlılığı ve fiziksel aktivite seviyesi arasındaki ilişkiyi belirlemede Spearman Korelasyon Analizi kullanılmıştır. BULGULAR: Fiziksel aktivite seviyesi ile dijital oyun bağımlılığı ve dikkatin belirleyici parametresi olan TN-E ile dijital oyun bağımlılığı arasında negatif anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir ($p<0.01$). Ayrıca çalışmaya katılan çocukların büyük bir çoğunluğunun TN-E dikkat düzeylerinin iyi kategorisinde, dijital oyun bağımlılığı seviyelerinin risksiz kategorisinde ve fiziksel aktivite seviyesinin ise orta seviyede olduğu belirlenmiştir. Sonuç olarak, çocukların fiziksel aktivite seviyelerinin artmasının dijital oyun bağımlılığını azaltacağı söylenebilir. Ayrıca çocukların dijital oyun bağımlılıklarının azalmasının dikkat düzeylerini olumlu yönde etkileyeceği düşünülmektedir. SONUÇ: Bu durum göz önüne alınarak ailelerin ve öğretmenlerin çocukların boş zamanlarını dijital oyunlar ile geçirmelerini engelleyip, fiziksel hareketlerin ön planda olduğu oyunlara yönlendirmelerinin önemli olduğu söylenebilir.

Anahtar kelimeler: Çocuk, Dikkat düzeyi, Fiziksel aktivite seviyesi, Dijital oyun bağımlılığı

THE INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN PHYSICAL ACTIVITY LEVEL, DIGITAL GAME ADDICTION AND ATTENTION LEVELS OF CHILDREN BETWEEN 10-14 YEARS

AİM: The aim of the study is to examine the relationship between attention level, physical activity level and digital game addiction. METHODS: A total of 245 children (female=131 male=114) between the ages of 10 and 14 years participated in the study. The physical activity levels of the children participating in the study were determined by Physical Activity Questionnaire for Primary Education Students, digital game addictions by Digital Game Addiction Scale for Children and attention levels by D2 Attention Test. Spearman Correlation Analysis was used to determine the relationship between attention level, digital game addiction and physical activity level. RESULTS: It was found out that there was a negative significant correlation between physical activity level and digital game addiction, and between TN-E the predominant parameter of attention and digital game addiction level ($p<0.01$). Moreover, it was determined that the TN-E attention levels of a large majority of the children participating in the study were in the good category and the digital game addiction levels were in the risk-free category while physical activity levels were in the midlevel. As a result of it can be said that the increase in the physical activity level of children will decrease their digital game addiction. It is also thought that the decrease in children's digital game addiction will affect their attention levels positively. CONCLUSİONS: Taking this into consideration, it could be said that it is essential for parents and teachers to prevent their children from spending their free time with digital games and to direct them to the games that physical activities are in the forefront.

Keywords: Child, Attention level, Physical activity level, digital

SB30

BAYAN FUTSALCILARDA MENSTRASYONUN SPORTİF PERFORMANSA ETKİSİ

[1]Dursun Güler, [2]Mehmet Günay

[1]Amasya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü AMASYA
[2]Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Fakültesi ANKARA

Email : *dursun.guler@amasya.edu.tr, mgunay@gazi.edu.tr*

Özet

Giriş ve Amaç Menstrual döngü, normal bir fizyolojik döngü olmanın ötesinde, 200'den fazla fizyolojik, psikolojik değişimlere ve davranış değişikliklerine neden olan bir fizyolojik olgudur. Bu araştırmanın amacı, bayan futsalcılarda menstrüasyonun sportif performanslarına etkisin araştırılmasıdır.

Yöntem Araştırmaya, yaş ortalamaları 20,26±1,14 yıl, boy ortalamaları 1,62±0,07 m, vücut ağırlığı ortalamaları 51,00±7,73 kg ve VKİ (Vücut Kitle İndeksi) 19,38±2,23 kg/m2 olan sağlıklı 8 bayan sporcu gönüllü olarak katıldı. Verilerin elde edilmesinde, sporculara, menstrual döngülerinin regl, regl ortası ve regli sonrası dönemlerinde esneklik, kuvvet, aerobik ve anaerobik güç ve sürat testleri uygulandı. Verilerin analizinde Nanparametrik Bağımlı Gruplarda Friedman İki Yönlü Varyans Analiz Testi kullanıldı.

Bulgular Verilerin değerlendirilmesi sonucunda, sporcuların birinci mekik çekme, şınav çekme, esneklik, sürat, anaerobik güç ve aerobik güç değerleri, sırasıyla, 25.00±7.09 adet, 16.88 ± 7.24 adet, 35.88 ±4.12 cm, 5,53±0,43 sn, 74,20±13,39 kgm/sn ve 30,39±1,16 ml/kg/dk; ikincisi 25.75±7.46 adet, 13.88 ± 6.47 adet, 33,38±4,03 cm, 5,40±0,46 sn, 72,20±12,86 kgm/sn ve 30,10±1,12 ml/kg/dk ve üçüncüsü ise 25.75 ± 7.50 adet, 14.50 ± 6.59 adet, 33,75±4,06 cm, 5,41±0,46 sn, 72,80±13,45 kgm/sn ve 30,19±1,10 ml/kg/dk olarak tespit edildi.

Sonuç Sonuçta, bayan futsalcıların mensrual döngülerinin, onların, esneklik ve anaerobik güç performanslarını olumsuz (P<0,01) olarak etkilediği, diğer performans özelliklerini etkilemediği görüldü.

Anahtar Sözcükler: Mensturasyon, futsal, bayanlar, performans.

THE EFFECT TO SPORTIVE PERFORMANCE OF THE MENSTURATION AT FEMALE FUTSAL PLAYERS

Abstract Introduction and Purpose Menstrual cycle, normal physiological beyond being a loop, more than 200 physiological, psychological and behavioral changes that causes a physiological phenomenon. The aim of this study was investigated of the effect to sportive performance of the mensturation at female futsal players

Method To this study partipated total 8 healthy female athletes voluntarily with the average of age 20,26±1,14 years, the average height 1,62±0,07 m, body weight averages 51,00±7,73 kg and BMI (body mass index) 19,38±2,23 kg/m2. In obtaining the data were applied flexibility, strength, aerobic and anaerobic power and speed tests in menstrual menses, middle of the menses period and after of the the menstrual cycle to athletes. In statistical analysis of data was used The Friedman Two-Way Analysis of Variance Test at the dependent groups.

Finding The evaluation of data as a results of the first, second and third of athletes to sit-ups, push-ups, flexibility, speed, anaerobic power and aerobic power values, respectively, were 25.00±7.09 number, 16.88 ± 7.24 number, 35.88 ±4.12 cm, ,53±0,43 sn, 74,20±13,39 kgm/sn and 30,39±1,16 ml/kg/dk; at 25.75±7.46 number, 13.88 ± 6.47 nuber, 33,38±4,03 cm, 5,40±0,46 sn, 72,20±12,86 kgm/sn and 30,10±1,12 ml/kg/dk; at 25.75 ± 7.50 number, 14.50 ± 6.59 numbert, 33,75±4,06 cm, 5,41±0,46 sn, 72,80±13,45 kgm/sn and 30,19±1,10 ml/kg/dk.

Result As a result, female futsal players' menstrual cycle, their flexibility and anaerobic power performance negatively ($p<0.01$) affected by, other performance characteristics did not affect showed.

Key Words: Menstruation, futsal, female, performance.

SB35

EGZERSİZLE İNDÜKLENEN BİYOKİMYASAL DEĞİŞİKLİKLER VE KANSER ÜZERİNDEKİ POTANSİYEL ETKİLERİ

***[1]Hatice Paşaoğlu*, [2]Özge Tuğçe Paşaoğlu**

[1]Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi, Tıbbi Biyokimya Anabilim Dalı, Ankara
[2]Gazi Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, Tıbbi Laboratuvar Teknikleri Programı, Ankara

***Email :** pasaogluh@yahoo.com, ozge.tugce@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Fiziksel egzersiz, kanser riskinin azaltılması için olduğu gibi, kanser tedavisi sırasında ve sonrasında da sağlığın iyileştirilmesi ve geliştirilmesi için rehabilitatif bir girişimdir. Mevcut kanıtlar, egzersizin, immün sistemin çeşitli bileşenlerini olumlu bir şekilde değiştirebilecek ve sonuçta tümör oluşumunu modüle edebilecek ümit verici bir yardımcı strateji olabileceğini düşündürmektedir. Bu çalışmanın amacı kanser ve egzersiz hakkında farkındalık yaratmaktır.

Yöntem: Çalışmada egzersiz ve kanserle ilgili çeşitli literatürler incelenmiş ve analiz edilmiştir.

Bulgular: Fiziksel aktivite, sağlık üzerine yararlı etkileriyle beraber tüm vücudu kapsayan bir mekanizmadır. Dünyada milyonlarca kanser hastası vardır. Bağışıklık sisteminin farmakolojik manipülasyonu, bazı kanser hastaları için uygulanabilir ve güçlü bir tedavi olarak ortaya çıkmıştır. Bununla birlikte, bağışıklık sisteminin egzersizle indüklenen modülasyonu, tümör oluşumunun başlangıcını ve ilerlemesini inhibe etmek için başka bir yardımcı strateji olabilir. Son araştırmalara göre, fiziksel egzersiz, kansere bağlı bitkinlik şikayetlerinin önlenmesi ve azaltılması için umut vaat etmektedir.

Sonuç: Egzersizi düzenli kanser bakımına etkin bir şekilde entegre etmek için, bir kanser tedavisi sırasında veya sonrasında, farklı egzersiz reçetesi parametreleri (egzersizin tipi, yoğunluğu, süresi, sıklığı gibi) ve egzersizin fizibilitesi ve güvenliği hakkında daha fazla kanıt gereklidir. Bu sebeple, kanser tedavisi süresince egzersizin immünolojik etkilerini araştıran daha fazla çalışmaya ihtiyaç vardır.

Anahtar Kelimeler: Egzersiz, Kanser

EXERCISE-INDUCED BIOCHEMICAL CHANGES AND POTENTIAL EFFECTS ON CANCER

Introduction and aim: Physical excersise is a rehabilitative intervention in order to promote and develop health during and after cancer threatment, as well as for the reduction of cancer risk. Current evidence suggests, exercise can be a promising contributive strategy that can modify various components of the immune system in a favorable way and ultimately modulate tumor formation. The aim of this study is to raise awareness about cancer and exercise.

Method: In this study, various literature on exercise and cancer have been reviewed and analyzed.

Results: Physical activity is a "full body" mechanism with beneficial effects on health. There are millions of cancer patients in the world. Pharmacological manipulation of the immune system has emerged as a viable and powerful treatment for some cancer patients. Together with this, exercise-induced modulation of the immune system may be another assistive strategy to inhibit initiation and progression of tumor formation. According to recent research, physical exercise promises hope for the prevention and reduction of cancer-related fatigue complaints.

Conclusion: Further evidences about different exercise prescription parameters (i.e. exercise type, intensity, duration, frequency), and feasibility and safety of the exercise during or after a cancer therapy are needed to effectively integrate exercise into regular cancer care. For this purpose, more studies investigating the immunological effects of exercise during the course of cancer treatment are required.

Keywords: Exercise, Cancer

SB90

FİZİKSEL AKTİVİTEYE KATILIMDA ALTERNATİF YAKLAŞIMLAR: AKTİF VİDEO DANS OYUNU TEMPOLU YÜRÜYÜŞÜN YERİNİ TUTAR MI?

***[1]Cihan Aygün*, [1]Bircan Dokumacı, [1]Hayriye Çakır-Atabek**

[1]Eskişehir Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Eskişehir

***Email :** cihanaygun@hotmail.com, bircanakdogan@gmail.com, hari03123@hotmail.com*

Giriş ve Amaç: Aktif video oyunları (AVO), son zamanlarda fiziksel aktiviteyi artırmak için potansiyel bir müdahale aracı olarak kabul edildiğinden beri artan bir ilgi odağı haline gelmiştir. Bu çalışmada, AVO dans kullanılıp, AVO dansın çeşitli fizyolojik cevapları ölçülerek i) AVO dansın egzersiz yoğunluğunun ve egzersiz özelliklerinin (aerobik veya anaerobik) belirlenmesi, ii) AVO dans egzersiz yoğunluğunun fiziksel aktivite için Amerikan Spor Hekimliği Koleji (ACSM) kriterlerine uygun olup olmadığı ve iii) AVO dansın geleneksel egzersizler yerine kullanılıp kullanılamayacağının test edilmesi amaçlanmaktadır. Yöntem: AVO Xbox Kinect kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Fiziksel olarak aktif 22 genç erkek (ortalama yaş: 20,59 ± 2,15 yıl, ortalama vücut yağ yüzdesi: 9,07 ± 4,61%, VO2maks: 52,15 ± 3,46 mL/kg/dk.) laboratuvarı üç kez ziyaret etmişlerdir (G1, G2 ve G3). Her ölçümde oksijen tüketimi (VO2), karbondioksit üretimi, kalp atım hızı (KAH), ve kan laktat konsantrasyonu ölçülmüştür. Ayrıca bunlara ek olarak enerji tüketimi (ET) ve metabolik eşdeğer (MET) hesaplanmıştır. 20 dakika dinlenik ölçümlerin ardından katılımcıların maksimum oksijen tüketimi (VO2maks) değerlendirilmiştir (G1). Sağlıklı yaşam için ACSM kılavuzu tarafından belirtilen seçilmiş egzersiz yoğunluğunda katılımcılar 20 dakika boyunca tempolu yürümüşlerdir (G2). 20 dakika boyunca AVO dans oynatılmıştır (G3). Bulgular: VO2, VO2maks%, MET, ET, KAH değerleri karşılaştırıldığında AVO dans ile tempolu yürüyüş arasında ($p > 0,05$) anlamlı fark olmadığı tespit edilmiştir. 20 dakikalık toplam ET miktarı AVO dans için 181,2 Kkcal olarak tespit edilmiştir. Ortalama laktat birikimi yanıtları dikkate alındığında ise AVO dans aerobik egzersiz olarak tanımlanmıştır (2,39 ± 1,28 mmol/L). Ek olarak, AVO dans için kaydedilen MET değeri (7,49 ± 0,94) dikkate alındığında, AVO ortadan zorluya yoğunlukta bir fiziksel aktivite olarak tanımlanmıştır. Sonuç; Bu çalışmada oynanan AVO dans, tempolu yürüyüş gibi bir geleneksel egzersizin yerine kullanılabileceği sonucuna varılmıştır. Bu çalışmanın sonuçları, AVO dans fiziksel hareketsizlikle mücadele için uygun bir araç olduğunu göstermektedir.

ALTERNATIVE APPROACHES TO PARTICIPATION IN PHYSICAL ACTIVITY: DOES THE ACTIVE VIDEO DANCE GAME REPLACE BRISK WALKING?

Introduction and purpose; Active video games (AVGs) have recently become a point of interest as they are being considered as a potential intervention tool to increase physical activity. This study aimed to i) determine the exercise intensity and exercise characteristics (aerobic or anaerobic) of active video dance game (AVG-dance) by measuring various physiological responses, ii) test whether AVG-dance exercise intensity meets the American College of Sport Medicine (ACSM) criteria for physical activity, and iii) test whether AVG-dance can be used in place of traditional exercises. Method; The AVG-dance were performed using an Xbox Kinect. Twenty-two young men (mean age: 20.59±2.15 years, mean body fat percentage: 9.07±4.61%, VO2max: 52.15±3.46 mL/kg/min) visited the laboratory three times (D1, D2, and D3). Oxygen consumption (VO2), carbon dioxide production, heart rate (HR), and blood lactate concentration were measured for each different condition. In addition, energy expenditure (EE) and metabolic equivalent (MET) were calculated. Participants were assessed for maximum oxygen consumption (VO2max) following 20 minutes of resting (D1). The participants walked for 20 minutes with the selected exercise intensity recommended by the ACSM guidelines for healthy life. After that, AVG-dance was performed for 20 minutes (D3). Results; VO2, VO2max%, MET, EE, and HR values were not significantly different between AVG-dance and brisk walking ($p>0.05$). The total amount of EE for 20 minutes of AVG-dance was determined as 181.2 Kkcal. AVG-dance was defined as aerobic exercise (2.39±1.28 mmol/L) when the mean lactate accumulation responses were considered. The MET value for AVG-dance was recorded as 7.49±0.94, thus AVG-dance was defined as a moderate to vigorous intensity physical activity. Conclusion; The AVG-dance, played in this research, can be used instead of traditional exercises such as brisk walking. The results of this study show that AVG-dance is a suitable tool for combating physical inactivity.

SB106

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE FİZİKSEL AKTİVİTE, YAŞAM KALİTESİ VE YAŞAM DOYUM DÜZEYİ ÜZERİNE İNCELEME

[1]Fatma Arslan, [1]Ayşegül Arslan

[1]Necmettin Erbakan Üniversitesi Turizm Fakültesi, KONYA

Email : *fatmaarslan2003@yahoo.com, aysegularslan443@gmail.com*

Amaç: Yeterli fiziksel aktiviteye katılımın bireylerin fiziksel, ruhsal, sosyolojik ve zihinsel durumlarına pozitif yönde katkısı olduğu bilinmektedir. Bu araştırma; üniversitede öğrenim gören öğrencilerin yeterli fiziksel aktiviteye yaşam kalitesi ve yaşam doyumu düzeylerini tespit etmek amacı ile yapılmıştır. Yöntem: Çalışma nedensel karşılaştırma deseninde nitel bir çalışmadır. Araştırmaya Antrenörlük Eğitimi I. Öğretim (n=141), Antrenörlük Eğitimi II. Öğretim (n=109) ve Beden Eğitimi Öğretmenlik (n= 116) olmak üzeri bölümlerden toplamda 366 öğrenci katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Dünya Sağlık Örgütü Yaşam Kalitesi Ölçeği Kısa Formu (Whoqol-Bref), Fiziksel Aktivite Değerlendirme (FADA) Anketi ve Yaşam Doyum Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 21 paket programı kullanılmıştır. Verilerin analizinde non-parametrik testlerden Man Withney U ve Kuruskall Wallis testi kullanılmıştır. Bulgular: Araştırmadan elde edilen bulgularına göre, bölümler arası Fiziksel Aktivite Değerlendirme Anketi (FADA) sonuçlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu görülmüştür ve Antrenörlük eğitimi bölümü öğrencilerinin ev, merdiven ve spor indeksi alt boyutlarında diğer iki bölümden daha iyi olduğu tespit edilmiştir($p<0,005$). Antrenörlük Eğitimi Bölümü öğrencilerinin diğer iki bölüm öğrencilerinden, Yaşam Kalitesi Ölçeği sonuçlarının daha iyi ve ortalamalar arasında farkın istatistiksel olarak da anlamlı olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$). Yaşam doyum ölçeği cinsiyet dağılım sonuçlarına göre Antrenörlük II. Öğretim ve Öğretmenlik Bölümlerinde okuyan öğrencilerde ortalamalar arasında farklılık bulunmuştur ($p<0,005$). Sonuç: Sonuç olarak, antrenörlük eğitimi bölümü öğrencilerinin diğer iki bölüme göre fiziksel aktivite düzeylerinin yüksek olması yaşam kalitesini ve yaşam doyumu düzeylerini kız ve erkek öğrencilerde farklı oranlarda ve olumlu yönde etkilediği tespit edilmiştir. Fiziksel aktivite seviyesi yüksek bireylerin fiziksel, ruhsal ve sosyolojik olarak daha pozitif oldukları görülmektedir. Anahtar Kelimeler: Fiziksel Aktivite, Yaşam Kalitesi ve Yaşam Doyum

AN INVESTIGATION ON PHYSICAL ACTIVITY, QUALITY OF LIFE, AND LIFE SATISFACTION LEVELS IN UNIVERSITY STUDENTS

Objective: Participation in adequate physical activity is known to contribute positively to the physical, mental, sociological and mental states of individuals. This research was conducted with the aim of determining the level of quality of life and life satisfaction of students who are studying at university, with sufficient physical activity. Method: The study is a qualitative study in the causal comparison pattern. A total of 366 students participated in the research from Coaching Education I. Teaching (n = 141), Coaching Education II. Teaching (n = 109) and Physical Education Teaching (n = 116). The Quality of Life Scale short form (Whoqol-Bref), Physical Activity Assessment and Life Satisfaction Questionnaires were used as data collection tool in the study. SPSS 21 package program was used in the analysis of the data. In the analysis of the data, Mann Whitney U and Kruskal Wallis test were used for non-parametric tests. Results: According to findings from the study, it was found that there was a statistically significant difference in the inter-department Physical Activity Evaluation results and the students in the coaching education department were better in the home, ladder and sports index sub-dimensions than the other two department($p<0,005$). The results of the Quality of Life Scale were better and statistically significant in the Coaching Education Department from the other two ($p<0,05$). According to the results of the life satisfaction scale gender distribution, there was a difference between the averages in the students studying in the Teaching Department and Coaching Teaching II. ($p<0,005$). Conclusion: As a result, the coaching education section has a higher level of physical activity than the other two compartments, and physical activity effects life quality and life satisfaction levels in male and female students in different proportions. It is seen that individuals with high levels of physical activity are

SB113

SAĞLILI NESİLLER İÇİN BİR ADIM DA SEN AT

***[1]Hüseyin Öztürk*, [2]Erkan Çolak, [3]Kemal Özdemir**

[1]Gaziantep Üniversitesi,Gaziantep
[2]Gaziantep Milli Eğitim İl Müdürlüğü,Gaziantep
[3] Gaziantep Milli Eğitim İl Müdürlüğü, Gaziantep

***Email :** ozturkavrasya@hotmail.com, ozturkavrasya@hotmail.com, ozturkavrasya@hotmail.com*

Mehmet Günay hocanın haberi var bu bir projedir.saygılarımla

SAĞLIKLI NESİLLER İÇİN BİR ADIM DA SEN AT PROJESİ :

Projemizde temel amaç çocuklarımızı beden , zihin, ahlak, ruh ve duygu bakımından dengeli ve sağlıklı şekilde gelişmiş bir kişiliğe ve karaktere ,hür ve bilimsel düşünme gücüne geniş bir dünya görüşüne sahip ,insan haklarına saygılı, kişilik ve teşebbüse değer veren ,topluma karşı sorumluluk duyan , yapıcı, yaratıcı ve verimli kişiler olarak yetiştirmektir. PROJENİN KAPSAMI: Projemiz İlimiz Merkezinde ve İlçelerimizde bulunan 60 İlkokul , 360 İdareci , 2031 Öğretmen , 64.349 Öğrenci doğrudan faydalanacaktır. Proje İlkokul 1.2.3.4 sınıflarda uygulanmıştır. Projeye göç İle gelen öğrenciler dahil edilmiştir Okullarımızda 216 etkinlik gerçekleştirilmiş olup 78 kişi saha uygulamalarında görev almıştır. Projemize , Şehitkamil İlçemizden 25 İlkokul, Şahinbey ilçesinden 25 İlkokul , Nizip ilçesinden 3 İlkokul, İslahiye İlçesinden 2 İlkokul , Diğer ilçelerimizden 1 ‘ er İlkokul dahil edilmiştir.

ONE STEP FOR HEALTHY GENERATİONS YOU PROJECT AT

YOU ARE ONE STEP FOR HEALTHY GENERATIONS PROJECT:

Our main aim in our project is to develop a sense of responsibility for collecting, respecting human rights, valuing personality and enterprise, having a broad personality and character developed in a balanced and healthy manner in terms of body, mind, morality, spirit and emotion, freedom and scientific thinking, creative, and productive.

PROJECT COVERAGE: Our project is located in the center of our province and in our districts 60 Primary school, 360 Manager, 2031 Teacher, 64.349 Students will benefit directly. The project was implemented in elementary school 1.2.3.4. Included students with immigration to the project 216 events were held in our schools and 78 people took part in field applications. Projemize, Şehitkamil İlçemizden 25 Primary School, 25 primary schools in Şahinbey district, 3 primary schools in Nizip county, 2 primary schools from the district of İslahiye, One of our other districts has been included in primary school.

SB122

FİZİKSEL AKTİVİTE: BİLİNENİN ÇOK ÖTESİ

[1]Mehmet Cem Satman,

[1]MiLLİ EĞİTİM BAKANLIĞI
[2]MİLLİ EĞİTİM BAKANLIĞI - ANKARA

Email : *mcsatman@gmail.com,*

Açık bir şekilde fiziksel aktivite için tasarlanmış olan insan bedeninin, hareketsizlik ile beraber karşı karşıya kaldığı sorunlar hergeçen gün artmaktadır. Yüzyıllar öncesinden fiziksel aktivitenin önemine dair söylenmiş sözlerin haklılığı bugün herkes tarafından kabul görmektedir. Bu derleme ile fiziksel aktivitenin genel olarak herkes tarafından kabul gören sağlığa olumlu faydalarının dışında, nörolojik etkileri, bu etkilere bağlı olarak farklı yaş gruplarındaki zihinsel süreçler üzerindeki rolü, bu süreçlerin bir sonucu olarak akademik başarının arttırılmasına dair katkıları ortaya koyulmaya çalışılmaktadır. Bu çerçevede öz saygı, özgüven ve iyi olma hali gibi kavramlar ile ilişkisinin yanı sıra farklı zihinsel problemler yaşayan bireylerin tedavileri için kullanımından, travma sonrası stres bozukluğunun aşılmasındaki katkılarına kadar pek çok nokta da ele alınmıştır. Okul öncesi eğitim alan çocukları, ergenleri ve üniversite öğrencilerini içeren çok geniş bir yelpazede, eğitime fiziksel aktivitenin dahil edilmesi yolu ile çok daha büyük oranda gelişim gerçekleştirilebileceği ifade edilmeye çalışılmıştır. Fiziksel aktivitenin eğitim-öğretim içerisindeki yerinin ne kadar önemli olduğu inkar edilemez bir gerçektir çünkü sağlıklı çocuk daha iyi öğrenir. Çalışma içerisinde sunulan bilgilerin ve araştırma raporlarının, gerek öğretmenler, gerek okul yöneticileri gerekse veliler için çocukların geleceğini planlamaya yardımcı olması umulmaktadır. Ayrıca her yaştan bireyin, fiziksel aktivitenin hiç farkına varmadıkları bu yönlerini tanımalarıyla yaşamlarında olumlu bir değişime yol açabileceklerine inanılmaktadır.

PHYSICAL ACTIVITY: BENEFITS THAT GO FAR BEYOND

Human body was clearly designed for movement and problems connected with inactiveness have been increasing each passing day. Everybody accepts the rightfulness of the statements which were made centruies ago. Apart from the known benefits of physical activity, its norological affects, cognitive roles in all ages and academic achievement, which occurs a a result of it, were exhibited in this article. Physical Activities' connection with concepts like self respect, self confidence and well being were underlined. Apart from that the positive affects for many psychological disorders from bipolar disorder to PTSD (Post Traumatic Stress Disorder) were investigated. The author tried to express the fact that students from all ages can reach many positive results by integrating physical activity more in to the educational system. It is impossible to resist the importance of physical activities' role in education since healthy individual learn better. It is hoped that the information that was given in meta analyse will be beneficial to plan children's' future for teachers, school administrators and parents. Also it is believed that people from all ages will have positive affects in their lives by realizing these aspects which was not noticed before.

SB134

ARI SÜTÜ TAKVİYESİNİN SEDANTER ERKEKLERDE KREATİN KİNAZ SEVİYESİNE ETKİSİ

***[1]Zarife Pancar*, [1]Mürsel Biçer, [2]Vedat Çınar**

[1]GAZİANTEP ÜNİVERSİTESİ BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI, GAZİANTEP
[2]FIRAT ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ, ELAZIĞ

***Email :** z.pancar01@gmail.com, mbicer@gantep.edu.tr, cinarvedat@hotmail.com*

Amaç: Bu çalışmanın amacı, plasebo kontrollü deney dizaynı ile Royal Jelly (RJ) 'nin 1000 mg/gün dozunda sedanter erkeklerde serum kreatin kinaz seviyesine etkisinin değerlendirilmesi amaçlanmıştır. Yöntem: Bu amaçla toplamda sağlıklı 20 yetişkin sedanter erkek çalışmaya alındı. Denekler, on beş gün boyunca her gün sabah aynı saatte cam flakonlar içinde buzdolabında muhafaza edilen likit arı sütü (Royal Jelly) alan deney grubu (1000 mg/gün Royal Jelly) ve plasebo (1000 mg/gün sıvı) olarak rastgele iki gruba ayrıldı. Her iki gruptaki deneklerden kreatin kinaz seviyelerinin belirlenmesi amacıyla, çalışmanın bir gün öncesi ve sonrasında kan plazma örnekleri alınarak analiz edildi. Deney ve plasebo grubunun ölçülen verilerinin analizi için 2x2 mixed faktör ANOVA ve LSD testleri yapıldı. Bulgular: Kısa süreli arı sütü takviyesi alan deney grubunun kreatin kinaz değerleri ön test ve son testleri arasındaki analizde son test lehine düşüş istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($p<0,05$). Kontrol grubunun kreatin kinaz seviyelerinde istatistiksel açıdan anlamlılık bulunmamıştır ($p>0,05$). Deney ve kontrol grubunun gruplar arası analizinde ise istatistiksel açıdan anlamlılık bulunamamıştır ($p>0,05$). Sonuç: Bu çalışma sonucunda, 1000 mg/gün doz RJ takviyesinin, sedanter erkeklerde kreatin kinaz değerlerini değiştirdiği söylenebilir.

Anahtar kelimeler: Arı sütü, serum, kreatin kinaz

THE EFFECT OF ROYAL JELLY SUPPLEMENT ON CREATINE KINASE LEVELS IN SEDANTER MEN

Objective: The aim of this study was to evaluate the effect of Royal Jelly (RJ) on serum creatine kinase levels in sedentary men at a dose of 1000 mg / day with a placebo controlled trial design. Method: For this purpose, a total of 20 healthy adult sedentary men were included in the study. Subjects were randomly divided into two experimental groups (1000 mg / day Royal Jelly) and placebo (1000 mg / day liquid) receiving liquid royal jelly in the refrigerator in glass vials at the same time each day for fifteen days each day. In order to determine creatine kinase levels in subjects in both groups, blood plasma samples were taken one day before and after the study and analyzed. 2x2 mixed factor ANOVA and LSD tests were performed to analyze the measured data of the experiment and placebo group. Result: The decrease in creatinine kinase values of pre-test and post-test in favor of post test was found to be statistically significant in the experimental group receiving short-term royal jelly supplementation ($p <0,05$). The creatinine kinase levels of the control group were not statistically significant ($p> 0,05$). Statistical significance was not found in the inter-group analysis of the experiment and control groups ($p>0,05$). Conclusion: As a result of this study, it can be said that 1000 mg / day dose of RJ supplements changed serum creatine kinase values in sedanter males.

Key words: Royal Jelly, serum, creatine kinase

SB135

AEROBİK VE AEROBİK- SUBMAKSİMAL EGZERSİZLERİN OBEZİTE RİSKİ TAŞIYAN ADÖLESANLARDA BEDEN KİTLE İNDEKSİ ÜZERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

***[1]Bilge Eroğlu*, [2]Faruk Akçınar**

[1]91000 Dev Öğrenci Ortaokulu/ Malatya
[2]İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakultesi/ Malatya

Email : *,*

Aerobik ve Aerobik- Submaksimal Egzersizlerin Obezite Riski Taşıyan Adölesanlarda Beden Kitle İndeksi Üzerine Etkisinin İncelenmesi Amaç: Aerobik ve aerobik-submaksimal egzersiz yönteminin obezite riski taşıyan adölesanlar üzerindeki etkisinin incelenmesidir. Yöntem: Bu araştırma tarama modelinde deneysel bir araştırmadır. Örneklem grubu, gönüllü 72 öğrenciden oluşmuş ancak 45 sağlıklı gönüllü öğrenciyle devam etmiştir. Egzersiz grupları dinlenik nabızları esas alınarak, aynı seviyedeki yaş gruplarına (12 yaş) göre düzenlenmiştir. Çalışma her gruptan 15' er (8 kız, 7 erkek) kişi olmak üzere kontrol, aerobik egzersiz ve aerobik- submaksimal olarak üç gruba ayrılmıştır. Çalışmanın verileri SPSS programına yüklenerek, istatistiksel işlemleri İndepended Sample T testi, Paired Sample T testi, Anova testi ile ölçülmüştür. Anlamlılık düzeyi α=0.05 olarak benimsenmiştir. Bulgular: Çalışmamızda kontrol grubunda boy, BKİ, bel çevresi, kalça çevresi, bel kalça oranı, VYY, VYK, VKK değişkenlerinde anlamlı bir farklılık görülmemiştir ($p<0.05$). Aerobik koşu egzersizi yapılan grupta, boy değişkeninde anlamlı bir farklılık görülmezken, BKİ, bel çevresi, kalça çevresi, VYY, VYK, VKK değişkenlerinde anlamlı farklılıklar görülmüştür ($p<0.05$). Aerobik-submaksimal koşu egzersizi yapılan grupta, boy değişkeninde anlamlı bir farklılık görülmezken, BKİ, bel çevresi, kalça çevresi, VYY, VYK, VKK' de benzer farklılık görülmüştür ($p<0.05$). Çalışmamızda kızlar ve erkekler arasında tüm gruplarda erkeklerde bel çevresi ($p<0.05$), kalça çevresi ($p<0.10$), VYY ($p<0.05$) ve VYK ($p<0.05$) değerlerinde kadınlara göre anlamlı bulunmuştur. Sonuç: Bu çalışmada aerobik egzersiz ve aerobik- submaksimal egzersiz yönteminde boy, kilo, bel kalça oranında anlamlı bir fark görülmezken, bel çevresi, kalça çevresi, BKİ, VYY, VYK, VKK değişkenlerinde anlamlı farklılık ($p<0,05$) görülmüştür. Aerobik egzersiz yöntemi uygulanan grubun kalça çevresi, VYY değişkenlerinde aerobik-submaksimal egzersiz grubuna göre anlamlı sonuç vermiştir.

AN INVESTIGATION OF THE EFFECT OF AEROBIC AND AEROBIC SUBMAXIMAL EXERCISES ON BODY MASS INDEX IN ADOLESCENTS AT THE RISK OF OBESITY

An Investıgatıon Of The Effect Of Aerobıc and Aerobıc Submaxımal Exercıses On Body Mass Index In Adolescents At The Rısk Of Obesıty Purpose: The aim of the study is to examine the effect of aerobic and aerobic-submaximal exercise on the adolescents who are at risk of obesity. Method: This research is an experimental study in the screening model. The sample group consists of volunteer 72 students but it continued with the 45 healthy volunteer students. The exercise groups were organized according to the same level age (12 years) by basing on resting pulse. The study was divided into three groups consisting 15 (8 girls,7 boys), as control, aerobic exercise and aerobic- submaximal exercise. Data of the study were uploaded to the SPSS program and statistical procedures were measured by the Independed Sample T test, the Paired Sample T test and the Anova test. The level of significance was adopted as α = 0.05. Result: In our study, there was no significant difference in height, BMI, waist circumference, waist circumference, waist hip ratio, BFP, BFM, BMM variance in control group ($p<0.05$). While there was no significant difference in height variable in the group performing aerobic exercise, there was a significant difference in BMI, waist circumference, hip circumference, BFP, BFM, BMM variance ($p<0.05$). While there was no significant difference in height variable in the group performing aerobic-submaximal running exercise, there was a similar difference in BMI, waist circumference, hip circumference, BFP, BFM, BMM ($p<0.05$) In our study, between all girls and boys in all groups, men's waist circumference($p<0.05$), hip circumference ($p<0.10$), BFP($p<0.05$) and BFM ($p<0.05$) values were found more significant than women's. Conclusion: In this study, while there was no significant difference in height, weight, waist hip ratio in aerobic exercise and aerobic submaximal exercise method and

SB150

TEMEL YOGA POZLARININ GÖZ İÇİ BASINCI ÜZERİNE ETKİSİ

[1]İKÇÜ Atatürk Eğitim Ve Araştırma Hastanesi, Göz Hastalıkları Kliniği, İZMİR

Email :

Giriş ve Amaç: Göz içi basıncı(GİB), baş aşağı vücut pozisyonlarında artmaktadır. Vücudun ters yönde devam eden duruşuyla artış devam eder. Yoga, son yıllarda popüler bir uygulama olarak toplumda giderek yaygınlaşmaktadır. Bu çalışmada sağlıklı gönüllülerde, temel yoga derslerinde sık uygulanan 4 farklı yoga pozisyonu sırasında, GİB değişiklerinin değerlendirilmesi amaçlanmıştır. Yöntem: Yirmidört sağlıklı erişkin çalışmaya dahil edildi. Olguların cinsiyet, yaş, kilo, boy ve vücut kitle indeksleri(VKİ) ve santral kornea kalınlıkları(SKK) not edildi. Her olguya, uygulanması istenen pozisyonlar anlatıldıktan sonra, Adho Mukha Svanasana "aşağı bakan köpek", Uttanasana "standart öne eğilme", Viparita Karani "Yukarı bakan iki ayaklı asa" ve Urdvha Mukha Svanasana "yukarı bakan köpek" pozisyonları uygulatıldı. Her pozisyondan önce, başladıktan 2 dakika sonra pozisyon sırasında, hemen ardından oturur pozisyonunda ve pozisyon tamamlandıktan 5 dakika sonra Tonopen ile her iki gözde GİB ölçüldü. Bulgular: Yirmidört olgunun 17'si kadındı. Olguların yaş, kilo, boy ve VKİ ortalamaları sırasıyla 40,21yıl(±8,55), 68,71kg(±12,64), 169,58cm(±9,50) ve 40,36kg/m2(±5,89) olarak belirlendi. SKK'ları sağ ve sol gözde 546,42µm(±25,9) ve 545,38µm(±25,2) olarak saptandı. Uygulama öncesi GİB değerleri sağ gözde 11,17mmHg±2,33, sol gözde 11,42mmHg±2,43 olarak ölçüldü. Tüm pozisyonlarda GİB'de başlangıç değerine göre istatistiksel olarak anlamlı artış saptandı. Pozisyon sırasında GİB'de en fazla artış "aşağı bakan köpek" pozisyonunda saptanırken oluşan fark sağ gözde 10,71mmHg±1,75, sol gözde 10,46mmHg±2,08 olarak tespit edildi. Diğer pozisyonlar için bu fark "standart öne eğilme" için 8,38mmHg±1,68(sağ) ve 8,63mmHg±1,46(sol); "yukarı bakan iki ayaklı asa" için 3,92mmHg±1,95(sağ) ve 5,00mmHg±2,32(sol); "yukarı bakan köpek" için 0,75mmHg±1,48(sağ) ve 0,75mmHg±1,39(sol) olarak belirlendi. Tüm pozisyonlarda pozisyonun hemen ardından oturur pozisyonunda ve 5 dakika sonra dinlenme pozisyonunda yapılan ölçümler başlangıç ölçümlerinden farklı bulunmadı. Sonuç: Sağlıklı bireylerde özellikle baş aşağı pozisyonlarda gerçekleştirilen yoga pozisyonları, GİB'de hızlı bir artışla direk ilişkilidir. Yükselen GİB, yoga pozisyonunun sonlandırılmasını ve oturur pozisyona gelmeyi takiben hızla normale gelmektedir.

THE EFFECT OF BASIC YOGA POSES ON THE INTRAOCULAR PRESSURE

Introduction: Intraocular pressure(IOP) increases in upside down body positions. The increase continues as the body does not continue to reverse. Yoga has become increasingly popular in society as a popular practice in recent years. In this study, it was aimed to evaluate the changes of IOP during 4 different yoga positions frequently applied in basic yoga classes in healthy volunteers. Method: Twenty-four healthy adults were included in the study. Gender, age, weight, height, body mass index(BMI) and central corneal thickness(CCT) of the cases were noted. After describing the positions required to be practiced, Adho-Mukha-Svanasana, Uttanasana, Viparita-Karani and Urdvha-Mukha-Svanasana positions were applied to each case. IOP was measured using Tonopen in both eyes before each position, 2 minutes after starting, at the position, immediately after sitting, and 5 minutes after the position. Results: Seventeen of 24 cases were female. The mean age, weight, height and BMI of the cases were 40.21years(±8.55), 68.71kg(±12.64), 169.58cm(±9.50) and 40.36kg/m2(±5,89), respectively. The CCTs were 546.42µm(±25.9) and 545.38µm(±25.2) in the right and left eyes. Before the position was started, IOP values were measured as 11.17mmHg±2.33 and 11.42mmHg±2.43 in the right and left eye, respectively. Significant increase in IOP was found in all positions compared to baseline. The highest increase in IOP was found in "Adho- Mukha-Svanasana". The difference was 10.77mmHg±1.75 and 10.46mmHg±2.08 in the right and left eye. For other positions, difference is 8,38mmHg±1,68(right) and 8,63mmHg±1,46(left) for "Uttanasana"; 3.92mmHg±1.95(right) and 5.00mmHg±2.32(left) for "Viparita-Karani"; 0.75mmHg±1.48(right) and 0.75mmHg±1.39(left) for "Urdvha-Mukha-Svanasana". In all positions, the measurements made in position immediately after sitting and resting after 5 minutes were not different compared to the initial measurements. Conclusion: Yoga poses, particularly in upside down positions in healthy individuals, are directly related to a rapid increase in IOP. The rising IOP rapidly improves to normal after the end of the yoga position.

SB151

ÖZEL YETENEK SINAVINA BAŞVURAN KADIN ADAYLARIN ZAYIFLAMA HAPLARINA YÖNELİK TUTUMLARININ İNCELENMESİ

***[1]Necat Toprak*, [1]Leyla Saraç**

[1]Mersin Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu

Email : *necattoprak@hotmail.com, lylsrc@gmail.com*

Özel yetenek sınavına başvuran kadın adayların zayıflama haplarına yönelik tutumlarının incelenmesi Necat Toprak, Leyla Saraç

Giriş ve Amaç Zayıflama konusunda düzenli egzersiz ve dengeli beslenmenin anahtar iki faktör olarak vurgulanmasına rağmen, özellikle beden ölçülerinden memnun olmayanlar sağlıklarını tehlikeye atacak çeşitli yollar denemektedir. Medya organları tarafından empoze edilen gerçekçi olmayan "incelik" mesajları, özellikle kadınların incelmek amacı ile zayıflama haplarına yönelmelerine yol açmaktadır. Bu çalışmanın amacı, kadın beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencisi adaylarının zayıflama haplarına yönelik tutumlarını, bu tutumun sporcu olan ve olmayan adaylara göre farklılaşıp farklılaşmadığını ve adayların beden kütle indeksleri ve tutumları arasındaki ilişkiyi belirlemektir. Yöntem Araştırmaya Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Özel Yetenek Sınavı'na başvuran yaş ortalaması 19.34 (SS= 1.91) olan 208 kadın aday katılmıştır. Araştırmada veri toplamak amacı ile Cihan ve Bozo (2012) tarafından geliştirilen 18 maddelik 5'li Likert (1= Kesinlikle katılmıyorum, 5= Tamamen katılıyorum) biçiminde hazırlanmış ve iç tutarlılık katsayısı .93 olan "Zayıflama Haplarına Yönelik Tutum Ölçeği" kullanılmıştır. Ölçekten elde edilecek puanlar 18-90 arasında değişmekte, yüksek puanlar olumlu tutuma işaret etmektedir. Bu çalışmada elde edilen iç tutarlılık katsayısı .85'tir. Verilerin analizinde Mann-Whitney U ve Spearman Korelasyon Katsayısı kullanılmıştır. Bulgular Araştırmada elde edilen bulgular kadın adayların zayıflama haplarına yönelik tutum ortalamasının 28.63 (SS= 8.78) olduğunu göstermiştir. Sporcu olan (M= 27.72, SS= 8.04) ve sporcu olmayan (M= 29.22, SS= 9.21)kadın adayların zayıflama haplarına yönelik tutumları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır (U= 4689.500, p>.05). Ayrıca kadın adayların zayıflama haplarına yönelik tutumları ve beden kütle indeksleri arasında ilişki olup olmadığı incelenmiş ve bulgular istatistiksel olarak bir ilişki olmadığını ortaya koymuştur, rs= .08, p>.05. Sonuç Araştırma bulguları, özel yetenek sınavına başvuran kadın adayların zayıflama haplarına yönelik tutumlarının düşük olduğunu, sporcu olan ve olmayan adayların tutumlarının benzer olduğunu ve adayların beden kütle indeksleri ve tutum puanları arasında bir ilişki olmadığını ortaya koymuştur. Bu durumun nedeninin, kadın adayların fiziksel yeterliğe dayalı bir test içeren sınava hazırlanmaları, fiziksel uygunluklarının benzer

ASSESSING ATTITUDES TOWARD DIET PILLS AMONG PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS MAJOR CANDIDATES

Assessing Attitudes Toward Diet Pills Among Physical Education and Sports Major Candidates Necat Toprak, Leyla Saraç Purpose Although regular exercise and balanced diet for weight loss are two key factors, those who are not particularly satisfied with body measurements are testing various ways to put their health at risk. Unrealistic "delicacy" messages imposed by media organs lead women to focus on attrition and diet pills. The aim of this study is to determine the attitudes of women's physical education and sports college student candidates towards diet pills. Method A total of 208 female candidates who attended the Special Ability Examination for Physical Education and Sport of the 19.34 age group (SD = 1.91) participated in the survey. The data were collected by 18-item Likert type "Attitude Scale for Diet Pills" scale, (1= strongly disagree, 5= strongly agree) developed by Cihan and Bozo (2012) with an internal consistency coefficient of .93. Scores of a scale range from 18 to 90, with higher scores pointing to a positive attitudes towards diet pills. The internal consistency coefficient was .85. Mann-Whitney U and Spearman Correlation Coefficient were used to analyze data. Findings The average of attitudes towards diet pills of females was 28.63 (SD = 8.78). There was no significant difference between attitudes towards diet pills of females (M = 27.72, SD = 8.04) and non-athletes (M = 29.22, SD = 9.21). The relationship between attitudes towards diet pills and BMI of female candidates was statistically not significant, rs= .08, p> .05. Conclusion The findings show that the attitudes of females toward diet pills are low, attitudes of athletes and non-athletes are similar, and there is no relationship

between candidates' BMI and attitudes. It is believed that this is caused by the fact that female candidates are prepared to test a test based on physical fitness, their physical fitness is similar and they do

SB152

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOKULU ÖĞRENCİSİ ADAYLARININ OBEZ BİREYLERE YÖNELİK İNANÇ VE TUTUMLARININ İNCELENMESİ

[1]Leyla Saraç, [2]Leyla Saraç, [1]Necat Toprak

[1]Mersin Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu/Mersin
[2]Mersin Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu/ Mersin

Email : *lylsrc@gmail.com, lylsrc@gmail.com, necattoprak@hotmail.com*

Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencisi Adaylarının Obez Bireylere Yönelik İnanç ve Tutumlarının İncelenmesi Leyla Saraç, Necat Toprak Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı BESYO Özel YETENEK Sınavı'na kayıt yaptıran kadın ve erkek adayların obez bireylerle yönelik inançları ve tutumlarını karşılaştırmak ve adayların beden kütle indeksleri (BKİ), inançları ve tutumları arasında bir ilişki olup olmadığını belirlemektir. Yöntem: Araştırmaya 107 kadın 273 erkek olmak üzere 380 aday katılmıştır. Kadın adayların yaş ortalaması 19.30 (SS= 2.38), erkek adayların 19.85'tir (SS= 2.76). Araştırmada veri toplamak amacı ile Dedeli, Bursalıoğlu ve Deveci (2014) tarafından Türkçeye uyarlanan "Obez Bireyler Hakkında İnanç Ölçeği-OBHİ" ve "Obez Bireylere Yönelik Tutum Ölçeği-OBYT" kullanılmıştır. OBHİ, obez bireyler hakkında olumlu ve olumsuz olmak üzere toplam 8 ifadeden oluşan 6'lı Likert tipinde hazırlanmış bir ölçektir. Ölçekten alınacak minimum ve maksimum puanlar 0-48 arasında değişmektedir. Yüksek puanlar, katılımcının obezitenin obez bireylerin kontrolünde olmadığına yönelik güçlü inançlara sahip olduğunun göstermektedir. OBYT 20 maddelik, 6'lı Likert tipinde, minimum ve maksimum puanları 0-120 arasında değişen bir ölçektir. Yüksek puanlar, obez bireylere yönelik olumlu tutumu göstermektedir. Ölçeklerin iç tutarlılık katsayıları OBHİ için .74, OBYT için .82 olarak bulunmuştur. Bulgular: Kadın (MOBHİ= 20.12, SS= 6.40; MOBYT= 58.17, SS= 11.94) ve erkek adayların (MOBHİ= 19.52, SS= 6.80; MOBYT= 58.64, SS= 12.70) obez bireyler hakkında inanç puanları (U= 13312.00, p= .18) ve obez bireylere yönelik tutumları (U= 13967.00, p= .51) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farka rastlanmamıştır. Kadın (M= 20.68, SS= 2.35) ve erkek adayların (M= 22.07, SS= 2.42) BKİ değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur, U= 9628.50, p= .001. Bu bulgulara ek olarak kadın (rs= .25, p= .01) ve erkek adayların (rs= .27, p= .001) OBHİ ve OBYT değerleri arasında ve BKİ değerleri arasında istatistiksel olarak pozitif ve olumlu yönde bir ilişki olduğu bulunmuş; ancak adayların OBHİ ve OBYT değerlerinin BKİ ile herhangi bir ilişkisine rastlanmamıştır, p> .05. Sonuç: Bulgular,

EXAMINATION OF BELIEFS AND ATTITUDES OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORT STUDENT CANDIDATES ABOUT OBESE INDIVIDUALS

Examination of beliefs and attitudes of physical education and sport student candidates about obese individuals Leyla Saraç, Necat Toprak Purpose: The purpose is to compare beliefs and attitudes towards obese individuals in male and females applied to Special Ability Examination of the PE Department, and determine whether there is a relationship between body mass indexes (BMI), beliefs and attitudes of the candidates. Method: 380 candidates, 107 female and 273 male, participated in research. The age of female is 19.30 (SD= 2.38) and that of males is 19.85 (SD= 2.76). The "Beliefs About Obese Persons Scale-BAOP" and "Attitudes Toward Obese Persons Scale-ATOP", which were adapted by Dedeli, Bursalıoğlu and Deveci (2014), were used for collecting data. BAOP is a 6-point Likert type, consisting of 8 positive and negative expressions about obese individuals. Minimum and maximum scores range from 0-48. Higher scores indicate that participants have belief that obesity is not under the control of obese individuals. ATOP is a 20-item, 6-point Likert type, with minimum and maximum scores ranging from 0-120. Higher scores indicate positive attitudes towards obese individuals. Internal consistency coefficients of the scales were found to be .74 for BAOP and .82 for ATOP. Findings: The beliefs about obese subjects (U= 13312.00, p= 0.0001) were higher in females (MBAOP= 20.12, SD= 6.40, MATOP= 58.17, SD= 11.94) and male (MBAOP= 19.52, SD= 6.80, MATOP= 58.64, SS= .18) and attitudes towards obese individuals (U= 13967.00, p= .51) was not found to be significant. A difference was found between BMI of female (M = 20.68, SD = 2.35) and males (M= 22.07, SD = 2.42), U= 9628.50, p= .001. There was a positive relationship between female and males (rs= .25, p= .01) and BAOP and ATOP (rs= .27, p= .001) but BAOP and ATOP of the candidates were not related to BMI, p>

SB189

AEROBİK VE AEROBİK- SUBMAKSİMAL EGZERSİZLERİN OBEZİTE RİSKİ TAŞIYAN ADÖLESANLARDA BEDEN KİTLE İNDEKSİ ÜZERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

***[1]Bilge Eroğlu*, [2]Faruk Akçınar**

[1]91000 Dev Öğrenci Ortaokulu/ Malatya
[2]İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakultesi/ Malatya

***Email :** bilgeeroglu79@gmail.com, faruk.akcinar@inonu.edu.tr*

Aerobik ve Aerobik- Submaksimal Egzersizlerin Obezite Riski Taşıyan Adölesanlarda Beden Kitle İndeksi Üzerine Etkisinin İncelenmesi Amaç: Aerobik ve aerobik-submaksimal egzersiz yönteminin obezite riski taşıyan adölesanlar üzerindeki etkisinin incelenmesidir. Yöntem: Bu araştırma tarama modelinde deneysel bir araştırmadır. Örneklem grubu, gönüllü 72 öğrenciden oluşmuş ancak 45 sağlıklı gönüllü öğrenciyle devam etmiştir. Egzersiz grupları dinlenik nabızları esas alınarak, aynı seviyedeki yaş gruplarına (12 yaş) göre düzenlenmiştir. Çalışma her gruptan 15' er (8 kız, 7 erkek) kişi olmak üzere kontrol, aerobik egzersiz ve aerobik- submaksimal olarak üç gruba ayrılmıştır. Çalışmanın verileri SPSS programına yüklenerek, istatistiksel işlemleri İndepended Sample T testi, Paired Sample T testi, Anova testi ile ölçülmüştür. Anlamlılık düzeyi α=0.05 olarak benimsenmiştir. Bulgular: Çalışmamızda kontrol grubunda boy, BKİ, bel çevresi, kalça çevresi, bel kalça oranı, VYY, VYK, VKK değişkenlerinde anlamlı bir farklılık görülmemiştir (p<0.05). Aerobik koşu egzersizi yapılan grupta, boy değişkeninde anlamlı bir farklılık görülmezken, BKİ, bel çevresi, kalça çevresi, VYY, VYK, VKK değişkenlerinde anlamlı farklılıklar görülmüştür (p<0.05). Aerobik-submaksimal koşu egzersizi yapılan grupta, boy değişkeninde anlamlı bir farklılık görülmezken, BKİ, bel çevresi, kalça çevresi, VYY, VYK, VKK' de benzer farklılık görülmüştür (p<0.05). Çalışmamızda kızlar ve erkekler arasında tüm gruplarda erkeklerde bel çevresi (p<0.05), kalça çevresi (p<0.10), VYY (p<0.05) ve VYK (p<0.05) değerlerinde kadınlara göre anlamlı bulunmuştur. Sonuç: Bu çalışmada aerobik egzersiz ve aerobik- submaksimal egzersiz yönteminde boy, kilo, bel kalça oranında anlamlı bir fark görülmezken, bel çevresi, kalça çevresi, BKİ, VYY, VYK, VKK değişkenlerinde anlamlı farklılık (p<0,05) görülmüştür. Aerobik egzersiz yöntemi uygulanan grubun kalça çevresi, VYY değişkenlerinde aerobik-submaksimal egzersiz grubuna göre anlamlı sonuç vermiştir.

AN INVESTIGATION OF THE EFFECT OF AEROBIC AND AEROBIC SUBMAXIMAL EXERCISES ON BODY MASS INDEX IN ADOLESCENTS AT THE RISK OF OBESITY

An Investıgatıon Of The Effect Of Aerobıc and Aerobıc Submaxımal Exercıses On Body Mass Index In Adolescents At The Rısk Of Obesıty Purpose: The aim of the study is to examine the effect of aerobic and aerobic-submaximal exercise on the adolescents who are at risk of obesity. Method: This research is an experimental study in the screening model. The sample group consists of volunteer 72 students but it continued with the 45 healthy volunteer students. The exercise groups were organized according to the same level age (12 years) by basing on resting pulse. The study was divided into three groups consisting 15 (8 girls,7 boys), as control, aerobic exercise and aerobic- submaximal exercise. Data of the study were uploaded to the SPSS program and statistical procedures were measured by the Independed Sample T test, the Paired Sample T test and the Anova test. The level of significance was adopted as α = 0.05. Result: In our study, there was no significant difference in height, BMI, waist circumference, waist circumference, waist hip ratio, BFP, BFM, BMM variance in control group (p<0.05). While there was no significant difference in height variable in the group performing aerobic exercise, there was a significant difference in BMI, waist circumference, hip circumference, BFP, BFM, BMM variance (p<0.05). While there was no significant difference in height variable in the group performing aerobic-submaximal running exercise, there was a similar difference in BMI, waist circumference, hip circumference, BFP, BFM, BMM (p<0.05) In our study, between all girls and boys in all groups, men's waist circumference(p<0.05), hip circumference (p<0.10), BFP(p<0.05) and BFM (p<0.05) values were found more significant than women's. Conclusion: In this study, while there was no significant difference in height, weight, waist hip ratio in aerobic exercise and aerobic submaximal exercise method and

SB190

KESİNTİLİ VE KESİNTİSİZ EGERSİZ TİPLERİNİN BİLİŞSEL İŞLEVLERE ETKİLERİNİN YAKIN KIZILÖTESİ SPEKTROSKOPİ İLE İNCELENMESİ

***[1]Fulya Tuzcu Gürkan*, [2]Cem Şeref Bediz, [3]Bekir Muzaffer Çolakoğlu, [4]Çağdaş Güdücü, [4]Emre Eskicioğlu, [3]Görkem Aybars Balcı, [1]Ersin Oğuz Koylu**

[1]Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi Fizyoloji Anabilim Dalı
[2]Dokuz Eylül Üniversitesi Tıp Fakültesi Fizyoloji Anabilim Dalı
[3]Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi
[4]Dokuz Eylül Üniversitesi Tıp Fakültesi Biyofizik Anabilim Dalı

***Email :** fulya_tuzcu@yahoo.com, cem.bediz@gmail.com, muzaffer.colakoglu@gmail.com, cagdasguducu@gmail.com, emreeskicioglu@gmail.com, gorkem_balci@hotmail.com, ersin.koylu@gmail.com*

Kesintili ve Kesintisiz Egersiz Tiplerinin Bilişsel İşlevlere Etkilerinin Yakın Kızılötesi Spektroskopi ile İncelenmesi Amaç: Sedanter hayatın yaygınlaşmasıyla sağlıklı yaşam için düzenli fiziksel egzersiz daha da önemli hale gelmiş, mental işlevlere de olumlu katkı sağladığı bilindiğinden görece verimli yöntemlerin anlaşılması önem kazanmıştır. Çalışmamızda kesintili ve kesintisiz anaerobik eşik altında egzersiz yöntemlerinin bilişsel işlevlere olan etkileri, beyin prefrontal korteks oksijenlenmesi ile ilişkilerinin aydınlatılması ve hangi yöntemin daha verimli olduğunun bulunması amaçlanmıştır. Yöntem: Çalışmamızda yüksek düzeyde antrene olan sporculara farklı günlerde kesintili/ kesintisiz egzersiz uygulanmıştır. Kesintisiz egzersizde solunumsal anaerobik eşik yükünün %90'ına denk gelen güç çıktısıyla 20 dakika sabit yüklü egzersiz, kesintilide ise aynı yükle 4 set 5 dakika egzersiz ve aralarda 2 dakika 50 watt yükle dinlenme şeklinde egzersiz yaptırılmıştır. Her egzersiz seansından önce ve sonra bilişsel işlevleri değerlendirebilmek için Stroop, PASAT ve BART testleri uygulanıp, tüm bu süreçte İşlevsel Yakın Kızılötesi Spektroskopi(fNIRS) ile prefrontal oksijenlenme düzeyleri ölçülmüştür. Egzersiz önce/sonrasında kortizol düzeyleri ölçülmüştür. Bulgular: Çalışmamızda aynı yük çıktısında yapılan egzersizlerden kesintisiz egzersizde algılanan zorluk düzeyi kesintili egzersizden yüksek bulunmuştur($p<0,05$). BART risk alma testi değerlendirildiğinde kesintisiz egzersiz sonrası risk alma eğiliminin($p<0,05$) ve Stroop test bozucu etkisinin arttığı($p<0,05$) görülmüştür. Prefrontal korteks oksijenlenme düzeylerinde egzersiz türleri arasında fark bulunmamıştır. Stroop Test sırasında her iki egzersiz öncesi davranışsal test sonuçları ile prefrontal korteks oksihemoglobin düzeyleri arasında yüksek korelasyon bulunmuştur(r=.79-.88). Kesintili egzersiz PASAT davranışsal testindeki doğru yanıt sayıları ile prefrontal korteks oksihemoglobin düzeyleri arasında yüksek negatif korelasyon bulunmuştur(r=.71). BART davranışsal test ve prefrontal oksihemoglobin düzeyleri arasında anlamlı korelasyon bulunmamıştır. Sonuç: Anaerobik eşik altı kesintisiz egzersiz yönteminde bilişsel işlevlerde bozulma ve risk eğiliminde artış görülmüş, bu bulgular ışığında kesintili egzersizin bilişsel işlevler açısından daha verimli bir yöntem olduğu düşünülmüştür. Prefrontal oksijenlenme açısından egzersiz yöntemleri arasında fark görülmemiş ancak bilişsel işlevlerde bozulma arttıkça prefrontal oksijenlenmede de artış olduğu görülmüştür.Bu çalışma Ege Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri 18-TIP-039 nolu proje kapsamında yapılmıştır

INVESTIGATION OF THE EFFECTS OF INTERMITTENT AND CONTINUOUS EXERCISE ON COGNITIVE FUNCTIONS BY FUNCTIONAL NEAR INFRARED SPECTROSCOPY

Objective:Regular physical activity has become even more important for a healthy life and mental functions as well as physical functions. In this context, understanding of efficient methods for whole body health has become important in the choice of exercise. We aimed to find the effects of continuous and intermittent exercise methods on cognitive functions under anaerobic threshold and the relationship with prefrontal oxygenation. Method:In our study, intermittent and continuous exercise was performed on different days by high trained sportsmen. Continuous exercise, 20 minutes of constantly loaded exercise with power output equivalent to 90% of the respiratory anaerobic threshold load, or intermittent exercise 4 sets of 5 minutes of exercise at the same load and 2 minutes of 50-watt

loaded rest exercise were performed. Stroop, PASAT, BART tests were performed to evaluate cognitive functions before and after each exercise session. Prefrontal oxygenation levels were measured with Functional Near Infrared Spectroscopy (fNIRS) throughout this period. Results:The level of difficulty perceived in continuous exercise was found to be higher than intermittent exercise($p<0,05$). BART risk taking tendency($p<0,05$) and Stroop interference was increased after continuous exercise($p<0,05$). There was no difference in prefrontal cortex oxygenation levels among exercise types. During the Stroop test, pre-exercise behavioral test results at each type of the exercise and prefrontal cortex oxyhemoglobin levels were highly correlated($r=.79$-$.88$). There was a high negative correlation between the number of correct responses in PASAT and prefrontal cortex oxyhemoglobin levels($r=.71$). Conclusion:In anaerobic subthreshold continuous exercise, deterioration of cognitive functions and increase of risk tendency were observed. With these findings intermittent exercise was thought to be a more efficient method in terms of cognitive functions. There was no difference in exercise methods in terms of prefrontal oxygenation but prefrontal oxygenation was found to increase as the deterioration in cognitive functions increased.

SB192

YETİŞKİN BİREYLERDE BAZI VÜCUT KOMPOZİSYON ÖLÇÜMLERİ İLE BAZI KAN PARAMETRELERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

[1]Tuğba Kocahan, [1]Ebru Arslanoğlu

[1]Gençlik Ve Spor Bakanlığı Spor Genel Müdürlüğü Sağlık İşleri Dairesi Başkanlığı, ANKARA

Email : *tugba.kocahan@sgm.gov.tr, ebru_arslanoglu@hotmail.com*

Giriş ve Amaç:

Obezite vücuttaki yağ kütlesinin artması ile tanımlanan, kronik bir hastalıktır. Özellikle visseral yağ oranında artış olması; serum total kolesterol ve trigliserit seviyelerinde artışla, HDL kolesterol düzeyinde ise azalmayla ilişkilendirilmektedir. Çalışmamızın amacı sedanter bireylerin Biyoelektrik Empedans Analizi (BIA) ile ölçülen vücut kompozisyon ölçümlerinin bazı kan parametreleri ile ilişkili olup olmadığını belirlemektir.

Gereç ve Yöntem :

Çalışmaya ortalama yaşları;. 40.76±3,46 yıl, vücut ağırlığı; 78.38±16.07 ve Beden Kütle İndeksleri; 27.36±7.78 kg/m2 olan 101 (erkek:50, kadın:51) sedanter birey katıldı. Bireylerden sabah 12 saat açlık sonrası kan alındı ve açlık kan şekeri(mg/dl), total kolestrol(mg/dl), trigliserit(mg/dl), HDL(mg/dl), LDL(mg/dl), ALT, AST değerleri çalışmamızda kullanıldı. Vücut kompozisyonu ölçümleri biyoelektrik empedans yöntemi (Tanita MC-980, 1000 kH) kullanılarak yapıldı. Verilerin istatistiksel analizi için SPSS 20.0 istatistik paket programı kullanıldı. Parametreler arası ilişkinin belirlenmesi için Spearman Korelasyon katsayısı kullanıldı ve $p<0.05$ değeri istatistiksel olarak anlamlı kabul edildi.

Bulgular:

Çalışmanın sonuçlarına göre; visseral yağ oranı ile vücut kompozisyon ölçümlerinden vücut yağ yüzdesi, yağ kütlesi, gövde yağ yüzdesi ve gövde yağ kütlesi arasında anlamlı bir ilişki olduğu görüldü ($p<0.01$). Visseral yağ oranı ile vücut yağ kütlesi, gövde yağ yüzdesi ve gövde yağ kütlesi arasında yüksek düzeyde korelasyon olduğu belirlendi. Visseral yağ oranı ile açlık kan şekeri, HDL kolesterol, LDL kolesterol, total kolesterol, trigliserit, ALT ve AST düzeyi arasında da anlamlı bir ilişki olduğu bulundu ($p<0.05$). Erkek bireylerde visseral yağ oranı ile LDL ve total kolesterol arasında düşük korelasyon olduğu bulundu. Kadınlarda ise; visseral yağ oranı ile açlık kan şekeri, LDL kolesterol düzeyi, total kolesterol, trigliserit ve ALT düzeyi arasında düşük düzeyde korelasyon olduğu görüldü.

Sonuç:

Çalışmanın sonuçlarına göre; her iki cinsiyetteki yetişkin bireylerde kan lipit parametrelerine bakmanın mümkün olmadığı durumlarda, BIA'nın verdiği visseral yağ oranının lipit parametreleri hakkında yol gösterici olabileceği düşünülmektedir.

Anahtar kelimeler: BIA, visseral yağ, kan lipit parametreleri

EVALUATION OF CORRELATION BETWEEN CERTAIN MEASUREMENTS OF BODY COMPOSITION AND VARIOUS BLOOD PARAMETERS IN ADULTS

Abstract and Purpose:

Obesity is a chronic disease simply defined as excessive body fat. In particular, increased visceral fat is related to increased serum total cholesterol and triglycerids and reduced HDL cholesterol levels. The purpose of this study is to investigate the relationship between various blood parameters and measurements of body composition via Bioelectric Impedance Analysis (BIA) in sedantery individuals

Methods:

101 adults (male:50, female:51) were included in this study, mean age 40.76±3.46 years, body weight 78±16.07 and body mass index: 27.36±7.78. Their blood samples were collected in the morning after 12 hours fast and preprandial blood glucose (mg/dl), total cholestrol (mg/dl), triglycerids (mg/dl), HDL (mg/dl), LDL(mg/dl), ALT, AST values were studied. Body compositions were measured by bioelectrical impedance analysis (Tanita MC-980, 1000 kH). SPSS 20.0 statistical package was used for statistical analysis of the data. Spearman's correlation coefficient was used in order to determine the relationship between parameters and values of $p<0.05$ were considered as significant.

Results:

This study showed significant correlation between visceral body fat and body fat ratio, fat mass, trunk fat ratio and trunk fat mass ($p<0.01$). The correlation between visceral fat ratio and body fat mass, trunk fat ratio and trunk fat mass was found to be highly significant. Visceral fat ratio was significantly correlated with preprandial blood glucose, HDL cholesterol, LDL cholesterol, total cholesterol, triglycerids, ALT and AST levels ($p<0.05$). In males, there was a weak correlation between visceral fat ratio and LDL and total cholesterol. In females, visceral fat ratio was weakly correlated with preprandial blood glucose, LDL cholesterol, total cholesterol, triglycerid and ALT levels.

Conclusions:

According to the results of this study, in case of lack of ability to study blood lipid parameters in adult individiuals of any gender, visceral fat ratio measured by BIA may provide us guidance.

Keywords: BIA, visceral fat, blood lipid parameters

SB195

FUTBOL ANTRENMANLARI İLE BİRLİKTE UYGULANAN D3 VİTAMİNİ TAKVİYESİNİN GLUKOZ, İNSÜLİN, KORTİZOL VE ACTH SEVİYELERİNE ETKİSİ: VİTAMİN UYGULAMASI ÇALIŞMASI

[2]Vedat Çınar, [3]Bedrettin Bulgurlu, [1]Zarife Pancar

[1]Gaziantep Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı, Gaziantep
[2]Fırat Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Öğretimi Anabilim Dalı,Elazığ
[3]fırat Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Öğretimi Anabilim Dalı,Elazığ

Email : *cinarvedat@hotmail.com, , z.pancar01@gmail.com*

Amaç: Araştırmada genç futbolcularda dört hafta süresince antrenmanlara ek olarak uygulanan D3 vitamini takviyesinin Glukoz, İnsülin, Kortizol ve ACTH üzerinde oluşturacağı etkilerin araştırılması amaçlanmıştır. Yöntem: Araştırma grubunu 14 gönüllü erkek futbolcu oluşturmuştur. Dört hafta boyunca haftanın 5 günü futbol antrenmanlarına devam eden kontrol grubu (n:7) ve futbol antrenmanlarına ek olarak D3 vitamini alan uygulama grubu (n:7) olarak rastgele iki gruba ayrılmıştır. Antrenman programı ve takviye uygulamasından önce ve sonra olmak üzere sporcular dinlenik durumda iki defa kan örnekleri alınmıştır. Alınan kan örneklerinde glukoz, insülin, kortizol ve ACTH değerleri tespit edilmiştir. Elde edilen verilerin analizinde SPSS 22 paket program kullanılmıştır. Grup içinde meydana gelen değişimleri belirlemek için Paired Samples t testi uygulanmıştır. Bulgular: Analiz sonucunda kontrol grubunun glukoz, insülin, kortizol ve ACTH ön test son test seviyeleri arasında farklılıklar bulunmazken ($p>0,05$), uygulama grubunun glukoz, insülin, kortizol ve ACTH seviyelerinde anlamlı farklılıkların oluştuğu tespit edilmiştir ($p<0,05$). Sonuç: Sonuç olarak, futbol antrenmanlarına ek olarak uygulanan D3 vitamini takviyesinin genç futbolcuların biyokimyasal parametrelerinde farklılıklar oluşturduğu ve performansı etkileyebileceği söylenebilir. Anahtar Kelimeler: Biyokimya, futbol, takviye

EFFECT OF D3 VITAMIN SUPPLEMENTATION ON GLUCOSE, INSULIN, CORTISOL AND ACTH LEVELS CARRIED OUT WITH FOOTBALL TRAINING: VITAMIN APPLICATION STUDY

Objective: In the study, it was aimed to investigate the effects of D3 vitamin supplementation on Glucose, Insulin, Cortisol and ACTH which were applied to the young footballers for four weeks in addition to the training. Method: The research group formed 14 voluntary male football players. The control group (n: 7), who continued their football training for 5 days a week for four weeks and in addition to soccer training, the application group (n: 7) receiving D3 vitamins was randomly divided into two groups. Blood samples were taken twice from the athletes who were resting before and after the training program and the reinforcement application. Glucose, insulin, cortisol and ACTH values were determined in the blood samples taken. Elde edilen verilerin analizinde SPSS 22 paket program kullanılmıştır. Paired Samples t test was used to determine the changes in the group. Result: As a result of the analysis, there was no difference between the control group glucose, insulin, cortisol and ACTH pre-test post test levels ($p> 0,05$), ($p <0,05$) were found to have significant differences in glucose, insulin, cortisol and ACTH levels. Conclusion: In conclusion, it can be concluded that D3 vitamins supplementation in addition to soccer training may cause differences in biochemical parameters of young footballers and may affect performance. Key words: Biochemistry, football, supplement

SB201

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİSİ MİLLİ SPORCULARIN SİGARA KULLANIM ALIŞKANLIKLARININ İNCELENMESİ (DÜZCE ÜNİVERSİTESİ ÖRNEĞİ)

***[1]Ömer Sivrikaya*, [2]Kerem Hibe**

[1]Düzce Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Düzce.
[2]Düzce Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Düzce.

***Email :** omersivrikaya@duzce.edu.tr, KEREMHIBE52@hotmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu araştırmanın amacı, Düzce Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim görmekte olan milli sporcuların, sigara kullanma alışkanlıklarının incelenmesidir. Araştırmanın evrenini, Düzce Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencisi milli sporcular; örneklemini ise, çalışmaya kendi isteğiyle katılan dokuz milli sporcu oluşturmaktadır. Katılımcıların üçü bayan on ikisi erkek olup, yaşları ise 19 ile 25 arasındadır. Yöntem: Bu araştırmada nitel araştırma desenlerinden biri olan olgu bilim metodu kullanılmıştır. Verilerin toplanmasında yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Elde edilen veriler NVIVO 11 programıyla analiz edilmiştir. Bulgular: Elde edilen veriler göre; katılımcıların çoğu üniversite eğitiminin ilk yıllarında sigaraya başlamaktadır (f=8). Katılımcıların çoğu, sporu bir nedenle bıraktığı dönemde sigaraya başlamıştır (f=6). Katılımcılar, ciddi sağlık problemi yaşaması (f=5) ve çocuğu olması durumunda (f=3) sigarayı bırakabileceklerini ifade etmişlerdir. Sonuç olarak milli sporcuların sigara içmeye başlamasında arkadaş etkisinin çok güçlü olduğu bulunmuştur. Milli sporcular arasında sigara alışkanlığının çok yaygın olduğu, sigaranın performanslarını olumsuz yönde etkilediği ancak sigarayı bırakmak istemedikleri ve bunun için herhangi bir yardım almadıkları sonucuna ulaşılmıştır.

INVESTIGATION OF CIGARETTE HABITS OF NATIONAL ATHLETES WHO STUDENT OF SPORT SCIENCES FACULTY.(DÜZCE UNİVERSİTY SAMPLE)

The aim of this study is to examine the smoking habits of national athletes who are studying at Düzce University Sports Sciences Faculty. The universe of the study is composed that national athletes of the students of Düzce University Faculty Sports Sciences, and the examples constitute 15 national students who voluntarily participated in the study. Three of the participants are female, 12 are male and their ages are between 19-25. The case science method, one of the qualitative research designs, is used in this research. A semi-structured interview form was used In the gathering of the data. The analysis of the data utilized the NVIVO 11 statistical program. According to the obtained data; most of the participants are starting to smoke during the first years of university (f= 8) . Most of the participants started cigarette smoking when they left the sport for a reason (f=6). Participants stated that they could quit the cigarette if they had a serious health problem (f = 5), in the case of having child (f = 3). As a result, it was found that the friendship effect of national athletes was very strong when they started smoking. Among national athletes, cigarette habit is very common, cigarette performance is adversely affected, but they do not want to quit smoking and have not received any help for it.

SB209

ÜNİVERSİTE PERSONELİNİN SEDANTER YAŞAM TARZI VE DİYABET RİSKLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Merve Kurnaz*, [1]Gamze Gömük, [1]Özgür Önal**

[1]Süleyman Demirel Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı,Isparta

***Email :** merve__4590@hotmail.com, gmzgmkk.92@gmail.com, ozgurional@hotmail.com*

Üniversite Personelinin Sedanter Yaşam Tarzı ve Diyabet Risklerinin İncelenmesi

Giriş- Amaç: Fiziksel aktivite kardiyovasküler hastalık ve diyabetes mellitus, kolon ve meme kanseri, obezite gibi kronik hastalıkların riskinin azaltılmasında koruyucu etkiye sahiptir.Bu çalışmada bir üniversitenin çeşitli fakültelerinde çalışan personelin sedanter yaşam tarzı ve diyabet risklerinin belirlenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Kesitsel analitik tipteki çalışma 2018 yılında gerçekleştirildi. Çalışmanın evrenini Isparta SDÜ Tıp Fakültesi Dekanlığı ve Diş Hekimliği Fakültesi Dekanlığı, Sağlık Bilimleri Fakültesi ve Sağlık Bilimleri Enstitüsü personeli oluşturdu (N:125). Evrenin tamamına ulaşılması hedeflendi, evrenin %76,8'ine ulaşıldı (n:96). Katılımcılara veri toplama formu(anket) uygulandı. Anket sosyo-demografik özellikleri sorgulayan sorular, Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi Kısa Formu (UFAA), Finlandiya Tip 2 Diyabet Risk Ölçeğinden (FINDRISK) oluşmaktadır. FINDRISK ölçeği sekiz sorudan oluşmaktadır ve ölçekten en az 0, en fazla 26 puan alınabilmektedir. 10 yıllık tip-2 diyabet riski "<7puan= düşük, 7-11puan=hafif, 12-14puan=orta, 15-20puan=yüksek, >20puan=çok yüksek" risk olarak değerlendirilmektedir. UFAA kısa formu kendi kendine uygulanabilen, son 7 günü değerlendiren bir ölçektir. Oturma, yürüme, orta düzeyde şiddetli aktiviteler ve şiddetli aktivitelerde tüketilen zaman hakkında bilgi vermektedir. Toplam fiziksel aktivite skoruna göre katılımcıların fiziksel aktivite düzeyleri "düşük, orta ve yüksek" biçiminde sınıflandırılmaktadır.

Bulgular: Araştırma grubunun % 54,2'si erkekti. Araştırma grubunun yaş ortalaması 40,7±9,4'dü. Araştırma grubunun on yıl içinde diyabet olma risklerine bakıldığında % 14,6'sı yüksek, % 5,2'si çok yüksek riskliydi. Araştırma grubunun % 35,4'ü düşük düzey fiziksel aktivite puanına sahipti. UFAA puanı ve FINDRISK puanı ile tek değişkenli analizlerde anlamlı ilişkili bulunan değişkenler ile çoklu regresyon analizi yapıldı. UFAA puanını yüksekokul ve üstü eğitim seviyesinde olmak 2435,9 birim; FINDRISK puanı ise 170,3 birim azaltmaktadır. FINDRISK puanını yaş 0,2 birim; evli olmak 3,4 birim artırmaktadır.

Sonuç: Bu araştırmada artan yaş ve evli olmak diyabet riskini artıran; yüksekokul ve üstü eğitim seviyesi ve diyabet riski yüksekliğinin ise fiziksel aktivite düzeyini azaltan yordayıcılar olarak bulunmuştur.

ANALYSIS OF SEDANTER LIFE STYLE AND DIABETES RISKS OF UNIVERSITY STAFF

Analysis of Sedanter Life Style and Diabetes Risks of University Staff

Introduction- Purpose: Physical activity has a protective effect in reducing the risk of cardiovascular disease and chronic diseases such as diabetes mellitus, obesity. İt was aimed to determine the sedentary lifestyle and diabetic risks of staff working in various faculties of a university.

Method: Cross-sectional analytical study was conducted in 2018. The universe of the work consists of the staff of the Isparta SDU Medical Faculty Deanery And Dental Clinic Deanery, the Faculty of Health Sciences and the Institute of Health Sciences. It aimed to reach the entire universe and a data collection form (questionnaire) was applied to the participant. The questionnaire consists of the questions that determine the socio-demographic characteristicS, the International Physical Activity Questionnaire Short Form (IPAQ), Finland Type 2 Diabetes Risk Scale (FINDRISK). FINDRISK scale consists of eight questions. 10-year risk of type-2 diabetes is

assessed as “low, mild, moderate, high, very high". Participants' physical activity levels are classified as "low, medium and high" according to the total physical activity score.

Findings: 54.2% of the research group is male. The average age of the study group was 40.7 ± 9.4. When the risk of diabetes was examined in the study group within 10 years, 14.6% were high and 5.2% were very high risk. 35.4% of the study group had low level physical activity score.. The UFAA score is reduced by 2435.9 units to be at college and higher education level. UFAA score is reduced by 170.3 units with FINDRISK score. FINDRISK score increases by 0.2 units with age, FINDRISK score increases by 3.4 units in married individuals

Result: In this study, high education level and high risk of diabetes were found to be predictors of reducing the level of physical activity.

SB262

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE EGZERSİZ DAVRANIŞI DEĞİŞİMLERİNİN İNCELENMESİ

[1]Gülşah Şahin, [2]Ali Coşkun, [1]Muhsin Kuzu, [1]Sevilay Tozyılmaz Girgin, [1]Sevilay Bayram, [1]Mehmet Can Kasap, [1]Semih Yanıt

[1]Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ÇANAKKALE
[2]Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Bayrami Meslek Yüksekokulu, ÇANAKKALE

Email : *nazgulsah@hotmail.com, alicoskun@comu.edu.tr, muhsin.kuzu@hotmail.com, sevilay.tzylmz@comu.edu.tr, sevilay_korkmaz@hotmail.com, kasapmehmetcan@hotmail.com, smhynt1017@gmail.com*

Amaç: Bu araştırmanın amacı meslek yüksekokullarındaki öğrencilerin egzersiz davranışı değişim basamaklarının incelenmesidir. Yöntem: Araştırmaya Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesinde 8 meslek yüksek okulundan toplam 756 öğrenci dahil edilmiştir. Araştırmada egzersiz davranışları değişim basamaklaması ölçeği kullanılmıştır. Ölçek verilerinin değerlendirilmesi için SPSS 20.0 paket programı kullanılmıştır. Veriler frekans ve yüzde dağılım olarak verilmiştir. Bulgular: Araştırma bulgularına göre; meslek yüksek okullarında egzersize devam basamağında olan öğrencilerin yüzdeleri Ezine %23,3 Bayramiç %36; Biga %20 Yenice %18,8 Çan %24,7, Gökçeada %32,6 Lapseki %24,3 Sosyal Bilimler %34 olarak tespit edilmiştir. Meslek yüksek okullarında eğilim öncesi basamağında dağılım Bayramiç %5,4 Biga %28 Yenice %13,9 Çan %12,9 Gökçeada %13 Lapseki %9,3 Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulunda %13,4 olarak tespit edilmiştir. Sonuç: Meslek Yüksekokulları arasında yapılan karşılaştırmada devam ve eğilim öncesi basamağında anlamlı fark bulunmuş ($p<0,05$); hareket, hazırlık ve eğilim basamaklarında anlamlı fark olmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$). Araştırma sonucunda Çanakkale Onsekiz Mart üniversitesinde egzersize devam basamağındaki en fazla öğrenciye sahip birim Bayramiç MYO olmuştur. Eğilim öncesi basamaktaki en fazla öğrenciye sahip birim ise Biga meslek yüksekokulunda olmuştur. Anahtar kelimeler: egzersiz davranışı değişim basamakları, üniversite, egzersiz

INVESTIGATION OF EXERCISE BEHAVIOR CHANGES IN THE UNIVERSITY STUDENTS

Aim The aim of this research is to examine the stage of exercise behavior changes in students who were in vacational school. Methods A total of 756 students from 8 vocational schools Çanakkale Onsekiz Mart University were included in this research. Stage of Exercise Behavior Change Questionnaire was used in the study. SPSS 20.0 package program was used for evaluation of scale data. The data are given in frequency and percentage distribution. Results The percentage of students at continued to exercise stage were detected Ezine Vacational school is 23,3%, Bayramiç Vocational School is 36%, Biga is 20%, Yenice is 18,8%, Çan is 24.7%, Gökçeada is 32,6% , Lapseki is 24,3% , Social Sciences is 34%. The percentage of students at precontemplation stage in Vacational school that Bayramiç Vocational School 5,4%, Biga Vocational School 28%, Yenice Vocational School 13,9%, Çan Vocational School 12,9%, Gökçeada Vocational School 13%, Lapseki Vocational School 9,3%, Social Sciences Vocational School 13,4%. There was a significant difference between the Vocational School in the maintenance stage ($p<0,05$); there was no significant difference between the action, preparation, precontemplation, contemplation stages($p>0,05$). As a result this study, the most students were in Bayramic Vocational School at the maintenance stage. The units with the most students at the precontemplation stage were in Biga Vocational School. Keywords: exercise behavior change steps, university students, exercise

SB307

MULLİGAN TRAKSİYON DÜZ BACAK KALDIRMA TEKNİĞİNİN FONKSİYONEL HAREKET TARAMASI VE PERFORMANSA AKUT ETKİSİ

[1]Fatma Ünver, [2]Emine Akbulut, [1]Meryem Büke, [1]Fatih Kayhan Telef, [1]Veysel Uludağ

[1]Pamukkale Üniversitesi, Fizik Tedavi Ve Rehabilitasyon YO, Denizli
[2]Denizli Devlet Hastanesi, Denizli

Email : *funver@pau.edu.tr, akbulutemine7@gmail.com, meryem_buke@hotmail.com, kayhantelef48@gmail.com, vuludag1365@outlook.com*

Özet

Giriş ve Amaç: Amacımız, sağlıklı bireylerde hamstring kısıtlılıklarını önleme amacıyla kullanılan Mulligan traksiyon tekniğinin Fonksiyonel hareket taraması (FMS) ve sıçrama skorlarındaki akut etkisini belirlemektir.

Yöntem: Çalışmaya yaş ortalaması 22.1±1.86 yıl olan 20 sağlıklı üniversite öğrencisi gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcıların demografik verileri alındıktan sonra modifiye fonksiyonel hareket taramasında (m-FMS: deep squat, hurdle step, active straight leg raise (ASLR), in line lunge) ile aldıkları puanlar kaydedilmiştir. Tek ayak (sağ-sol) ve çift ayak sıçrama yerden uzaklaşma mesafesi akıllı telefon uygulaması olan 'My jump' ile hesaplanmıştır. Uygulama kişinin demografik verilerinin kaydedilmesi sonucu güç ve kuvvet değerlerini hesaplamaktadır. Yapılan ölçümler aynı fizyoterapistler tarafından gerçekleştirilmiştir. İlk ölçümler alındıktan sonra Mulligan Concept eğitimini alan fizyoterapist her iki alt ekstremite için mulligan traksiyon tekniğini uygulamıştır ve ölçümler tekrarlanmıştır.

Bulgular: Traksiyon sonrası elde edilen sonuçlara göre ASLR-sağ (p=0.008), ASLR-sol (p=0.055) ve My Jump-sol ayak için (Mesafe p = 0.031, Kuvvet p=0.002, Güç p=0.009) anlamlı fark elde edilmiştir.

Sonuç: Sonuç olarak Mulligan traksiyon tekniğinin fonksiyonel hareketlerden sadece düz bacak kaldırmada ve anaerobik performansta akut olarak artış sağlamıştır. Bu nedenle yaralanma riskini önlemek ve performans artışı için Mulligan traksiyon tekniğinin egzersizlere dahil edilmesi yararlı olacaktır.

Anahtar kelimeler: FMS, Mulligan, traksiyon, düz bacak kaldırma, sıçrama

THE ACUTE EFFECT OF THE MULLIGAN TRACTION STRAIGHT LEG RAISE TECHNIQUE ON FUNCTIONAL MOVEMENT SCREEN AND PERFORMANCE TESTS

Summary

Introduction and Purpose: Our aim is to determine the acute effect of the Mulligan traction technique on functional movement screening (FMS) and hop scores used to prevent hamstring limitations in healthy individuals.

Methods: 20 healthy university students with a mean age of 22.1±1.86 years participated voluntarily for the study. After the demographic data of the participants were taken, the scores they received with the modified movement screen (m-FMS: deep squat, hurdle step, active straight leg raise (ASLR), in line lunge) were recorded. Single foot (right-left) and double foot hop distance have calculated by smart phone application 'My jump'. The application computes the resulting power and force values after recording the demographic data of the person. Measurements have made by the same physiotherapists. After the first measurements were taken,

the physiotherapist trained by Mulligan Concept applied the Mulligan traction technique for both lower extremities and the measurements were repeated.

Results: According to results obtained after traction, there was a significant differences were found in ASLR-right ($p = 0.008$), ASLR-left ($p = 0.055$) and my jump-left foot (Distance $p = 0.031$, Force $p=0.002$, Power $p=0.009$) scores.

Conclusion:As a result, the Mulligan traction technique were acutely increased only ASLR and anaerobic performance within the functional movements. For this reason, it would be beneficial to avoid the risk of injury and to incorporate the Mulligan traction technique into the exercises to improve performance.

Key words: FMS, Mulligan, traction, straight leg raise, hop

SB308

QUADRİCEPSE UYGULANAN FOAM ROLLER VE STATİK GERMENİN ESNEKLİK, KUVVET VE VERTİKAL SIÇRAMAYA AKUT ETKİSİ

***[1]Meryem Büke*, [1]Gökhan Bayrak, [1]Fatma Ünver**

[1]Pamukkale Üniversitesi, Fizik Tedavi Ve Rehabilitasyon YO, Denizli

***Email :** meryem_buke@hotmail.com, gokhan2803@gmail.com, funver@pau.edu.tr*

Özet

Giriş ve Amaç: Foam Roller (FR) ve statik germe (SG) esneklik artışı sağlayan uygulamalar arasındadır. Fakat son çalışmalar tekrarlı uygulanan statik gerilmenin kas kuvvetini azaltarak yaralanma riskini arttırabildiğini göstermiştir. Bu çalışmanın amacı sağlıklı gençlerde uygulanan FR ve SG'nin esneklik, kuvvet ve vertikal sıçramaya olan akut etkisini araştırmaktır.

Yöntem: Çalışmaya 18-30 yaş aralığında, 21 sağlıklı üniversite öğrencisi gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılar FR(n=10) ve SG(n=11) olmak üzere 2 gruba ayrılmıştır. Demografik bilgiler alındıktan sonra katılımcılara 5dk'lık ısınma verilmiştir. Tüm ölçümler dominant alt ekstremitede yapılmıştır. Quadriceps kasının esnekliği Modifiye Thomas testi ile değerlendirilmiştir. İzometrik kuvvet ölçümü için Commander Powertrack II Handheld dinamometre kullanılmıştır ve quadriceps kas kuvveti ölçülmüştür. Vertikal sıçrama ile yerden uzaklaşma mesafesi akıllı telefon uygulaması olan 'My jump' ile hesaplanmıştır. İlk ölçümlerden sonra dominant taraftaki quadriceps kasında 3x60 saniye FR veya SG uygulanmış ve uygulamalar arasında 30 saniye dinlenme verilmiştir. Verilerin ön test-son test sonuçları karşılaştırılmıştır. İstatistiksel anlamlılık düzeyi $p<0,05$ olarak kabul edilmiştir.

Bulgular: Katılımcıların yaş ortalaması 21,52±2,36 idi. FR grubunda Modifiye Thomas test sonuçlarında anlamlı fark bulunurken ($p=0,04$) SG grubunda sıçramada anlamlı fark bulunmuştur ($p=0,04$). Grupların handheld kuvvet sonuçları arasında anlamlı fark yoktur ($p>0,05$).

Sonuç: Sonuç olarak, FR uygulaması qudriceps kasının esnekliğinde artış sağlamıştır. SG vertikal sıçrama mesafesini arttırmıştır. FR ve SG uygulamaları izometrik quadriceps kas kuvvetinde artış sağlamamaktadır. Isınma sonrası FR ve SG uygulamalarından esneklik ve anaerobik performansı arttırmak için yararlanılabilir.

Anahtar Sözcükler: statik germe, foam roller, sıçrama, kuvvet

THE ACUTE EFFECTS OF FOAM ROLLING AND STATIC STRETCHING ON QUADRICEPS MUSCLE FLEXIBILITY, STRENGTH AND VERTICAL JUMPING

Summary

Introduction and Purpose: Foam Roller (FR) and static stretching (SG) are among the applications that provide increased flexibility. However, recent studies have shown that repeatedly applied static stretching can reduce muscle strength and increase the risk of injury. The aim of this study is to investigate the acute effect of FR and SG on flexibility, strength, and vertical jump in healthy young people.

Method: Twenty-one healthy university students, between 18-30 years of age, voluntarily participated in the study. Participants were divided into 2 groups, FR (n = 10) and SG (n = 11). After receiving the demographic information, participants were warmed up for 5

minutes. All measurements were made on the dominant lower extremity. The flexibility of the quadriceps muscle was assessed by the Modified Thomas test. For the isometric force measurement, a Commander Powertrack II Handheld dynamometer was used and quadriceps muscle strength was measured. Vertical jump distance is calculated by the 'My jump' smart phone application. After the first measurements, in the dominant side quadriceps muscle was performed 3x60 seconds foam roller or static stretching and a rest given for 30 seconds between applications. The pre-test and post-test results of the data were compared. Statistical significance level was accepted as $p<0.05$.

Results: The mean age of the participants was 21.52±2.36. A significant difference was found in the FR group for Modified Thomas test results ($p = 0.04$) and in the SG group for jumping ($p = 0.04$). There was no significant difference between the handheld force results of the groups ($p>0.05$).

Conclusion: As a result, FR application increased the flexibility of the quadriceps muscle. SG has increased vertical jump distance. FR and SG applications do not increase isometric quadriceps muscle strength. After warming, FR and SG applications can be utilized to increase flexibility and anaerobic performance.

Key Words: static stretching, foam roller, jumping, strength

SB340

7. VE 8. SINIF ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN YAPILANDIRILMIŞ VE YAPILANDIRILMAMIŞ BEDEN EĞİTİMİ DERSİNDEKİ ORTALAMA ADIM SAYILARININ BELİRLENMESİ

***[1]Necip Demirci*, [1]Refika Yılmaz, [1]Ayda Karaca**

[1]Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

***Email :** necip.dmrc@gmail.com, refikayilmazz@gmail.com, aydakaraca@gmail.com*

Giriş ve amaç: Beden eğitimi derslerinde (BED) atılan adım sayıları, çocukların günlük adım sayılarını önemli ölçüde etkilemektedir. Bu bağlamda, adölesanların önerilen adım sayısına ulaşılmasında beden eğitimi derslerinin olumlu katkıya sahip olduğu bilinmektedir. Dolayısıyla bu çalışmanın amacı; ortaokul öğrencilerinin yapılandırılmış ve yapılandırılmamış beden eğitimi derslerindeki adım sayılarının; cinsiyete, yaşa ve okul türlerine göre incelenmesidir. Yöntem: Bu araştırmaya, Ankara İlinde öğrenim gören 7. sınıftan 40 öğrenci ve 8. sınıftan ise 34 öğrenci olmak üzere toplamda 74 öğrenci dâhil edilmiştir (n=46 erkek; n=28 kız). Bu öğrencilerin 40'ı vakıf okullarında, 34'ü ise devlet okullarında öğrenim görmektedir. Katılımcıların ortalama adım sayıları Omron HJ-112 marka pedometre cihazlarıyla elde edilmiştir. Öğrencilerin beden eğitimi derslerinden (yapılandırılmış BED ve yapılandırılmamış BED) elde edilen adım sayılarının, cinsiyet ve sınıf düzeylerine göre incelenmesinde Mann-Whitney U testi kullanılırken, okul türüne göre farkın incelenmesinde ise bağımsız gruplarda t- testi kullanılmıştır. Bulgular: Öğrencilerin yapılandırılmış ve yapılandırılmamış BED'lerine ait adım sayılarına bakıldığında, hem cinsiyetler arasında hem de okul türleri arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde fark elde edilmiştir ($p<0,05$). Öğrencilerin yapılandırılmış BED'lerine ait adım sayıları incelendiğinde, sınıf düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunurken ($p<0,05$), yapılandırılmamış BED'ler de ise anlamlı düzeyde fark bulunamamıştır ($p>0,05$). Sonuç: Hem yapılandırılmış hem de yapılandırılmamış BED'lerde, erkek çocuklar kız çocuklarından daha fazla adım sayısına ulaşmıştır. Yapılandırılmış BED' lerde 7. sınıf öğrencileri 8. sınıf öğrencilerinden daha fazla adım sayısına ulaşmıştır. Bunun yanı sıra yapılandırılmış BED' lerde, vakıf okullarında öğrenim gören öğrenciler, devlet okullarında öğrenim gören öğrencilerden daha fazla adım sayısına ulaşırken, yapılandırılmamış BED'ler de ise devlet okullarında öğrenim gören öğrencilerin vakıf okullarında öğrenim gören öğrencilerden daha fazla adım sayılarına ulaştıkları görülmektedir.

Anahtar kelimeler: Ortaokul öğrencileri, adım sayısı, yapılandırılmış beden eğitimi dersi, yapılandırılmamış beden eğitimi dersi

DETERMINATION OF THE AVERAGE STEP COUNTS DURING STRUCTURED AND UNSTRUCTURED PHYSICAL EDUCATION LESSONS OF 7TH AND 8TH GRADE STUDENTS OF SECONDARY SCHOOL

Introduction and aim: Physical education (PE) lessons are effective in increasing the number of daily steps of children. It is known that PE lessons have a significant contribution for reaching the recommended step counts. Therefore, the aim of this study was to examine in step counts of secondary students during structured physical education lessons (SPEL) and unstructured physical education lessons (UPEL) and evaluate according to gender, age and school type (state schools and private schools). Methods: 74 participants studying in Ankara city took part in this study voluntarily (46 boys, 28 girls). A total of 74 students were included (n=40, private school, n=34, state school). The average step counts of participants were determined by Omron HJ-112 pedometers. Mann-Whitney U test analysis was used to investigate whether the SPEL and the UPEL step counts of students differ according to gender and grade levels. Independent samples t- test analysis was used to examine the difference between school type. Findings: When the SPEL and the UPEL step counts of participants were observed, there was a statistically significant difference between both gender and school type ($p<0,05$). It was found that while there was a statistically significant difference between grade levels in the SPEL step counts of students, there was no a statistically significant difference in the UPEL step counts of students. Conclusion: Findings

indicated that the step counts of boys were more than girls in both the SPEL and the UPEL. 7th grade students had more step counts than and 8th grade students. In addition, it was seen that while students in private schools had more step counts than state school students during the SPEL, students in state schools had more step counts than private school students during the UPEL.

Key words: Secondary school students, step counts, structured and unstructured physical education lessons

SB369

12 HAFTALIK BATONLU YÜRÜYÜŞ EGZERSİZİNİN 10-12 YAŞ GRUBUNDAKİ ÇOCUKLARDA FİZİKSEL, FİZYOLOJİK, MOTORİK VE BAZI SAĞLIK PARAMETRELERİ ÜZERİNE ETKİSİ

***[1]Neslihan Özcan*, [2]Ebru Çetin**

[1]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA
[2]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

***Email :** neslihanozcan22@gmail.com, cetinebruu@gmail.com*

Giriş ve amaç: Bu çalışmanın amacı, 12 haftalık batonlu yürüyüş egzersizinin 10-12 yaş grubundaki çocuklarda fiziksel, fizyolojik, motorik ve bazı sağlık parametreleri üzerine etkisinin araştırılmasıdır. Yöntem: Çalışmaya, yaş ortalamaları 11.4±0.06 olan Batonlu Yürüyüş Grubu (BYG, n=60), Yürüyüş Grubu (YG, n=51) ve Kontrol Grubu (KG, n=66) olmak üzere 80 kız 97 erkek toplam 177 çocuk gönüllü olarak katılmıştır. Çalışma protokolü, 12 hafta boyunca haftada 3 gün, 30 dakikalık batonlu yürüyüş ve yürüyüş egzersiz programını kapsamaktadır. Çocukların boy uzunluğu, vücut ağırlığı, beden kitle indeksi (BKI), vücut yağ oranı ve yağsız vücut kitlesi ölçüldü. Motorik özelliklerinin tespitinde, 30 saniye mekik-şınav-ters mekik, esneklik, durarak uzun atlama, sağ-sol kavrama kuvveti, barfiks asılı kalma asılı kalma, statik denge, t-çeviklik, 20m mekik koşusu ve 30m sürat testleri ön test ve son test şeklinde uygulandı. Veriler istatiksel olarak SPSS 23 programında değerlendirilerek, Grup içi ön test ve son testler arasında farklılık olup olmadığını tespit etmek için Paried Samples T test uygulandı. Gruplar arasındaki ilişkinin tespitinde Tek yönlü ANOVA-TUKEY testi uygulandı ve anlamlılık düzeyi 0.05 olarak seçildi. Bulgular: Yapılan istatiksel değerlendirmede, vücut ağırlığı, BKI, vücut yağ yüzdesi, maxVO2 parametrelerinde; BY-Y, BY-K, Y-K grupları arasında, 30 saniye mekik, şınav, ters mekik, barfiks asılı kalma asılı kalma, sağ-sol el kavrama, t-çeviklik, statik denge parametrelerinde; BY-Y, BY-K grupları arasında, yağ yüzdesi, vücut yağ kütlesi, yağsız vücut kütlesi, 30m sürat ve durarak uzun atlama parametrelerinde; BY-K, Y-K grupları arasında ve boy, esneklik parametrelerinde; Y-K grupları arasında istatiksel açıdan anlamlı bir fark tespit edilmiştir ($p<0.05$). Sonuç: 10-12 yaş grubu çocuklarda 12 hafta boyunca batonlu yürüyüş egzersizi yapan grubun fiziksel, fizyolojik, motorik ve bazı sağlık parametrelerine göre, yürüyüş ve kontrol grubundan çoğunlukla daha iyi performans ortaya koyduğu görülmektedir.

EFFECTS OF 12-WEEK NORDIC WALKING EXERCISE ON PHYSICAL, PHYSIOLOGICAL, MOTORIC AND SOME HEALTH PARAMETERS OF CHILDREN IN 10-12 AGES

The purpose of this study is to investigate the effect of 12-week Nordic Walking exercise on physical, physiological, motoric and some health parameters in children aged 10-12 years. A total of 177 children, 80 girls and 97 boys, including the Nordic Walking Group (NWG, n=60), the Walking Group (WG, n=51) and the Control Group (C, n=66) with a mean age of 11.4 ± 0.06 participated in the study voluntarily. The study protocol includes 30 minutes of Nordic Walking and Walking exercise program for 3 days a week for 12 weeks. For measuring children's height, body weight, body mass index (BMI), body fat percentage and lean body mass was measured. In the determination of the motoric properties, 30 sec curl up, push up, reverse curl up, flexibility, standing long jump, right-left grip force, flexed arm hang, static balance, t-agility, 20m shuttle run and 30m speed test were applied. The data were evaluated statistically in SPSS 23 program. Paried Samples T test was used to determine whether there was any difference between intra-group pre-test and post-test. One-way ANOVA- TUKEY test was used to determine the relationship between the groups and a significance level of 0.05 was chosen. In statistical evaluation, body weight, BMI, body fat percentage, maxVO2 parameters; Among the groups NW-W, NW-C, W-C, 30 seconds curl up, push- up, reverse curl up, flexed arm hang, right-left hand grip, t-agility, static balance parameters; Among the groups NW-W, NW-C, fat percentage, body fat mass, lean body mass, 30m sprint, and standing long jump parameters; NW-C, W-C groups and height, flexibility parameters; A statistically significant difference was found between the W-C groups ($p <0.05$). The group of 10-12 year old children who Nordic Walked for 12 weeks showed mostly better performance than the walking and control group according to physical, physiological, motoric and some health parameters.

SB382

8 - 13 YAŞ ARASI YÜZÜCÜLERDE SAPTANAN SAĞLIK SORUNLARI

[1]Dokuz Eylül Üniversitesi Tıp Fakültesi Spor Hekimliği Anabilim Dalı, İzmir

Email :

Giriş ve Amaç

Tüm enerji sistemlerinin kullanılabildiği (anaerobik ve aerobik) yüzme sporunda sporcular günlük ortalama 2-4 saat arasında antrenman yapmaktadırlar. Bu kadar yoğun bir antrenman düzeyi çok yüksek miktarlarda makro ve mikro besin ihtiyacı doğurmaktadır. Bu nedenle yüzücülerde anemi ve vitamin eksikleri görülebilmektedir.Özellikle gelişme çağındaki sporcuların sağlığının spora katılım öncesi ayrıntılı değerlendirilmesi gerekir. Bu çalışmada düzenli olarak antrenman yapan büyüme çağındaki yüzme sporcularında D vitamini eksikliği, demir eksikliği (DE) ve demir eksikliği anemisi (DEA) sıklığının ve genel bir sağlık taramasında saptanabilecek sağlık sorunlarının sıklığının araştırılması amaçlanmıştır.

Yöntem

DEÜTF Spor Hekimliği Polikliniğine 01.06.2017 – 31.10.2017 tarihleri arasında başvuran 8 – 13 yaş arası Dokuz Eylül Yüzme Kulübü yüzücülerinin dosya kayıtları retrospektif olarak incelenerek sporcuların anamnez ve fizik muayene bulguları, biyokimya, tam idrar tetkiki ve hemogram sonuçları, ferritin ve D vitamini düzeyleri ve EKG bulguları not edildi. Patolojik bulguların sıklığı araştırıldı.

Bulgular

Toplam 52 çocuk (26 kız, 26 erkek) çalışmaya dahil edildi. Ortalama yaş 10,21 ± 1,43 idi. Ortalama D vitamini düzeyi 33,67 ± 8,85 idi. D vitamini eksikliği olan çocuk sayısı 13 idi. Kızlarda demir eksikliği (DE) sıklığı % 15,4 ve demir eksikliği anemisi (DEA) sıklığı % 3,8 idi. Erkeklerde DE sıklığı % 73,1 ve DEA sıklığı % 50 idi. İki çocukta idrar yolu enfeksiyonu, 1 çocukta ileri inceleme gerektiren EKG patolojisi, 1 çocukta torakolomber skolyoz ve 1 çocukta karaciğer enzim yüksekliği vardı.

Sonuç

DE ve DEA 8 – 13 yaş arası düzenli antrenman yapan yüzücülerde sık görülmektedir. Aynı zamanda ayrıntılı bir fizik muayene ve laboratuar analizleri ile sporcunun ve ailesinin farkında olmadığı sağlık sorunları saptanabilmektedir. Bu çocukların düzenli olarak sağlık kontrolünden geçmesi gerekir.

HEALTH PROBLEMS THAT ARE DETERMINED IN SWIMMERS THAT ARE AGED 8 - 13 YEARS

Introduction

In swimming all energy pathways (aerobic and anaerobic) can be used. Swimmers train 2-4hours daily. This high volume training increases micro and macro nutritient necessity. As a result anemia and vitamin deficiencies can be seen in swimmers. Health of athletes should be evaluated extensively before sports participation especially in athletes who are still growing. Aim of this study is to evaluate frequency of vitamin D deficiency, iron deficiency (ID) and iron deficiency anemia (IDA) and health problems that can be determined by a general health evaluation in swimmers betweeen eight to thirteen years of age.

Methods

Archieve files of Dokuz Eylul Swimming Club swimmers that are evaluated in Dokuz Eylul University Medicine Faculty Sports Medicine Deparment between the dates of 06.01.2017 and 10.31.2017 are evaluated retrospectively. Swimmers between the age of eight and thirteen are included in the study. Biochemistry, urine analysis and hemogram results, anamnesis, EKG and physical examination findings, ferritin and vitamin D levels of subjects are noted. Frequency of pathologic findings are investigated.

Results

Total of 52 subjects (26 female, 26 male) are included in the study.Mean age was 10,21 ± 1,43. Mean vitamin D level was 33,67 ± 8,85. 13 subjects had vitamin D deficiency. Frequency of ID in girls was 15,4 % and IDA was 3,8 %. Frequency of ID in boys was 73,1 % and IDA was 50 %.

2 Subjects had urinary tract infection, 1 subject had EKG pathology which needed further evaluation, 1 subject had thoracolomber scoliosis and 1 subject had increased hepatic enzymes (AST,ALT).

Conclusion

ID and IDA is common in swimmers aged 8 - 13 years who are training regularly. Additionally other health problems can be determined by detailed examination and laboratory analysis which athlete and the family is not aware of. These athletes should be evaluated regularly.

SB433

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGILARI İLE SPORA YÖNELİK TUTUMLARININ FİZİKSEL AKTİVİTE DÜZEYLERİNE GÖRE İNCELENMESİ

***[1]Gizem Kaplan*, [2]Gizem Kaplan, [1]Ebru Kurtulget, [1]Yunus Yıldırım**

[1]Mersin Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, MERSİN
[2]Mersin Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, MERSİN

***Email :** gzmkpln5@hotmail.com, , ,*

Bu araştırmanın amacı; Üniversite öğrencilerinin sosyal görünüş kaygıları ile spora yönelik tutumlarının fiziksel aktivite düzeylerine göre incelenmesidir. Bu çalışma ilişkisel bir araştırma olup, tabakalı örnekleme yöntemi ile yapılmıştır. Örneklem büyüklüğü %95 güven aralığı ve %5 kabul edilebilir hata payına göre 381 olması gerekmektedir (Gay, 1996). Çalışmanın örneklem grubunu Mersin Üniversitesi Çiftlikköy Kampüsünde öğrenim gören 143'ü kadın, 278'i erkek olmak üzere toplam 421 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırma verileri; kişisel bilgiler, fiziksel aktivite katılım, sosyal görünüş kaygısı ve spora yönelik tutum maddelerinden oluşan anket formu ile elde edilmiştir. Öncelikle tanımlayıcı istatistikler yapılmıştır. Çalışmada değişkenler arası farklılıkların tespit edilmesi amacıyla kikare ve anova analizleri ile değişkenler arası ilişkileri belirlemek amacıyla pearson korelasyon ve regresyon analizi yapılmıştır. Araştırma sonucunda öğrencilerin düzenli fiziksel aktivite durumları ile cinsiyetleri arasında farklılık olduğu belirlenmiştir ($p<0,01$). Öğrencilerin fiziksel aktivite ile sosyal görünüş kaygısı ve spora yönelik tutumları arasında pozitif yönlü yüksek düzeyde bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ($p<0,01$). Üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeylerine göre sosyal görünüş kaygısı ve spora yönelik tutumlarında istatiksel olarak anlamlı farklılık olduğu saptanmıştır ($p<0,01$). Fiziksel aktivite ile sosyal görünüş kaygısı ve spora yönelik tutum arasında istatistiksel açıdan anlamlı pozitif doğrusal bir ilişki tespit edilmiştir ($p<0,05$). Sonuç olarak; fiziksel aktiviteye katılımı etkileyen tüm faktörleri dikkate alarak, sosyal görünüş kaygısı ve spora yönelik tutum değişkenlerinin fiziksel aktiviteye katılımı 0,52 oranında açıkladığı belirlenmiştir. Ayrıca bu değişkenlerden spora yönelik tutumun daha büyük oranda açıklıyor olması, öğrencilerinin spora çok önem verdiği sonucunu ortaya çıkarmaktadır. Üniversite öğrencilerin sosyal görünüş kaygılarının yüksek olması fiziksel aktivite düzeylerini arttırdığı ve öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri arttıkça, spora yönelik tutumlarının arttığı saptanmıştır.

SURVEY OF STUDENTS' SOCİAL APPEARANCE ANXIETY AND ATTITUDES TOWARDS SPORTS ACCORDİNG TO THEIR PHYSICAL ACTIVITY LEVELS

The aim of this research is to examine social appearance anxiety and attitudes towards the sports of undergrads by their physical activity levels. This is a relational study and it was done with Stratified Sampling Method. Sampling size must be 381 in accordance with %95 confidence interval and %5 admissible margin of error. (Gay, 1996). The sample group of the study consists of a total of 421 students, 143 of whom are women and 278 are men. Research data was obtained by a questionnaire composed of personal information, participation in physical activity, anxiety of social appearance and attitudes towards sports. Firstly, descriptive statistics were made. Pearson correlation and regression analyzes were performed in order to determine interrelationships between variables, with also kikova and anova analyzes to identify the differences between variables in the study. Consequently, it was determined that there is a difference between regular physical activity and sex of the students ($p<0,01$). It has been found that there is a high positive correlation between physical activity, social appearance anxiety and attitudes towards sports. ($p<0,01$). Statistically significant positive linear relationship between physical activity, social appearance anxiety and attitude toward sports was identified. Consequently, regarding all the factors that affect physical activity participation, it was determined that the variables of social appearance anxiety and attitude towards sports explains the participation in physical activity by 0,52%. Moreover, the fact that these variables explain the attitude toward the sports in a bigger way reveals the result that the students are very interested in the sports. It has been determined that university students' physical activity levels increase as their social anxiety level gets higher and their attitudes towards the sports increase as the physical activity levels of the students increase.

SB445

FARKLI MESLEK YÜKSEKOKULUNDAKİ ÖĞRENCİLERİN FİZİKSEL AKTİVİTE DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

[1]Ali Çoşkun, [1]Gülşah Şahin, [1]Gökhan Alkan, [1]İhsan Engin İrim, [1]Osman Kurttekin, [1]Ebru Yalçın, [1]Serkan Soycan Yaylacı, [1]Ayşegül Uysal, [1]Nehir Çakır, [1]Orhan Güngör

[1]Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Çanakkale

Email : *alicoskun@comu.edu.tr, nazgulsah@hotmail.com, alkanim86@hotmail.com, ihsanenginirim@gmail.com, alkanim86@hotmail.com, yalcinebru17@gmail.com, yaylaciserkansoycan@gmail.com, aysegul.uysal@hotmail.com, nehircakir@hotmail.com, ogungor@comu.edu.tr*

Bu araştırmanın amacı Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Meslek Yüksekokullarında okuyan öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin karşılaştırılmasıdır. Araştırmaya 8 yüksekokuldan Ezine MYO (n= 99), Bayramiç MYO (n=92), Biga MYO (n= 100), Yenice MYO (n=100), Çan MYO (n=93), Gökçeada MYO (n=92), Lapseki MYO (n=100) ve Sosyal Bilimler MYO (n=97) toplam 773 öğrenci dahil edilmiştir. MYO'larda rastgele 100 öğrenciye Uluslararası Fiziksel Aktivite Değerlendirme Kısa Form (IPAQ Short Form) anketi dağıtılmış, geri dönüş yapan öğrencilerin anket formları değerlendirilmiştir. Araştırmada Uluslararası Fiziksel aktivite anketi kısa formu kullanılmıştır. Anket verilerinin değerlendirilmesinde normalite analizi için Kolmagorov-Smirnov testi, fiziksel aktivite düzeylerinin karşılaştırılması için Kuruskal Wallis testi SPSS 20.0 paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Sonuçlar fiziksel aktivite düzeyine göre yüzde dağılım olarak verilmiştir. Ankete yanıt veren öğrencilerin yaşları arasında anlamlı farklılık bulunmmıştır($p>0,05$). MYO öğrencilerinin hafif fiziksel aktivite düzeyi arasında anlamlı fark bulunamamıştır ($p>0,05$). Ancak orta düzeyde fiziksel aktivite ve şiddetli fiziksel aktivite düzeyleri arasında ve toplam fiziksel aktivite düzeyleri arasında anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0.05$). Farklı ilçelerde olan birimlerdeki öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri arasında farklılık vardır($p<0,05$). Anahtar kelimeler: Fiziksel Aktivite, Üniversite, Öğrenci, Meslek Yüksekokulu

INVESTIGATION OF PHYSICAL ACTIVITY LEVES OF STUDENTS IN DIFFERENT VOCATIONAL SCHOOLS

The aim of this research was to compare the physical activity levels of the students at Çanakkale Onsekiz Mart University Vocational Schools. A total of 773 students from 8 high schools participated in the research. Ezine MYO (n = 99), Bayramiç MYO (n = 92), Biga MYO (n = 100), Yenice MYO (n = 100), Çan MYO (n = 93), Gökçeada MYO (n = 92) (n = 100) and Social Sciences Vocational School (n = 97). At the vocational colleges, 100 randomly selected students were distributed the questionnaire. The questionnaire forms which returning from students were evaluated. The International Physical Activity Questionnaire (IPAQ Short Form) was used in the study. The Kolmagorov- Smirnov test was used for normality analysis and the Kuruskal Wallis test SPSS 20.0 program for the comparison of physical activity level data. There was no significant difference between age of vocational high school students ($p>0.05$). No significant difference was found in mild physical activity level between the vocational school students ($p> 0,05$). However, there was a significant difference between moderate physical activity and severe physical activity levels and total physical activity levels ($p <0.05$). There was a significant difference in physical activity level of the students between vocational school ($p <0,05$). Keywords:physical activity,university,students, vocational school

SB459

FUTBOLU BIRAK KİŞİLERDE SERBEST ZAMAN EGZERSİZ DÜZEYLERİNİN KAN YAĞLARI VE VÜCUT YAĞ YÜZDESİ ÜZERİNE ETKİLERİ

***[1]Erdi Sezgin*, [2]Ayşen Türk, [1]Ali Işın, [1]Tuba Melekoğlu**

[1]Akdeniz Üniversitesi, ANTALYA
[2]Sağlık Bilimleri Üniversitesi Antalya Eğitim Ve Araştırma Hastanesi, ANTALYA

***Email :** sezginerdi@hotmail.com, aysenturk@gmail.com, aliisin@akdeniz.edu.tr, tmelekoglu@akdeniz.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Bu araştırmanın amacı; aktif futbolu bırak kişilerde serbest zaman egzersiz düzeylerinin kan yağları ve vücut yağ yüzdesi üzerine etkilerinin incelenmesidir. Yöntem: Araştırmaya 35-50 yaş aralığında olan, futbol oynamış ve aktif spor hayatını en az 5 yıl önce sonlandırmış olan gönüllüler katılmıştır. Katılımcılar uygulanan Fiziksel Aktivite Anketi Ölçeğinden aldıkları puana göre; fiziksel olarak aktif (n=30; 43.40 ± 4.11 yıl) ve sedanter (n=30; 43.00 ± 4.42 yıl) olarak 2 gruba ayrılmıştır. Araştırmaya katılan gönüllülerin boy uzunluğu, vücut ağırlığı, vücut yağ yüzdesi, vücut kütle indeksi ve kan yağları değerleri ölçülmüştür. Bulgular: Araştırma sonucunda vücut ağırlığı, vücut yağ yüzdesi ve vücut kütle indeksi değerlerinin fiziksel aktivite grubu lehine anlamlı olarak daha düşük olduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$). Fiziksel aktivite grubunun sedanter gruba göre LDL (118.11 ± 28.23'e karşın 130.91 ± 30.41 mg/dl), total kolestrol (205.63 ± 38.15'e karşın 223.03 ± 35.71 mg/dl) ve trigliserit (153.18 ± 91.81'e karşın 191.54 ± 126.14 mg/dl) değerleri daha düşük iken, HDL (45.08 ± 10.73'e karşın 43.43 ± 9.41 mg/dl) değerleri daha yüksek tespit edilmiştir ($p>0.05$). Sonuç: Düzenli yapılan fiziksel aktivitenin sporu bırakmış olan bireylerde vücut ağırlığı, vücut yağ yüzdesi ve vücut kütle indeksi üzerine olumlu etkileri tespit edilmiştir. Diğer taraftan fiziksel olarak aktif emekli futbol oyuncularının kan yağlarına dair verilerinin sağlık açısından daha iyi düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Spor kariyerleri süresince yüksek şiddette antrenmanlara katılmış olan futbolcuların sporu bıraktıktan sonra rekreatif amaçlı olarak düzenli antrenmanlara katılmalarının genel sağlığın göstergesi olan bazı değerlere olumlu etkileri olduğu saptanmıştır. Bu nedenle özellikle sporu bırakan kişiler için düzenli fiziksel aktivitelere katılım önerilmektir. Anahtar Kelimeler: kan yağları, vücut yağ yüzdesi, futbol

THE EFFECTS OF LEISURE TIME ACTIVITY LEVELS ON BLOOD LIPIDS AND BODY FAT PERCENTAGE IN RETIRED FOOTBALL PLAYERS

Introduction and Purpose: The aim of this study was to examine the effects of leisure time activity levels on blood lipids and body fat percentage in former football players. Methods: Former football players, who are aged between 35 and 50, and retired from professional career at least 5 years ago, participated in the study voluntarily. Participants were placed into two groups according to their scores in Physical Activity Questionnaire; physically active group (n = 30; 43.40 ± 4.11 years) and sedentary group (n = 30; 43.00 ± 4.42 years). Participants' height, weight, body fat percentage, body mass index, and blood lipids values were measured. Results: Body weight, body fat percentage, and body mass index values were found significantly lower in favor of physical activity group ($p<0.05$). By comparison with the sedentary group, lower LDL (118.11 ± 28.23 vs. 130.91 ± 30.41 mg/dl), total cholesterol (205.63 ± 38.15 vs. 223.03 ± 35.71 mg/dl) and triglyceride (153.18 ± 91.81 vs. 191.54 ± 126.14 mg/dL) values and higher HDL (45.08 ± 10.73 vs. 43.43 ± 9.41 mg/dl) values were noted in the physically active group. Conclusion: Regular physical activity has a positive effect on body weight, body fat percentage and body mass index in individuals who retired from football. Furthermore, according to our results, physically active former football players have healthier blood lipid variables. It has been determined that participation in regular training recreationally have positive effects on general health variables in former football players who participated in high intensity training during their sports career. For this reason, it is recommended to participate in regular physical activities, particularly for former athletes. Keywords: blood lipid, body fat percentage, football

SB463

PİLATES EGZERSİZLERİNİN 30 YAŞ ÜSTÜ KADINLARIN ABDOMİNAL BÖLGE KASLARI ÜZERİNE ETKİLERİ

[1]Bilal Emektar, [2]Fatma Çelik Kayapınar

[1]Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Zonguldak
[2]Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Burdur

Email : *bilalemektar@hotmail.com, fkayapinar@mehmetakif.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Çalışmanın amacı, pilates egzersizlerinin 30 yaş üstü kadınların abdominal bölge kasları üzerine etkisini belirlemektir.

Yöntem: Çalışma 30 yaş üstü 45 sağlıklı sedanter kadının gönüllü katılımı ile gerçekleştirilmiştir. Katılımcılar rastgele yöntemle aletli pilates (15 kadın, 37.727±3.687 yaş), aletsiz pilates (15 kadın, 37.400±5.258 yaş) ve kontrol grubu (15 kadın, 36.928±5.010 yaş) olacak şekilde üçe ayrılmıştır. Araştırmada 2 çalışma 1 kontrol gruplu model kullanılmıştır. Egzersizlerde, Moira Stott tarafından tanımlanan aletli ve aletsiz pilates hareketleri yaptırılarak, her hareket 1 defa, 12 tekrar, 3 set ve aralarda 1 dakikalık dinlenme süresi olacak şekilde uygulanmıştır. Katılımcılara gönüllü katılım formu doldurtularak, bel çevresi ölçümü ve mekik çekme testi kullanılmıştır. Kolmogorov-Smirnov Testi sonucunda grupların bel çevresi ($z=.123$, $p>0.200$) ve mekik çekme testi ($z=.156$, $p>0.200$) dağılımının normal olduğu tespit edilmiştir. Elde edilen veriler istatistik programına aktarılarak, grupların ön test ve son test ölçümlerinde tek yönlü varyans analizi One-Way ANOVA, grupların ön test ve son test karşılaştırılmalarında Paired-Samples T Testi ve gruplar arasındaki farkı bulmak için Scheffe Testi kullanılmıştır. Analiz sonuçlarında "$p<0.05$" değeri istatistiksel olarak anlamlı farklılık kabul edilmiştir.

Bulgular: Çalışmamızda pilates egzersizlerine katılan kadınların bel çevresi ve mekik çekme testi ön test karşılaştırmaları sonucunda istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamış, ancak son test değerleri karşılaştırıldığında aletli ve aletsiz pilates grupları lehine anlamlı fark bulunmuştur ($p<0.05$). Grup içi karşılaştırmalarda kontrol grubu hariç aletli ve aletsiz pilates gruplarında anlamlı fark elde edilmiştir ($p<0.05$). Anlamlı farkın kaynağına bakıldığında farkın aletli pilates grubu lehine olduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$). Aletli ve aletsiz pilates grup değişkenleri karşılaştırıldığında bel çevresinde aletli grup lehine anlamlı fark bulunurken mekik çekme testi değerleri arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Sonuç: Çalışma sonucunda düzenli aletli pilates egzersizlerin bel çevresinin şekillenmesine katkı sağladığı söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Abdominal bölge, Egzersiz, Pilates, 30 yaş üstü kadınlar.

THE EFFECTS OF PILATES EXERCISES ON ABDOMINAL REGION OLDER THAN 30 AGE WOMEN

Introduction and Aim: The aim of this study is to determine the effects of pilates exercises on abdominal region muscles of women over 30 years of age.

Method: The study is conducted with the participation of 45 healthy sedentary women over 30 years of age with voluntary participation. In the study, 2 studies 1 control group model is used. In the exercises, instrumented and noninstrumented pilates movements defined by Moira Stott were made. Participants were filled in volunteer participation form, waist circumference measurement and shuttle pull test were used. Kolmogorov-Smirnov test revealed that the waist circumference of the groups ($z=.123$, $p>0.200$) and the shuttle pull test ($z=.156$, $p>0.200$) were normal. One-way ANOVA was used for pre-test and post-test variance analysis, Paired-Samples T test was used for group pre-test and post-test comparisons, and Scheffe Test was used for finding difference between groups. A statistically significant difference of "$p<0.05$" was accepted in the analysis results.

Results: In our study, there was no statistically significant difference between the women who participated in pilates exercises and waist circumference and shuttle pull test pre-test comparisons. However, when the post-test values were compared, there was a significant difference in favor of instrumented and noninstrumented pilates groups ($p < 0.05$). Significant difference was found between the instrumented and noninstrumented pilates groups ($p < 0.05$). When we look at the meaningful source of difference, it is determined that the difference is in favor of the instrumented pilates group ($p < 0.05$). There was no significant difference between the values of the shuttle pull test and the values of the waist circumference test and noninstrumented pilates group.

Conclusion: As a result of the study, it can be said that regular instrumented pilates exercises contribute to the shaping of the waist circumference.

Key Words: Abdominal Region, Exercise, Pilates, Women over 30 years.

SB465

ELASTİK BANT ANTRENMANININ HALTER SPORCULARININ PSOAS, QUADRATUS LUMBORUM VE ILIACUS KAS KESİT YÜZEY ALANLARI ÜZERİNE ETKİSİ

[1]Kenan Erdağı,

[1]Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya
[2]Necmettin Erbakan Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği, Konya

Email : *kenanerdal@hotmail.com,*

GİRİŞ Elastik bantlar (E-Bant) çoğunlukla sporcuların performansını artırma, yaşlı bireylerdeki ortopetik rahatsızlıkların rehabilitasyonu ve kas kuvvetindeki düşüşü önlemek için kullanılan aletlerdir. Bu çalışma, 12 hafta boyunca halter sporcularına uygulanan elastik dirençli bant antrenmanlarının, sporcuların psoas, quadratus lumborum ve iliacus kas kesit yüzey alanlarının üzerine etkilerini araştırmayı hedeflemiştir. MATERYAL VE METOD Araştırma ulusal ve uluslararası müsabakalara katılan aktif ve düzenli olarak antrenman yapan 18-24 yaş aralığındaki erkek halterci (E-bant antrenman (n 6) ve kontrol grubu (n 6)) ve bayan haltercilerden (E-bant antrenman (n 6) ve kontrol grubu (n 6)) oluşturulan 4 grup üzerinde gerçekleştirildi. Elastik bant antrenmanları E-Bant antrenman grubu sporcularına her halter antrenmanına ilaveten haftanın 6 günü 12 hafta boyunca uygulandı. Katılımcıların 12. thorakal vertebra'dan femur'un trochanter minor'üne kadar olan bölgenin aksiyal görüntülemelerinde 1.5 Tesla'lık manyetik rezonans görüntüleme cihazı (MRG) kullanıldı. Kasların kesit yüzey alanları point counting metodu kullanılarak hesaplandı. BULGULAR Elastik bant antrenmanı uygulanan erkek ve bayan sporcuların E-Bant antrenman başlangıcı ve 12. hafta sonrası psoas, quadratus lumborum ve iliacus kasları Total kesit yüzey alanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark tespit edilirken (P<0,05), kontrol grubu erkek ve bayan sporcularda bu parametreler yönünden istatistiksel olarak bir fark gözlenmedi (P>0,05). E-Bant grubu erkek ve bayan sporcuların 12. hafta sonunda tek tekrarlı maksimal total koparma ve silkme değerlerinde önemli bir artış tespit edildi. (P<0,01).

SONUÇ Kas kesit yüzey alanının artışıyla birlikte güç ve kuvvet parametreleri artışı arasında pozitif bir ilişki bulunduğu düşüncesinden hareketle, lumbal stabilitenin önemli olduğu halter sporunda, karın arka duvarı kaslarının güçlü olması hem sporcu performansını artıracak hem de sakatlanma riskini azaltacaktır. Bu nedenle halter sporcularında bu kasları geliştirmeye yönelik elastik bant antrenmanlarının halter programlarına dahil edilmesinin doğru bir yaklaşım olacağı kanaatindeyiz. Anahtar kelimeler: Elastik bant, MRG, M. psoas, M. quadratus lumborum. M. iliacus

THE EFFECTS OF ELASTIC BAND TRAINING ON CROSS-SECTIONAL AREAS OF PSOAS, QUADRATUS LUMBORUM AND ILIACUS MUSCLES OF WEIGHTLIFTING ATHLETES

ABSTRACT Elastic bands (E-band) are commonly used to increase athlete performance, to rehabilitate orthopedic disorders of elders and to eliminate decreased muscle strength. The study aims to analyse the effects of twelve-week E-band training on the cross-sectional areas of psoas, quadratus lumborum and iliacus muscles of weightlifters. MATERIALS AND METHODS The study included 4 groups of 18-24 aged male [E-band training (n6), control group (n6)] and female [E-band training (n6), control group (n6)] weightlifters having participated in national-international competitions and trained regularly. Besides personal weightlifting training, the athletes in E-band training groups were asked to follow E-band training every 6 days during 12. Axial imaging from the 12th thoracic vertebrae to the trochanter minor of femur was obtained by 1.5Tesla magnetic imaging device (MRG). The cross-sectional areas were calculated by point counting method.

FINDINGS In the cross-sectional area calculation of psoas, quadratus lumborum and iliacus muscles of male and female athletes taking E- band training, there was a statistically significant difference between the beginning and the end of twelve-week E-band training(p<0,05) whereas there were no statistically significant differences in the same parameters of male and female athletes in

control group(p>0,05). After twelve-week, a remarkable increase was observed in the single repeated maximal snatch and clean- and-jerk values of the athletes taking E-band training(p<0,01). CONCLUSION With the light of the information that there is a positive proportion between the increases in cross-sectional area and strength and force parameters, we believe that stronger posterior abdominal wall muscles will both increase the performance of the athlete and lower the risk of injury in weightlifting sport, requiring lumbar stability notably. Therefore, we consider that for development of these muscles, the addition of E-band training into weightlifting programs will be a good approach. Keywords: Elastic band, MRG, M. psoas, M. quadratus lumborum. M. iliacus

SB484

MEME KANSERİ HASTALARINDA EGZERSİZİN YAŞAM KALİTESİ VE DEPRESYON DÜZEYİLERİNE ETKİSİ

***[1]Menşure Aydın*, [2]Elif Köse, [1]İlhan Odabaş, [3]Bergün Meriç Bingül, [4]Deniz Demirci**

[1]Haliç Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu, İSTANBUL
[2]Sağlık Bakanlığı, Gaziantep İl Sağlık Müdürlüğü Halk Sağlığı GAZİANTEP
[3]Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültes,i KOCAELİ
[4]Bilgi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi İSTANBUL

***Email :** mensureaydin@halic.edu.tr, elifyldzkose@gmail.com, ilhanodabas@yahoo.com, bergunmeric@gmail.com,*

GİRİŞ ve AMAÇ: Araştırmanın amacı; meme kanseri hastalarına yaptırılan aerobik ve germe egzersizlerinin yaşam kalitelerine, depresyon düzeylerine etkisinin belirlenmesidir. METOD:Araştırmaya meme kanseri tedavisi yeni bitmiş (ameliyat, kemoterapi ve radyoterapi), başka organ metastazı olmayan ve rutin kontrollerine başlayan yaş ortalaması (45±015) olan 24 kadın ile egzersiz programını kabul etmeyen yaş ortalaması (46±024), 24 kadın katılmıştır. Egzersiz programı; aerobik egzersizler bir fitness salonunda karvonen formülü ile belirlenen hedef kalp atım sayısına göre yürüme bandı ve bisiklet aletleri üzerinde yürüme ve bisiklet sürme şeklinde yapmışlardır. Direnç egzersizleri; araştırmacı tarafından her hastaya verilen "onkoloji hastalarında egzersiz" kitapçığındaki hareketler doğrultusunda egzersiz matı, pilates topu ve elastik bandajı ile her gün 1 saat olacak şekilde yapılmışlardır. Araştırmada hastaların depresyon düzeylerinin belirlenmesi için Beck Depresyon testi, yaşam kalitesi için WHOQOL yaşam kalitesi ölçeği kullanılmıştır. Elde edilen sonuçların istatistiksel değerlendirilmesinde, tanımlayıcı istatistik, yüzde frekans ve ön test - son test sonuçları ve kontrol gubu ile karşılaştırmalarında t testi kullanılmıştır. BULGULAR:Yaşam kalitesi değerlendirmelerinde; ön test- son test ve kontrol grubu karşılaştırmasında; genel salık, fiziksel sağlık, psikolojik sağlık parametrelerinde anlamlı fark bulunmuştur ($p<0,05$). Depression düzeyi değerlendirmesinde egzersiz yapan grubun depresyon düzeylerinin düştüğü görülmüştür. SONUÇ: Çalışma sonucu olarak; meme kanseri tedavisi gören kadınlarayaptırlan aerobic ve direnç egzersizlerinin yaşam kalitelerini yükselttiği ve depresyon düzeylerini düşürdüğü söylenilebilir.

Anahtar kelime: Meme kanseri, yaşam kalitesi, depresyon

INTRODUCTİON and AİM: The purpose of this research was to determine the effect of aerobic and stretching exercises that are performed by patients with breast cancer on the life quality and depression. METHOD:Age average of 24 of them was (45±015); they just finished the treatment of breast cancer, started to routine controls and have not any other organ metastasis. Age average of other 24 women was (46±024); they did not accept the exercise program at the same time. Exercises were performed as walking and riding a bike on the walking band based on target heart rate (thr) that were determined by Karvonen formula in a fitness center. Resistance exercises were performed so as to be one hour every day with an exercise mat, pilates ball and elastic bandage in line with the movements in the book called as 'exercise in oncologic patients' that was given to each of the patients by the investigator. Beck Depression test and WHOQOL life quality scale were used to determine the depression levels of the patients. Descriptive statistics, percentage, frequency, and pretest-posttest results were used in the statistical evaluation of the results obtained. The t-test was utilized in comparisons with the control group. RESULTS:There was found a significant difference in the comparison of pretest-posttest and control group; general health, physical health and psychological health parameters in life quality evaluations. ($p<0,05$) It was seen that depression levels of the group performed exercise decreased. CONCLISION: It can be said as the research result that aerobic and resistance exercises in patients with breast cancer increase their life quality and decrease their depression levels at the same time.
Keywords: Breast cancer, quality of life, depressio

SB508

KADINLARDA YAŞA GÖRE B-FİT EGZERSİZLERİNİN VÜCUT KOMPOZİSYONUNA ETKİSİNİN İNCELENMESİ

***[1]Ali Günay*, [2]Gülçin Usta, [3]İlhan Odabaş**

[1]Haliç Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, İstanbul
[2]B-fit Yaşam Ve Spor Merkezi, Çanakkale
[3]HAliç Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, İstanbul

***Email :** aligunay2004@gmail.com, gulcinusta92@gmail.com, ılhanodbas@yahoo.com*

Çalışmanın Amacı: Çalışmanın amacı 18-59 yaş grubu kadınlarda dört aylık 30 dakikalık periyotlarla yapılan B-fit egzersizlerinin vücut kompozisyonlarına etkisinin yaşa bağlı olarak incelenmesidir. Gereç ve Yöntem: Çalışmaya B-fit spor salonunda spor yapmakta olan, 18-59 yaşları arasında olan 54 kadın gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcıların ortalamaları yaş 29,4±9,6 yıl, boy 163±0,5 cm, vücut ağırlığı 71,7±14,3'tür ve haftada 6 gün, 30 dakika aerobik egzersizleri 10 dakikalık periyotlarla hafif, orta ve yüksek şiddetli egzersiz şeklinde yapmışlardır. Vücut Kompozisyonu ölçümleri (vücut ağırlığı, vücut yağ yüzdesi, vücut kütle indeksi, yagsiz beden agirligi) ; Tanita BC-730 marka bioelektrik impedans tartı aleti ile yapılmıştır. Katılımcıların çevre ölçümleri (bel, karın, kalça, uyluk) mezura ile (0,01cm) ile yapılmıştır. Veriler SPSS 22 programında, normallik testi yapıldıktan sonra tanımlayıcı istatistik, yaş grupları arası karşılaştırmalar için Kruskal Wallis testi ile değerlendirilmiştir (p<0,05). Bulgular: İstatistiklere göre yaş grupları arasındaki egzersiz vücut kompozisyonu etkisine bakıldığında anlamlı bir fark görülmemiştir. Yaşlar arasındaki vücut kompozisyonu etkisi incelendiğinde ise vücut yağ yüzdesinde anlamlı fark görülmüş; kilo, kas yüzdesi, kalça çevresinde anlamlı bir fark görülmemiştir. Bel çevresinde 3 ve 4. Ay ölçümlerinde anlamlı fark görülmüş, karın çevresi ölçümlerinde ise 4. ayda anlamlı fark görülmüştür (p<0,05). Sonuç: Çalışmamızda, sedanter kadınların B-fit egzersizlerini büyük oranda zayıflama amacıyla yaptığı gözlenmiş, egzersiz etkisinin geliş amacına göre değişmediği saptanmıştır. Yaşa bağlı egzersiz etkisinin incelenmesi sonucunda da anlamlı bir fark bulunmazken, aylara göre incelendiğinde, B-fit egzersizlerinin vücut kompozisyonu üzerindeki anlamlı etkileri 4. Ayda görülmüştür. Yapılan çalışma sonucunda, egzersizin sağlık üzerindeki etkisinin sürdürülebilmesi açısından her yaş grubunda en az 4 ay sürdürülmesi önerilebilir. Anahtar Kelimeler: b-fit, egzersiz, kadın, vücut kompozisyonu,

EXAMINATION OF THE EFFECT OF B-FIT EXERCISES ON BODY COMPOSITION BY AGE IN WOMEN

Purpose of the Study: The aim of the study is to examine the effect of B-fit exercises on the body composition of the 18-59 age group in women over a period of four months and 30 minutes depending on their age. Material and Method: 54 women aged between 18-59 years participated as volunteers in the B-Fit Sports Club to work. The average age of the participants was 29.4 ± 9.6 years, height 163 ± 0.5 cm, body weight 71.7 ± 14.3, and 6 days per week, 30 minutes aerobic exercises with low, medium and high intensity exercise, Personal information was taken face to face, body composition measurements (Tanita BC- 730); was performed. In the SPSS 22 program, descriptive statistics were evaluated by Kruskal Wallis test for age-to-age comparisons after normality test (p <0,05). Results: No statistically significant difference was found between the exercise body composition of the age groups according to the statistics. When the effect of body composition between the ages was examined, there fat % significant difference in ; There was a significant difference between the 3rd and 4th months of the waist measurements and the 4th month of the abdominal measurements (p <0,05). Conclusion: In our study, it was observed that sedanter women did B-fit exercises in order to attenuate in a great way and it was determined that the exercise effect did not change according to the purpose of development. As a result of the study, it can be suggested that at least 4 months of continuous maintenance of the effect of exercise on health can be suggested for each age

SB521

ELİT KADIN VE ERKEK VOLEYBOLCULARIN SOMATOTİP VE POSTUR ÖLÇÜMLERİNİN LİG ÖNCESİ VE SONRASINDA KARŞILAŞTIRILMASI

[1]Kastamonu Üniveristesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, KASTAMONU

Email :

Giriş ve Amaç: Voleybol sporunun salt sportif etkinlik anlamında değerlendirilmemesi, birçok disiplin açıdan farklı bakış açılarıyla yaklaşılması, bütüncül değerlendirmelerde bulunulabilmesi bakımından önem taşımaktadır. Postur vücutta yer alan her bölgenin vücut bütününe göre oranlandığında en sağlıklı ve doğru şekilde yerleşmesidir. Bu nedenle voleybolcuların somatotiplerinin ve posturlerinin incelenmesi, gerek ergonomi gerekse sporcu sağlığı konularına katkısı anlamında değerlendirilmelidir. Çalışmada elit voleybolcuların lig boyunca yaptıkları antrenmanların somatotip ve posturleri üzerinde yaptığı etkileri ortaya koymak amaçlanmaktadır. Yöntem: Çalışmaya yaş ortalamaları 23.4±1.7 yıl olan, ortalama 11 yıldır voleybol oynayan 25 kadın ve 25 erkek sporcucu gönüllü olarak katılmışlardır. Deneklerin posturleri PostureScreen Mobile® yazılımı, somatotipleri 10 antropometrik ölçüm kullanılarak Heart-Carter yöntemi ile lig öncesinde ve sonrasında iki kez ölçülmüş ve karşılaştırılmıştır. Veriler SPSS 22 programı kullanılarak Wilcoxon Testi ile analiz edilmiş, anlamlılık düzeyi $p<0.05$ olarak belirlenmiştir.

Bulgular: 13 haftalık voleybol antrenmanları sonrasında anteriorden ve lateralden alınan fotoğraflardaki ölçümlerde kafa, omuz, göğüs, kalça ve dizde ölçülen tilt ve kaymalarda anlamlı değişimler belirlenmiş. Ayrıca endomorfi ve mezomorfi katsayılarında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Sonuç: Voleybol antrenmanlarının sporcuların postur ve somatototipleri üzerinde etkili olduğu ortaya konmuştur. Voleybolcuların omuz asimetrileri karşılaştırılmış ve sporcuların dominant taraflarındaki skapulalarının daha öne eğik oldukları belirlenmiş, branş uygulamasına adaptasyon olarak üst ekstremitenin baskın kullanımının buna yol açtığını belirtilmiştir. Elit kadın ve erkek voleybolcularda postur asimetrisinin belirlenmesi ve branş egzersizlerine bağlı olarak gelişen asimetrinin yetersiz ve uygun olmayan rehabilitatif egzersizle ilişkili olduğuna dikkat çekilmektedir. Anahtar Kelimeler: Voleybol, Postur, PostureScreen Mobile, Somatotip

COMPARISON OF SOMATOTYPE AND POSTURE MEASUREMENTS OF ELITE MALE AND FEMALE VOLLEYBALL PLAYERS BEFORE AND AFTER LEAGUE

Introduction and aim: It is important that volleyball sport can be approached from different points of view in terms of many disciplines and that holistic evaluations can be done. Therefore, the examination of somatotypes and postures of volleyball players should be evaluated in terms of ergonomics and contribution to anthropometry. The aim of the study is to reveal the effects of elite volleyball players on the somatotype and postures of the training they perform in the league. Method: 25 female and 25 male athletes participated as volunteers for an average of 11 years of volleyball with a mean age of 23.4 ± 1.7 years. Postures of subjects PostureScreen Mobile® software was measured and compared twice before and after the league with the Heart-Carter method using 10 anthropometric measurements of somatotypes.SPSS 22 was used program for statistical analysis. While analyzing of data Wilcoxon Test method was used and it is determined as significance level was $p<0.05$. Results: After 13 weeks of volleyball training, significant changes in the tilt and shift measured in head, shoulder, chest, hip and knee were determined in the photographs taken from the anterior and lateral views. In addition, statistically significant differences were found in endomorphism and mesomorphic coefficients. Conclusion: Volleyball training has been shown to be effective on the posture and somatototi of the athletes. Volleyball players' shoulder asymmetries were compared and it was determined that the scapules on the dominant sides of the athletes were more inclined to the forefront, and the dominant use of the upper extremity as an adaptation to the branch application was mentioned. It has been pointed out that asymmetry related to the determination of posture asymmetry and branch exercises in elite male and female volleyballs is related to inadequate and inappropriate rehabilitative exercise. Key words: Volleyball, Posture, PostureScreen Mobile, Somatotype

SB523

LİSE ÖĞRENCİLERİNİN EGZERSİZ BAĞIMLILIK DURUMLARINA GÖRE FİZİKSEL AKTİVİTE DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ (ERZİNCAN ÖRNEĞİ)

[1]Öztürk Agırbas **, [2]Öztürk Agırbas , [3]Yakup Koç, [4]Eser Ağgön, [5]Adem Gün, [2]Bülent Tatlısu**

[1]1- Bayburt Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Antrenörlük Eğitimi Bölümü
[2]Bayburt Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Antrenörlük Eğitimi Bölümü
[3]Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Beden Eğitimi Ve Spor Eğitimi Bölümü
[4]Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Beden Eğitimi Ve Spor Eğitimi Bölümü
[5]Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmeni, Erzincan Spor Lisesi

Email : *1- Bayburt Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, ozturkagirbas@bayburt.edu.tr, , , ademgun24@gmail.com,*

Giriş ve Amaç: Bu çalışma lise öğrencilerinin egzersiz bağımlılık durumlarının belirlenmesi ve çeşitli değişkenlere göre fiziksel aktivite düzeylerinin (FAD) incelenmesi amacıyla yapıldı. Materyal ve Metod: Araştırmaya 120 erkek ve 360 kadın olmak üzere toplam 480 lise öğrencisi gönüllü olarak katıldı. Öğrencilerin egzersiz yapma süreleri, sıklıkları ve kişisel bilgilerinin tespit edilmesi için "Kişisel Bilgi Formu", egzersiz alışkanlık ve tutumlarının tespit edilmesi için "Egzersiz Bağımlılığı Ölçeği-21 (Exercise Dependence Scale-21) ve Fiziksel Aktivite Anketi kullanılmıştır. Elde edilen veriler SPSS 22.0 for Windows programında incelendi. İkili grup karşılaştırmalarında Mann Whitney U testi, çoklu grup karşılaştırmalarında Kruskal Wallis H testi kullanıldı. Tüm testlerde anlamlılık düzeyi. 05 olarak kabul edildi. Bulgular: Araştırmada erkek lise öğrencilerinin %13,3'ü, kadın öğrencilerin %7.2'si genel olarak %9.2'sinin egzersiz bağımlısı oldukları, egzersiz bağımlısı ve bağımlı adayı olan hem erkek hem de kadın lise öğrencilerinin FAD düzeylerinin bağımlı olmayanlara göre anlamlı derecede yüksek olduğu, düzenli spor yapan ve yapmayan lise öğrencilerinin egzersiz bağımlılık durumlarına göre FAD değerlerinde anlamlı bir fark olmadığı, birisi tarafından spor yapmaya teşvik edilen lise öğrencilerinin FAD değerleri karşılaştırıldığında bağımlı olanların hem bağımlı adayları hem de bağımlı olmayanlara göre ayrıca bağımlı adaylarının da bağımlı olmayanlara göre anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edildi. Sonuç: Lise öğrencilerin az bir kısmının egzersiz bağımlısı olduğu, bağımlılık düzeyi yüksek olan öğrenciler ile birisi tarafından spor yapmaya teşvik edilen öğrencilerin FAD değerlerinin yüksek olduğu sonuçlarına ulaşıldı.
Anahtar Kelimler: Egzersiz, Egzersiz Bağımlılığı, Fiziksel Aktivite

INVESTIGATION OF PHYSICAL ACTIVITY LEVELS OF HIGH SCHOOL STUDENTS ACCORDING TO EXERCISE DEPENDENCE STATES (ERZANCAN SAMPLE)

Purpose: This study was conducted to determine the exercise dependence status of high school students and to examine the physical activity levels (PAL) according to various variables. Material and Method: A total of 480 high school students of which 120 male and 360 female participated in the research voluntarily. "Personal Information Form" was used to determine the students' exercise periods, frequency and personal information and Exercise Dependence Scale-21 and Physical Activity Survey were used to determine exercise habit and attitude. The acquired data was analysed in SPSS22.0 for windows. Mann Whitney U test was used for binary group comparisons and Kruskal Wallis H test and Spearman Correlation Analysis were used for multi group comparisons. The level of significance was accepted as .05 in all analyses. Results: In the study, it was detected that % 13,3 of male high school students, % 7,2 of female students and % 9,2 of students in general were exercise dependence, the PAL of both male and female high school students who are exercise dependant and nominees of dependence were significantly higher than those who were not dependent, it was found that there was no significant difference in PAL values according to the exercise dependency status of regular high school students who did and did not play sports regularly and that the PAL values of high school students who were encouraged to play sports by somebody were significantly higher than those of non- dependents according to both nominees of dependant and non- dependent. Conclusion: It

was concluded that, few of the high school students are exercise dependant and the students with high addiction level and the students who were encouraged to play sports by someone had high PAL values.

Key Words: Exercise, Exercise Dependence, Physical Activity

SB529

HUZUREVİ BOCCE SPORCULARININ ALGISAL, BİLİŞSEL VE MOTOR ÖZELLİKLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Engin Sağdilek*, [2]Merve Arı, [2]Seda Can, [3]Şenay Şahin, [4]Erhan Kızıltan**

[1]Bursa Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Biyofizik Anabilim Dalı
[2]Bursa Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Fizyoloji Anabilim Dalı
[3]Bursa Uludağ Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Antrenörlük Bölümü
[4]Başkent Üniversitesi Tıp Fakültesi Fizyoloji Anabilim Dalı

***Email :** esagdilek@hotmail.com, merveari89@gmail.com, sedacan93@gmail.com, skoparan2013@gmail.com, erhankiziltan@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Ortalama yaşam süresi ve yaşlılara sunulan sağlık hizmetlerinin kalitesi her geçen gün artmaktadır. Artan yaşlı nüfusa yönelik hizmet veren huzurevlerinin bakım görevlerinin yanı sıra, yaşam kalitesini arttırmak amacıyla gerçekleştirdikleri çeşitli etkinliklerde bulunmaktadır. Son yıllarda yaşlıların kolaylıkla yapabilecekleri bocce sporunun, huzurevleri arasında ulusal ve uluslararası düzeyde şampiyonaları düzenlenmektedir. Bu çalışmanın amacı; huzurevinde kalan yaşlıların görsel ve işitsel algılarını, bilişsel ve motor fonksiyonlarını basit masa başı testlerle değerlendirmek ve bocce sporunun yaşlıların bu fonksiyonlarına etkisini araştırmaktır.

Yöntem: Çalışmamız Bursa'da bulunan 3 farklı huzurevindeki, kronik hastalıkları stabil 55 gönüllü üzerinde gerçekleştirildi. Mini Mental Test sonuçları ve kurum doktorunun verilerine göre yaşlılar seçildi. Bocce sporu yapan 15 yaşlının 13'ü, diğer yaşlılar arasından da kontrol grubu olabilecek 10 yaşlının sonuçları karşılaştırıldı. Bilişsel fonksiyonlar Mental Rotasyon Testi (MRT), ardışık motor hareketler Parmak Vuru Testi (PVT) ile değerlendirildi. Görsel ve işitsel uyaranlara karşı basit ve seçkili reaksiyon zamanları elde edildi.

Bulgular: Bocce ve kontrol grubu arasında yaş ve Mini Mental Test skorları açısından farklılık yoktu. 7 soruluk MRT'de doğruluk oranları ve etkin cevaplama zamanları (eCZ) arasında anlamlı fark bulunmamasına rağmen, eCZ bocce sporcularında ortalama %32 daha kısaydı. Basit görsel reaksiyon zamanı bocce sporcularında ortalama 883 ms iken kontrol grubunda 910 ms idi. Basit işitsel reaksiyon zamanları ise sırasıyla ortalama 1197 ve 1416 ms idi. Reaksiyon zamanları arasında anlamlı fark bulunamadı. Gençlerde yaptığımız çalışmalarda işitsel reaksiyon zamanları anlamlı olarak görsel reaksiyon zamanlarına göre daha kısa iken, bu ilişki yaşlılarda tersine dönmüştü. PVT'de bocce sporcuları 20 saniyede ortalama 91,5 ardışık vuru gerçekleştirirken, kontrol grubu 91,3 vuru gerçekleştirdi.

Sonuç: Ortalama yaşın 72 yıl olduğu, sınırlı sayıdaki huzurevi gönüllüsü üzerinde gerçekleştirdiğimiz bu ön çalışma, yaşlılar üzerine bir durum tespitidir. Biyolojik fonksiyonları değerlendirmenin yanı sıra yaşam kalitesini değerlendirebilecek farklı yöntemlerin de bu tür çalışmalara dahil edilmesi önemlidir.

EXAMINATION OF PERCEPTUAL, COGNITIVE AND MOTOR PROPERTIES OF NURSING HOME BOCCE ATHLETES

Introduction: Average life expectancy and quality of health services provided to elderly people is increasing every day. There are various activities that nursing homes serving the aged population do in order to improve their quality of life as well as their maintenance duties. The bocce sports, which the elderly can easily do, are held in national and international championships. The purpose of this study is; visual/auditory perceptions, cognitive and motor functions of the elderly with simple desk-top tests and to investigate the effect of bocce sport on these functions of the elderly.

Methods: Our work was carried out on 55 elderly in 3 different nursing homes in Bursa. The elderly were selected according to the results of the Mini Mental Test (MMT) and data of the institutional doctor. The results of 13 bocce subjects and 10 age-matched control subjects were compared. Cognitive functions were assessed by Mental Rotation Test (MRT) consecutive motor movements were assessed by Finger Tapping Test. Simple and selective reaction times against visual and auditory stimuli were obtained.

Results: Bocce and control group did not differ in terms of age and MMT scores. There was no significant difference in accuracy rates and effective response times on MRT. The mean visual reaction time was 883 ms in the bocce athlete and 910 ms in the control group. The mean auditory response times were 1197 and 1416 ms, respectively. Bocce athletes performed an average of 91.5 consecutive beats per 20 seconds while the control group performed 91.3 beats.

Conclusion: This preliminary study, which we have carried out on a limited number of nursing home volunteers with a mean age of 72 years, is a case on aging. In addition to assessing biological functions, it is important to include such studies in different methods that can assess quality of life.

SB558

İNSANDAKİ BURUN MORFOLOJİSİNİN FARKLILIKLARI İLE BAKTERİYEL KOLONİZASYONUN ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

***[1]Serpil Çilingiroğlu Anlı*, [1]Burak Mustafa Taş, [1]Teoman Apan , [1]Latife İşeri, [1]Gökçe Şimşek**

[1]Kırıkkale Üniversitesi Tıp Fakültesi, KIRIKKALE

Email : *serpilblue@gmail.com, mbtass@hotmail.com, teomanapan@gmail.com, liseri2000@yahoo.com, drgokcesimsek@hotmail.com*

Giriş ve Amaç: Burun ve nazofarinks bölgesindeki üst solunum yolu enfeksiyonları, özellikle sporcu ve sağlık personeli performansını olumsuz yönde etkilemektedir. Burundaki yapısal farklılıkların etkisi ile birlikte oluşan hava akımının mekaniği mikroorganizmaların bölgesel olarak yerleşiminde rol oynar. Bu çalışma, burunun dış ve iç yapısı ile burun boşluğunda oluşan bakteri kolonizasyonu arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamaktadır.

Materyel ve Yöntem: Çalışmaya 18-45 yaşları arasında toplam 162 (97E / 65K) sağlıklı gönüllü katıldı. Nazal morfometri noktalarının ölçümleri antropometrik aletler ve akustik rinometri ile yapıldı. Bireyin her bir nazal ve nazofarinks bölgelerinden mikrobiyolojik testler için sürüntü örnekleri toplandı. İstatistiksel analizinde, Pearson korelasyon testi, Minitab17 istatistiksel yazılım (P-Değeri: 0.5-1) kullanılarak yapıldı.

Bulgular: "Ala nasi"nin en geniş mesafesi ile birlikte "Alar cartilage lateralis cruris"ler arasındaki mesafe yüksek oranda ilişki belirlendi (AL- AL/AC-AC(0.701)). Ayrıca, sol burun deliğinin Columella yüksekliği ile sağ burun deliği Columella yüksekliği arasındaki mesafede çok yüksek bir korelasyon bulundu (C-SN'(L)/C-SN'(R) (0.903)). Bu çalışmada, Staphylococcus-aureus, Streptococcus-pneumoniae, Group Abeta-hemolytic-streptococcus and Neisseria-meningitidis patogenleri izole edildi (% 35.6 nazal, % 27.1 nazofarinks).

Tartışma: Burun yapısal farklılıklarının etkisi ile birlikte oluşan hava akımının mekaniği bakteri kolonilerinin bölgesel olarak yerleşiminde rol oynarken, burunun respiratuvar bölgesinin oksijenlenmesi, nem seviyesi gibi bazı faktörleri de bakteri üremesi üzerinde etkili olabilmektedir.

Sonuç: Bu çalışmada, nazal kavite ve nazofarenks'in bakteriyel patojenleri ile morfolojik yapısı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Bu nedenle sağlıklı bireyin, özellikle sporcu ve sağlık personelinin burun anatomik yapısının, patojenik bakteri kolonizasyonun oluşmasında potansiyel bir risk faktörü olmadığı düşünülmektedir.

EXAMINATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN MORPHOLOGICAL DIFFERENCES IN THE HUMAN NOSE AND BACTERIAL COLONIZATION

Introduction and purpose: Upper respiratory tract infections in the nose and nasopharynx area are affecting the performance activities of athlete and medical staff in the negative. Mechanism of the air flow that occurs together with the effect of the structural differences plays a role in the localization of bacterial colonies in the human nose. This study was aimed to investigate the relationship between the results of morphometric measurements of the nasal and nasopharyngeal structures and the bacterial colonization in the nasal cavity.

Materials and Methods: A total of 162 (97E/65K) healthy volunteers aged 18-45 years were studied. Measurements of nasal morphometry points were performed with anthropometric instruments and acoustic rhinometry. Each nasal and nasopharyngeal regions of individual were collected with swab samples for microbiological testing. Pearson correlation test was performed using Minitab17 Statistical Software(P- value:0.5-1).

Results: As a result of measurements of the anatomical points of the nose, distance between 'Alanasi-crus lateralis' on both sides was found to have a high correlation with the widest range of ‘Ala nasi’ (AC-AC/AL-AL(0.701)). In addition, a very high correlation was also found between the distance of the left nares Columella height and the right nares Columella height (C-SN’(L)/C-SN’(R)(0.903)). In this study, common pathogens (Staphylococcus-aureus, Streptococcus-pneumoniae, Group Abeta-hemolytic-streptococcus and Neisseria-meningitidis) were isolated from the nose.

Discussion: Mechanism of the air flow associated with the effect of the nasal structural differences plays a role in the localization of bacterial colonies, and some factors such as oxygenation of the nipple repiratory tract, moisture level, etc. may also affect bacterial growth.

Conclusion: This study, no statistically significant relationship was found between bacterial pathogens and morphologic structure of nasal cavity and nasopharynx. For this reason, it is considered that the nasal anatomic structure of healthy individual, especially athlete and medical staff, is not a potential risk factor for pathogenic bacterial colonization.

SB596

ÇOCUKLARIN RAVEN ZİHİNSEL KAPASİTE TESTLERİ (RPMT) ILE OKUL BAŞARI PUANLARI VE FİZİKSEL AKTİVİTE DÜZEYLERİ ARASINDAKİ ILİŞKİNİN İNCELENMESİ

***[1]Hamdi Özdemir*, [2]Ufuk Alpkaya, [3]Saime Cengiz**

[1]İstanbul Üniversitesi - Cerrahpaşa Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı / İSTANBUL
[2]Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı / İSTANBUL
[3]Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği / İSTANBUL

***Email :** hamdiozdemir@istanbul.edu.tr, ualpkaya@gmail.com, saime_cengiz@hotmail.com*

Bu çalışmanın amacı, 11 yaş (x=11,45± ,50 yıl) çocukların zihinsel kapasite düzeyleri, okul başarı puanları ve fiziksel aktivite düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırmada bir devlet okulunda okuyan toplam 43öğrenci (23 kadın, 20 erkek) yer almıştır. Öğrencilerin Zihinsel kapasitelerinin belirlenmesinde John Carlyle Raven tarafından (1936) geliştirilen (Raven The Progressive Matrices Test) ve Şahin ve Düzen (1994) tarafından Türk toplumuna uyarlanan " Raven İlerleyen Matrisler Testi" kullanılmıştır. Öğrencilerin Ders başarı puanlarının değerlendirilmesinde 2017-2018 eğitim öğretim yılı ders başarı notlarının ortalaması alınmıştır. Fiziksel aktivite düzeyini belirlemede ise Kowalski ve ark. (2004) tarafından geliştirilen, (Physical Activity Questionnaire for Older Children), Sert ve Temel (2014) tarafından Türk toplumuna uyarlanan Çocuklar için Fiziksel Aktivite Soru Formu kullanılmıştır. İstatistiksel analizde, aritmetik ortalamalar (X) ve standart sapmalar (SS) belirlenmiş, Pearson korelasyon katsayısı kullanılarak ortalamalar arasında ilişkiye bakılmış ve anlamlılık düzeyi $p<0.05$ olarak kabul edilmiştir. Öğrencilerin Raven test puanlarıyla ders başarı notları arasında (r= ,340) anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($p<0,05$). Ancak, Raven test puanı ile fiziksel aktivite arasında (r=,174) ve ders başarısı ile fiziksel aktivite arasında (r=-,067) anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($p>0,05$). Sonuç olarak Raven zeka testi temel olarak soyut maddeler arasındaki ilişkilerin ortaya çıkarılmasında çok etkili görülmektedir ve araştırmamızda Raven testinde başarılı olan öğrencilerin derslerinde de başarılı oldukları bulunmuştur. Ancak öğrencilerin ders başarı düzeyleri ve zihinsel kapasiteleri onların fiziksel aktiviteye katılımlarında etkili görülmemektedir diyebiliriz. Anahtar kelimeler; Raven test, Okul başarısı, Fiziksel aktivite

ANALYSIS OF THE RELATIONSHIP BETWEEN THE RAVEN PROGRESSIVE MATRICES TEST RESULTS OF THE CHILDREN AND THEIR SCHOOL SUCCESS SCORES AND THEİR LEVELS OF PHYSICAL ACTIVITY

The aim of this study is to review the relationship between the levels of mental capacity and school success and physical activities of 11 (x=11,45± ,50 year) year old children . 43 volunteer students (23 girls and 20 boys) from a public school participated in this study. To determine the levels of mental capacity, the Raven The Progressive Matrices Test developed by John Carlyle Raven (1936) and the test adapted to the Turkish society by Sert and Temel (2014), were used. To determine the school success of students the average of the scores of the 2017-2018 school year were taken. To determine the levels of physical activity, the Physical Activity Questionnaire for Older Children developed by Kowalski et al and the Physical Activity Survey for Children, adapted to the Turkish society by Sert and Temel (2014), were used. In the statistical analysis, arithmetical averages (X) and the standard deviation (SS) were determined, and the relationship between the averages were analyzed by using Pearson correlation coefficient. The level of significance was set at $p<0.05$ For the children, a significant relationship was found between the Raven scores and the school success scores r= ,340 ($p< 0.05$). However, it was found that there wasn't any significant relationship between Raven test scores and physical activity level in statistics r=,174 ($p>0,05$). Also there wasn't any significant relationship between school success and physical activity of the children r=-,067 ($p>0,05$). In conclusion, Raven Intelligence Test seems to be essentially very effective in revealing the relationships between abstract items; and our study has found that the students that succeeded in the Raven test also succeeded at school. However, we can say that the academic success of the students and their mental capacities do not seem to impact their participation in physical activities. Key words; Raven test, School success, Physical activity.

SB605

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE FİZİKSEL AKTİVİTE, YAŞAM KALİTESİ VE YAŞAM DOYUM DÜZEYİ ÜZERİNE İNCELEME

[1]Fatma Arslan, [1]Ayşegül Arslan

[1]Necmettin Erbakan Üniversitesi Turizm Fakültesi, KONYA

Email : *fatmaarslan2003@yahoo.com, aysegularslan443@gmail.com*

Yeterli fiziksel aktiviteye katılımın bireylerin fiziksel, ruhsal, sosyolojik ve zihinsel durumlarına pozitif yönde katkısı olduğu bilinmektedir. Bu araştırma; üniversitede öğrenim gören öğrencilerin yeterli fiziksel aktiviteye yaşam kalitesi ve yaşam doyumu düzeylerini tespit etmek amacı ile yapılmıştır. Çalışma nedensel karşılaştırma deseninde nitel bir çalışmadır. Araştırmaya Antrenörlük Eğitimi I. Öğretim (n=141), Antrenörlük Eğitimi II. Öğretim (n=109) ve Beden Eğitimi Öğretmenlik (n= 116) olmak üzeri bölümlerden toplamda 366 öğrenci katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Dünya Sağlık Örgütü Yaşam Kalitesi Ölçeği Kısa Formu (Whoqol-Bref), Fiziksel Aktivite Değerlendirme (FADA) Anketi ve Yaşam Doyum Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 21 paket programı kullanılmıştır. Verilerin analizinde non-parametrik testlerden Man Withney U ve Kuruskall Wallis testi kullanılmıştır. Araştırmadan elde edilen bulgularına göre, bölümler arası Fiziksel Aktivite Değerlendirme Anketi (FADA) sonuçlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu görülmüştür ve Antrenörlük eğitimi bölümü öğrencilerinin ev, merdiven ve spor indeksi alt boyutlarında diğer iki bölümden daha iyi olduğu tespit edilmiştir($p<0,005$). Antrenörlük Eğitimi Bölümü öğrencilerinin diğer iki bölüm öğrencilerinden, Yaşam Kalitesi Ölçeği sonuçlarının daha iyi ve ortalamalar arasında farkın istatistiksel olarak da anlamlı olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$). Yaşam doyum ölçeği cinsiyet dağılım sonuçlarına göre Antrenörlük II. Öğretim ve Öğretmenlik Bölümlerinde okuyan öğrencilerde ortalamalar arasında farklılık bulunmuştur ($p<0,005$). Sonuç olarak, antrenörlük eğitimi bölümü öğrencilerinin diğer iki bölüme göre fiziksel aktivite düzeylerinin yüksek olması yaşam kalitesini ve yaşam doyumu düzeylerini kız ve erkek öğrencilerde farklı oranlarda ve olumlu yönde etkilediği tespit edilmiştir. Fiziksel aktivite seviyesi yüksek bireylerin fiziksel, ruhsal ve sosyolojik olarak daha pozitif oldukları görülmektedir.

AN INVESTIGATION ON PHYSICAL ACTIVITY, QUALITY OF LIFE, AND LIFE SATISFACTION LEVELS IN UNIVERSITY STUDENTS

Participation in adequate physical activity is known to contribute positively to the physical, mental, sociological and mental states of individuals. This research was conducted with the aim of determining the level of quality of life and life satisfaction of students who are studying at university, with sufficient physical activity. The study is a qualitative study in the causal comparison pattern. A total of 366 students participated in the research from Coaching Education I. Teaching (n = 141), Coaching Education II. Teaching (n = 109) and Physical Education Teaching (n = 116). The Quality of Life Scale short form (Whoqol-Bref), Physical Activity Assessment and Life Satisfaction Questionnaires were used as data collection tool in the study. SPSS 21 package program was used in the analysis of the data. In the analysis of the data, Mann Whitney U and Kruskal Wallis test were used for non-parametric tests. According to findings from the study, it was found that there was a statistically significant difference in the inter-department Physical Activity Evaluation results and the students in the coaching education department were better in the home, ladder and sports index sub-dimensions than the other two department($p<0,005$). The results of the Quality of Life Scale were better and statistically significant in the Coaching Education Department from the other two ($p<0,05$). According to the results of the life satisfaction scale gender distribution, there was a difference between the averages in the students studying in the Teaching Department and Coaching Teaching II. ($p<0,005$). As a result, the coaching education section has a higher level of physical activity than the other two compartments, and physical activity effects life quality and life satisfaction levels in male and female students in different proportions. It is seen that individuals with high levels of physical activity are more positive physical, psychological

SB656

ÜNİVERSİTENİN FARKLI BÖLÜMLERİNDE OKUYAN ÖĞRENCİLERİN SOLUNUM FONKSİYONLARININ KARŞILAŞTIRILMASI

***[1]Özgür Dinçer*, [2]Ercüment Erdoğan, [3]Tuğba Yayla**

[1]Ordu Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu,Ordu
[2]Ordu Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Ordu
[3]Ordu Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Anabilimdalı, Ordu

***Email :** ozgrdncr@gmail.com, ercumenterdogan22@hotmail.com, tugbaayayla@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Solunum sisteminin işlevsel durumu klasik olarak akciğer hacim ve kapasitelerinin ölçülmesiyle belirlenebilmektedir (Atan ve ark., 2013). Alınan hava inspirasyon, verilen hava ekspirasyon havası olarak adlandırılır (Atabek, 2015). Bizde araştırmamızda Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencileri, Sahne Sanatları Fakültesi Üflemeli Çalgılar Bölümü öğrencileri ve rastgele seçilmiş kontrol grubunun solunum parametreleri arasında alanlarına göre ne denli farklılıklar olduğunu karşılaştırmayı amaçladık.

Yöntem: Çalışmaya yaş ortalaması (20,75±2,02) 20 spor bölümü öğrencisi, (20,4±2,11) 20 kontrol grubu, (22,35±2,79) 20 üflemeli çalgı çalan öğrenci olmak üzere toplam 60 kişi gönüllü olarak katılmıştır. Solunum parametrelerini ölçmek için Cosmed Spiropalm 6MWT marka Spirometre cihazı kullanılmıştır. Solunumla ilgili zorlu vital kapasite (FVC), bir saniyedeki zorlu eksprasyon volümü (FEV1), en yüksek ekspirasyon akım (PEF), zorlu ekspirasyon ortası akım hızı (FEF25-75), FEV1'in FVC'ye oranı olan (FEV1/FVC%) ve maksimum istemli ventilasyon (MVV) ölçümleri alınmıştır. Ölçümler bölümlere gidilerek ve üniversitenin performans laboratuarında alınarak değerlendirilmiştir. Araştırmanın verileri tanımlayıcı istatistikler alınarak grupların farkını anlayabilmek ve hangi grubun bu farkı oluşturduğunu tespit edebilmek için tek yönlü varyans analizi (One Way ANOVA) ve homojen olup olmadığı (Tukey) analizi ile incelenmiş ve anlamlılık düzeyi 0,05 olarak kabul edilmiştir.

Bulgular: Elde edilen veriler sonucunda, solunumla ilgili zorlu vital kapasite (FVC), bir saniyedeki zorlu eksprasyon volümü (FEV1), en yüksek ekspiresyon akım (PEF) ve maksimum istemli ventilasyon (MVV) değerlerinde 0,05 düzeyinde anlamlı farklılıklar bulunmuştur $P<0,05$. Ancak zorlu ekspirasyon ortası akım hızı (FEF25-75), FEV1'in FVC'ye oranı olan (FEV1/FVC%) değerlerinde anlamlı farklılıklar bulunamamıştır $P>0,05$.

Sonuç: Sonuç olarak solunum parametreleri bakımından alana dair yapılan spesifik çalışmaların solunum faaliyetleri üzerinde olumlu etkileri olduğu tespit edilmiştir. Yapılan çalışmalar sonucunda günlük yaşantıda uygulanacak olan nefes egzersizleri ve çeşitli antrenmanlar, kişilerin solunum fonksiyonları ve kapasitelerinin gelişmesi açısından önerilebilir.

Anahtar Kelimeler: Solunum Fonksiyonları, Üniversite Öğrencisi

COMPARISON OF RESPIRATORY FUNCTIONS OF STUDENTS FROM DIFFERENT UNIVERSITY DEPARTMENTS

Introduction and Objective: The functional status of the respiratory system can be classically determined measuring lung volumes and capacities (Atan et al. 2013). Inspiration is the act of drawing air into the lungs while expiration is the act of breathing out air from the lungs (Atabek, 2015). The aim of this study is to compare the respiratory parameters of an experimental group (students of school of Physical Education and Sports, and students of the Faculty of Performing Arts, Department of Wind Instruments) and a randomly sampled control group.

Method: Study sample consisted of 20 sports department students (SDSs) (20.75±2.02), 20 control students (CSs) (20.4±2.11) and 20 wind instruments department students (WIDSs) (22.35±2.79). Respiratory parameters were measured using a Cosmed Spiropalm 6MWT spirometer. Forced vital capacity (FVC), forced expiratory volume in 1 second (FEV1), peak expiratory flow (PEF), mean forced expiratory flow (FEF25-75), FEV1 to FVC ratio (FEV1/FVC%) and maximum voluntary ventilation (MVV) were measured. Departments were visited and measurements were carried out and evaluated in the performance laboratory of the university. Data were descriptively analyzed at a significance level of 0.05. One Way ANOVA was used to determine whether there were any significant differences between groups. Tukey test was used to determine whether the data were normally distributed.

Findings: There was a statistically significant difference in FVC, FEV1, PEF and MVV between groups ($p<0.05$). There was, however, no statistically significant difference in FEF25-75 and FEV1/FVC% between groups ($p>0.05$).

Conclusion: Specific activities have positive effects on respiratory parameters. The statistically significant difference was due to SDSs. Overall, results indicate that daily breathing exercises and various exercises improve respiratory functions and capacities.

Keywords: Respiratory Functions, Student of University.

SB711

KADIN SPORCULARDA HIZLI KİLO DÜŞMENİN MİNERAL SEVİYELERİNE ETKİSİ

[1]Yakup Kılıç, [2]Mücahit Sarıkaya, [1]Ragıp Pala, [1]Vedat Çınar

[1]Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Elazığ
[2]Van Yüzüncüyıl Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu

Email : *yakupkilic@firat.edu.tr, , ,*

Amaç: Araştırmada müsabaka öncesi kadın sporcularda hızlı kilo düşmenin bazı mineral seviyelerini etkisini belirlemektir. Yöntem: Araştırmaya 10 kadın boksör gönüllü olarak katılmıştır. Sporculara yoğun bir egzersiz ve diyet programı uygulanmıştır. Diyet ve egzersiz programı başlamadan önce ve program sonunda olmak üzere sporculardan dinlenik durumda iki defa kan örnekleri alınmıştır. Alınan kan örneklerinde sodyum, potasyum, klor, kalsiyum, demir, magnezyum ve fosfor seviyeleri tespit edilmiştir. Verilerin analizinde SPSS 22 paket program kullanılmıştır. Araştırma grubunun ön-son test verilerinin karşılaştırılması için Paired Samples t testinden faydalanılmıştır. Bulgular: Analiz sonucunda araştırma grubunun sodyum, potasyum, klor, magnezyum seviyelerinde farklılıklar görülmezken ($p>0,05$), kalsiyum, demir ve fosfor seviyelerinde anlamlı farklılıkların oluştuğu belirlenmiştir ($p<0,05$). Sonuç: Sonuç olarak müsabaka öncesi uygulanan yoğun diyet ve egzersiz programlarının bazı mineral seviyelerini üzerinde değişiklikler oluşturduğu tespit edilmiştir. Bu sebeple müsabık sporcularda uygulanacak diyet ve egzersiz programının performansı etkileyebileceği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Boksör, Mineral, Egzersiz, Kilo Düşme

THE EFFECT OF FAST WEIGHT LOSS ON MINERAL LEVELS IN FEMALE SPORTSMEN

Purpose: In the study, it is aimed to determine the effect of fast weight loss on some mineral levels in female athletes before the competition period. Method: Ten female boxers participated to the study voluntarily. Athletes have an intensive exercise and diet program. Blood samples were taken twice from the rest of the athletes before and after the diet and exercise program. Sodium, potassium, chlorine, calcium, iron, magnesium and phosphorus levels were determined in the blood samples taken from the sportsmen. In the analysis of the data, SPSS 22 package program was used. The Paired Samples t test was used to compare the pre-post test data of the study group. Results: As a result of the analysis, there were no differences in sodium, potassium, chlorine, magnesium levels of the study group ($p>0,05$), there wew significant differences in calcium, iron and phosphor levels. Conclusion: As a result, it has been determined that pre-competition intensive diet and exercise programs have altered some mineral levels. For this reason, it can be said that the diet and exercise program to be applied to the sportsmen may affect the performance.

Key words: Boxer, Mineral, Exercise, Weight Loss

SB712

KADIN SPORCULARDA HIZLI KİLO KAYBI TİROİD HORMON METABOLİZMASINI ETKİLER Mİ?

[1]Vedat Çınar, [1]Yakup Kılıç, [1]Ragıp Pala

[1]Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Elazığ

Email : *, ,*

Amaç: Çalışmada müsabaka öncesi uygulanan egzersiz ve diyet programının tiroid hormon metabolizması üzerinde yaratacağı etkilerin belirlenmesi amaçlanmıştır. Yöntem: Araştırma grubunu 10 kadın sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Sporculara yoğun bir egzersiz ve diyet programı uygulanmıştır. Diyet ve egzersiz programı başlamadan önce ve program sonunda olmak üzere sporculardan dinlenik durumda iki defa kan örnekleri alınmıştır. Alınan kan örneklerinde T3, T4 ve TSH seviyeleri tespit edilmiştir. Elde edilen verilerin analizinde SPSS 22 paket program kullanılmıştır. Katılımcıların ön-son test verilerinin karşılaştırılması için Paired Samples t testi kullanılmıştır. Bulgular: Elde edilen verilere göre, T3, T4 ve TSH değerlerinde anlamlı farklılıkların oluştuğu tespit edilmiştir ($p<0,05$). Sonuç: Sonuç olarak kadın sporculara uygulanan yoğun diyet ve egzersiz programının tiroid hormon metabolizması üzerinde farklılıklar yarattığı belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Tiroid, Hormon, Egzersiz

ARE FAST WEIGHT LOSS AFFECTING THE THYROID HORMONE METABOLISM IN FEMALE ATHLETES?

Purpose: The purpose of this study is to determine the effects of the exercise and diet program on the thyroid hormone metabolism before the competition period. Method: 10 female athletes participated in the research group voluntarily. Athletes have an intensive exercise and diet program. Blood samples were taken twice from the rest of the athletes before the diet and exercise program was started and at the end of the program. T3, T4 and TSH levels were determined in the blood samples taken. SPSS 22 package program was used in the analysis of the obtained data. Paired Samples t test was used to compare the pre and post test data of the participants. Results: Significant differences were found in T3, T4 and TSH values according to the obtained data ($p<0,05$). Conclusion: As a result, it has been determined that intensive diet and exercise program applied to female athletes cause differences on thyroid hormone metabolism.

SB713

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN UYUŞTURUCU MADDE KULLANMA NEDENLERİNİN BELİRLENMESİ

[1]Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, BESYO

Email :

AMAÇ: Bu çalışmanın amacı üniversite öğrencilerinin uyuşturucu madde kullanma nedenlerini incelemektir. YÖNTEM: Araştırma grubunu 2017-2018 eğitim öğretim yılı Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama araçları olarak Uyuşturucu Bağımlılığına Yönelik Tutum Ölçeği kullanılmıştır. Öğrencilerin uyuşturucu madde kullanma nedenlerinin analizinde yüzde ve frekans dağılımı kullanılmıştır. BULGULAR: Araştırmaya katılan 2698 öğrenciden 820 tanesinin uyuşturucu madde kullandığı belirlenmiştir. Öğrencilerin uyuşturucu kullanma nedenlerinin 129'u eğlenmek, 113'ü uyuyabilmek, 153'ü merak, 129'u can sıkıntısı, 144'ü rahatlamak, 152'si arkadaş ortamı olarak tespit edilmiştir. SONUÇ: Sonuç olarak, üniversite öğrencilerinin uyuşturucu madde kullanma oranlarının yüksek olduğu belirlenirken, öğrencilerin en çok merak etme ve arkadaş edinme amaçlı uyuşturucu madde kullandıkları belirlenmiştir. Anahtar kelimeler: Üniversite öğrencileri, uyuşturucu madde

UNIVERSITY STUDENTS DETERMINATION CAUSE OF THE USE DRUG

AİM: The aim of this study is to examine the reasons why university students use drugs. METHOD:The working group of the study be formed Niğde Ömer Halisdemir University students from 2017-2018 academic year. The Drug Addiction Attitude Scale was used as data collection tools in the study. Percentage and frequency dispersion were used in analyzing the reasons of students' use of drugs. RESULTS: Of the 2,698 students who participated in the survey, 820 were identified as using drugs. The reasons for drug use of the students were found 129 to fun, 113 to sleep, 153 to wonder, 129 to boredom, 144 to relax, 152 friend environment. CONCLUSIONS:As a result, while university students are determined to have high rates of drug use, it can be said that use drug substances to make them more wonder and to make friends. Key words; University students, drug substance

SB736

TİP 1 DİYABETLİ ÇOCUKLARIN FİZİKSEL AKTİVİTELERE KATILIMININ İNCELENMESİ: EBEVEYN GÖRÜŞLERİ

[2]Tamer Civil, [1]Gökmen Özen, [3]Nevin Gündüz, [3]Gülfem Ersöz

[1]Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ÇANAKKALE
[2]Karedeniz Teknik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, TRABZON
[3]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

Email : *tamer_civil@hotmail.com, gokmenozen44@gmail.com, ngunduz@ankara.edu.tr, gersoz@ankara.edu.tr,*

Amaç:Bu çalışmada tip 1 diyabetli çocukların fiziksel aktivite ve sportif etkinliklere katılım durumlarının incelenmesi amaçlanmıştır. Yöntem:Araştırmada nicel çalışma deseni kapsamında tarama yöntemi olan web tabanlı anket formu kullanılmıştır. Anket formu sosyal medyadaki tip 1 diyabet gruplarına üye ebeveynlere ulaştırıldı. Çalışmaya 4-9 yaş aralığında tip 1 diyabetli 153 (erkek= 87, kız =65) çocuk hakkında veri toplandı. Elde edilen veriler frekans ve yüzde olarak sunuldu. Kategorik değişkenler Ki Kare testiyle analiz edildi. Anlamlılık düzeyi $p < .05$ olarak kabul edildi. Bulgular:Araştırma verilerinin Ki Kare analiz sonuçlarına göre tip 1 diyabetli çocuklara yaş ile spor faaliyetlerine katılım arasında anlamlı bir ilişki olduğu tespit edildi [$X2$ (2, n=153)=21.745, p=0.0002]. Analiz sonuçlarına göre 8-9 yaş grubu tip 1 diyabetli çocukların spor faaliyetlerine katılımlarının (n=21, %43) anlamlı düzeyde 4-5 yaş (n= 5, %11) ve 6-7 yaş (n= 6, %10) grubuna göre daha yüksek olduğu belirlendi ($p < .05$). Cinsiyet, HbA1c, fiziksel etkinliklere katılım ve yaş grupları arasında yapılan ki kare testi sonuçları bu verilerin birbirleri ile herhangi bir anlamlı ilişkisi olmadığı saptandı ($p > .05$). Sonuç: Çocukların büyük çoğunluğunun oyun formunda fiziksel aktivitelere katılım gösterdiği ancak antrenör eşliğinde bir spor dalına özgü programlı antrenman yapan çocukların sayısı oldukça sınırlıdır. Ebeveynlerin tip 1 diyabetin iyi yönetilerek gelecek yıllarda oluşabilecek komplikasyonların geciktirilmesinde düzenli egzersizlerin faydalarını önemsemelerine rağmen çocuklarının sportif etkinliklere katılım oranın düşük olduğu ortaya çıkmıştır. Diyabetin yönetilmesi açısından zamanı ve süresi bilinmeyen oyunların yerine bir antrenör gözetiminde planlı yapılan egzersizlerin tercih edilmesi insülin, beslenme ve egzersiz arasındaki dengenin daha iyi sağlanması bakımından önem taşımaktadır. Bu bakımdan tip 1 diyabetli çocukların spora katılımlarını artıracak bilgilendirme ve yönlendirme faaliyetlerine ihtiyaç vardır. Anahtar Kelimeler: Çocuk, Diyabet, Ebeveyn, Fiziksel Aktivite, Spor

AN EXAMINATION OF PARTICIPATION IN PHYSICAL ACTIVITY AMONG CHILDREN WITH TYPE 1 DIABETES: PARENTS' PERSPECTIVE

An examination of participation in physical activity among children with type 1 diabetes: Parents' perspective Purpose: The aim of this study is to examine the status of participate in physical activities and sports in children with type 1 diabetes. Method:A web-based questionnaire, which is a survey method, was used in this research. The questionnaire was distributed to members of type 1 diabetes groups in social media. 153 (boy=87, girl=65) children with type 1 diabetes and aged between 4-9 years were included in this study. The obtained data were presented as frequency and percentage. Categorical variables were analyzed by Chi-square test. Significance level was accepted as $p <.05$. Results:The results of Chi-square test revealed that there was a significant relationship between age and participation in sport activities for children with type 1 diabetes [$X2$ (2,n=153)=21.745, p=0.0002]. The participation rate of 8-9 age group children with type 1 diabetes (n=21, 43%) in sport activities was significantly higher than 4-5 years (n= 5, 11%) and 6-7 years group (n= 6, 10%). However, there was no significant relationship between gender, HbA1c, participating of physical activities and age groups ($p> .05$). Conclusion:Most of the children were found to be engaged with children's games in terms of ages. However, the number of children trained in a sport-specific program with a coach is quite limited. In terms of diabetes management, the choice of exercises that are planned in the presence of a coach instead of a game of unknown timing and time is important for better balance between insulin, nutrition and exercise. As a result, well managed type 1 diabetes has delayed the complications that may arise in the coming years. In this regard, information and guidance activities are needed for children with type 1 diabetes to increase their participation in sports.

SB745

ORTAOKULDA ÖĞRENİM GÖREN ÖĞRENCİLERİN FARKLI SÜRELERDEKİ BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ETKİNLİKLERİNİN SAĞLIKLA İLGİLİ FİZİKSEL UYGUNLUK KRİTERLERİ ÜZERİNE ETKİSİ

***[1]Umut Yılmaz*, [1]Ebru Çetin**

[1]Gazi Üniversitesi

Email : *umutylmz030@gmail.com, cetinebruu@gmail.com*

Bu çalışmanın amacı, ortaokulda öğrenim gören öğrencilerin müfredata göre farklı sürelerde uygulanan beden eğitimi ve spor etkinliklerinin sağlıkla ilgili fiziksel uygunluk kriterleri üzerine etkisinin araştırılmasıdır. Çalışmaya yaş ortalamaları 12.02±0.05 olan haftada 2 saat (42 kız çocuk, 38 erkek çocuk), 4 saat (53 kız çocuk, 76 erkek çocuk) ve 6 saat (24 kız çocuk, 29 erkek çocuk) beden eğitimi ve spor etkinliği yapan toplam 262 çocuk gönüllü olarak katılmıştır. Araştırma yarım eğitim – öğretim dönemini (18 hafta) kapsamaktadır. Çocukların boy uzunluğu, vücut ağırlığı, beden kitle indeksi (BKI), vücut yağ oranı ve yağsız vücut kitlesi ölçüldü. Motorik performans tespitinde, 30 sn mekik, 30 sn şınav, esneklik, durarak uzun atlama, sağ-sol kavrama kuvveti, kol kuvveti, statik denge, t-çeviklik, 30 m sürat ve 20 m mekik koşusu yapılmıştır. Tüm testler ön test ve son test şeklinde 18 haftalık periyotta uygulandı. Veriler istatiksel olarak SPSS 23 programında değerlendirilerek, Grup içi ön test ve son testler arasında farklılık olup olmadığını tespit etmek için Paried Samples T test uygulandı. Gruplar arasındaki ilişkinin tespitinde Tek yönlü ANOVA-TUKEY testi uygulandı ve anlamlılık düzeyi 0.05 olarak seçildi. Sonuç olarak okullarda uygulanan beden eğitimi ve spor etkinliklerinin süresi uzadıkça hem sağlıkla ilişkili fiziksel uygunluğun hem de motor beceri gelişiminin çok daha olumlu etkilendiğini söyleyebiliriz. Anahtar Kelimeler : Beden eğitimi, çocuk, fiziksel aktivite, fiziksel uygunluk, sağlık, spor.

THE EFFECT OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS ACTIVITIES OF SECONDARY SCHOOL STUDENTS IN DIFFERENT DURATIONS OF HEALTH-RELATED PHYSICAL FITNESS CRITERIA

The aim of this study is to examine the effect of physical fitness on health-related criteria of physical education and sports activities lessens in different durations according to the curriculum of the students in secondary school. The study included 262 children with an average age of 12.02±0.05 who had 2 hours (42 girls, 38 boys), 4 hours (53 girls, 76 boys) and 6 hours (24 girls, 29 boys) per week of physical education and sports activities. The research covers half – term (18 weeks). In the study, height, body weight, body mass index (BMI), body fat ratio and lean body mass were measured in children. To detect motor performance, 30 sec shuttles, 30 sec push-ups, flexibility, standing long jump, right-left clutch force, arm force, static balance, t-agility, 30m speed and 20m shuttle runs were performed. All the tests were performed as the pre-test and the final test in a period of 18 weeks. The data were statistically analyzed in SPSS 23 program and Paried Samples T test was applied to determine whether there was a difference between the intra-group pre-test and the final tests. A one-way ANOVA-TUKEY test was used to determine the relationship between the groups and the significance level was selected as 0.05 In conclusion, we can state that both physical fitness on health related and motor skills development are more positively affected when physical education and sport activities applied to schools are prolonged.

Key Words : Children, health, physical education, physical activity, physical fitness, sports.

SB751

İLKÖĞRETİM ÇAĞINDAKİ ÇOCUKLARDA 8 HAFTALIK EGZERSİZ PROGRAMININ VÜCUT POSTÜRÜ ÜZERİNDEKİ ETKİSİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

***[1]Ayşe Eda Kınacı*, [2]Ayşe Eda Kınacı, [2]Cengiz Arslan**

[1]FIRAT ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ, ELAZIĞ
[2]Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ELAZIĞ

***Email :** kinaciayseeda@gmail.com, kinaciayseeda@gmail.com, carslan23@gmail.com*

Çağımızda teknolojinin ilerlemesiyle hareketsizlik artmakta ve onun erken dönemde getirdiği rahatsızlıklardan olan postür bozukluklarının giderek yaygınlaştığı bilinmektedir. Bu çalışmada postür egzersizlerinin ilköğretim çağındaki çocukların vücut postürü üzerindeki etkisini değerlenmek amacıyla yapılmıştır. Çalışma grubunu Malatya il merkezindeki ilk ve ortaokul düzeyinde, 9-13 yaş aralığında rastgele seçilen 461 öğrenci oluşturmaktadır. Seçilen öğrencilere 8 hafta boyunca vücut postürünü destekleyici haftada bir kez, 45 dakikalık egzersiz programı uygulanmıştır. Öğrencilerden egzersiz öncesi ve 8 hafta sonrasında skolyometreyle postür ölçümü alınmıştır. İstatistiki analizler SPSS programında değerlendirilmiştir. Ölçümler normal dağılım göstermediğinden değişkenler ve ortalamalar arası ilişki için non parametrik testlerden mann- whitney testi ile ön test-son test postür eğrilik dereceleri karşılaştırılması için wilcoxon testi uygulanmıştır ve anlamlılık düzeyi $p< 0.05$ olarak değerlendirilmiştir. Sekiz haftalık egzersiz uygulaması öncesi ve sonunda öğrencilerin postür eğrilik derecelerinde anlamlı bir farklılık tespit edilmiş ve bu eğrilik derecesinde % 72.2 oranında azalma meydana geldiği gözlenmiştir ($p<0.001$). Bulgularımıza göre öğrencilerin ön test-son test postür eğrilik dereceleri ölçümleri ile yaş, cinsiyet, ayakkabı numarası değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur ($p<0.001$), beden kitle indeksi açısından ise sadece 1.derece obez öğrencilerde anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır ($p>0.05$). Sonuç olarak postür destekleyici egzersizlerin omurganın sagital planda sağa ve sola eğrilik derecesine yüksek düzeyde olumlu etki ettiği kanaatine varılmıştır. Bu çalışma ile ilköğretim çağındaki çocuklarda haftada bir defa uygulanan beden eğitimi derslerinde postür egzersizlerine yer verilerek ilerde oluşabilecek duruş bozukluklarını büyük oranda önlenebileceği kanısına varılmıştır. Anahtar Sözcükler: Öğrenci, Postür, Egzersiz, Skolyometre

8 WEEKS IN CHILDREN FOR THE PRIMARY SCHOOL ON THE BODY POSTURE OF THE EXERCISE PROGRAM EVALUATION OF EFFECTIVENESS

In our age, the inactivity increases with the progress of the technology, and it is known that the posture disorders, which are caused by the early illnesses, are getting widespread. The purpose of this study was to evaluate the effects of posture exercises on body posture in primary school children. The study group consisted of 461 randomly selected students at the primary and secondary school level in the Malatya province center, aged 9-13 years. Selected students were given a 45-minute workout program once a week to support body posture for 8 weeks. Postural measurements were taken from the students before and 8 weeks after exercise by scoliometer. Statistical analyzes were evaluated in the SPSS program. Since the measurements did not show a normal distribution, the Wilcoxon test was used to compare the mann-whitney test with the non-parametric test and the pre-test post-test curves for the relationship between the variables and the averages. A significant difference was found in the postural curvature scores of the students before and after exercise for eight weeks and it was observed that there was a decrease of 72.2% in the degree of this curvature ($p <0.001$). According to our findings, there was a significant correlation between the pre-test and post-test postural curvature ratings of the students and age, gender, and shoe number variables ($p <0.001$) and body mass index were not significantly different between obese students only ($p> 0.05$). As a result, it was concluded that postural supporting exercises have a high positive effect on the degree of curvature of the left and right sagittal plane of the spine. With this study, it was concluded that posture exercises were included in the physical education lessons which are applied once a week in primary school children, so that posture disorders that may occur in the future can be avoided.

SB756

Çocuklarda 8 Haftalık Fiziksel Aktivitenin Bazı Fiziksel Parametreler Üzerine Etkisi

[1]İzzet Uçan, [2]Yusuf Dumlu, [3]Yunus Emre Çingöz, [4]Mehmet Dalkılıç

[1]Bayburt Üniversitesi
[2]Erzincan Üniversitesi
[3]Gazi Üniversitesi
[4]Kilis 7 Aralık Üniversitesi

Email : *izzetucan@gmail.combtatlisu, yusufdumlu@gmail.com, yunuscingoz25@gmail.com,*

Bu çalışmanın amacı; 7-12 yaş arası çocuklarda 8 haftalık fiziksel aktivitenin bazı fiziksel parametreler üzerine etkisi incelenmiştir. Çalışmaya 8 haftalık bir yaz spor kampında haftanın beş günü birer saat parkur oyunları, cimnastik, ata binme, bowling, kort tenisi, masa tenisi, voleybol, slackline, doğa yürüyüşleri, basketbol, futbol, golf, okçuluk, çim hokeyi, hemsball, yoga, pilates eğitimi verilen 23 erkek 16 kadın olmak üzere toplam 39 kişi katılmıştır. Çalışmaya katılan çocuklardan ön ve son test olarak vücut ağırlığı, denge, 30 metre şınav testi, 30 metre mekik testi, esneklik, sol ve sağ el kavrama, durarak uzun atlama testleri uygulanmıştır. Araştırmada elde edilen veriler bilgisayar ortamında "SPSS 20.0" paket programında değerlendirilmiştir. Verilerin istatiksel analizinde ön ve son testlerin arasındaki farklılığı bulmak için paired samples T testi uygulanmıştır. İstatistiksel işlemlerin yorumlanmasında anlamlılık düzeyi için p=0.05 kabul edilmiştir. 8 haftalık egzersiz programı sonrasında boy, vücut ağırlığı, 30 saniye şınav, 30 saniye mekik, sağ el kavrama, sol el kavrama, durarak uzun atlama değerlerinde (p>0,05) anlamlı farklılık bulunmamıştır. Denge ve esneklik değerlerinde (p<0,05) anlamlı farklılık görülmüştür. Araştırmanın tüm sonuçları değerlendirildiğinde, çocukların yaş ile birlikte fiziksel parametre değerlerinde olumlu artış tespit edilmiştir. Çocukların yapmış olduğu düzenli fiziksel aktivite denge ve esneklik değerlerini anlamlı düzeyde geliştirdiği görülmektedir.

Anahtar kelimeler: Fiziksel aktivite, Spor, Çocuk

THE EFFECT OF 8-WEEK PHYSICAL ACTIVITY ON SOME PHYSICAL PARAMETERS İN CHILDREN

The purpose of this study is; The effect of 8-week physical activity on some physical parameters was examined in children aged 7-12 years. In an 8-week summer sports camp, there are a few hours a week five hours a week, sports games, gymnastics, horse riding, bowling, court tennis, table tennis, volleyball, slackline, nature walks, basketball, football, golf, archery, grass hockey, A total of 39 people, 23 male and 16 female, who were trained in pilates, participated. Body weight, balance, 30-meter push-up test, 30-meter shuttle test, flexibility, left and right hand grip, long jump tests were applied as preliminary and final tests from participating children. The data obtained in the research were evaluated in the "SPSS 20.0" package program in computer environment. In statistical analysis of the data, paired samples T test was applied to find the difference between pre- and post-tests. Statistical significance was interpreted as p = 0.05. There was no significant difference in height, body weight, 30 seconds pushup, 30 seconds shuttle, right hand grip, left hand grip, standing long jump values (p> 0.05) after 8 weeks of exercise program. There was a significant difference in balance and flexibility values (p <0.05). When all the results of the study were evaluated, a positive increase in the physical parameter values with age of the children was determined. It has been observed that the children have significantly improved their regular physical activity balance and flexibility values.

Key words: Physical activity, Sports, Child

SB804

GEBELİK DÖNEMİNDE FİZİKSEL AKTİVİTE DÜZEYİNİN CİNSEL İŞLEV BOZUKLUĞU ÜZERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

***[1]Gülbala Nakip*, [1]Türkan Akbayrak**

[1]Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, ANKARA

Email : *gulbalanakip@hacettepe.edu.tr, takbayrak@yahoo.com*

Giriş ve Amaç: Gebelik, kadınların cinsel yaşamını etkileyen anatomik, fizyolojik ve emosyonel değişikliklerin oluştuğu karmaşık bir dönemdir ve gebelerde cinsel işlev bozukluğu sıklığının %43.1 ile %68.8 arasında değiştiği görülmektedir. Düzenli fiziksel aktivitenin stres yönetimi, psikolojik iyileşme ve artan vücut imajı ile dolaylı olarak cinsel fonksiyonu geliştirdiği bilinmektedir. Bu çalışma, gebelikte fiziksel aktivite düzeyinin cinsel işlev bozukluğu üzerine etkisini belirlemek amacıyla planlanmıştır. Yöntem: Bu çalışmaya, fiziksel aktivite ve cinsel aktiviteyi etkileyebilecek tıbbi ve obstetrik komplikasyonu olmayan 139 gebe dahil edildi. Olguların cinsel işlev düzeyini belirlemek için Kadın Cinsel İşlev Ölçeği (KCİÖ), fiziksel aktivite düzeyi için ise Gebelikte Fiziksel Aktivite Anketi (GFAA) kullanıldı. Cinsel disfonksiyonu tanımlayabilmek için KCİÖ cut-off değeri 24.5 olarak belirlendi. Cinsel disfonksiyonu olan ve olmayan gebeler arasında GFAA toplam ve alt boyut puanları karşılaştırmak için Mann-Whitney U testi, fiziksel aktivite düzeyi ve cinsel fonksiyon arasındaki ilişkinin incelenmesi için Spearman Korelasyon Analizi kullanıldı. Bulgular: 139 gebenin yaş ortalaması 29,50 ± 4,80 yıl, vücut kütle indeksi ortalaması 26,95±3,56 kg/m2 idi. Olguların ortalama gestasyonel yaşı 27,01±6,21 hafta idi. Yapılan analiz sonucunda cinsel disfonksiyon varlığına göre GFAA hafif, orta ve şiddetli fiziksel aktivite düzeyi, iş-meslek aktivitesi ve spor-egzersiz aktivitesi alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunup (p<0,05) cinsel disfonksiyonu olmayan gebelerde KCİÖ toplam puanın hafif (r=0,348), orta (r=0,263), şiddetli (r=0,203) fiziksel aktivite düzeyi, iş-meslek aktivitesi (r=0,452) ve spor-egzersiz aktivitesi (r=0,581) alt boyutu puanları ile arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı (p<0,05) korelasyon olduğu ve cinsel disfonksiyonu olan kadınlara göre daha yüksek olduğu görüldü. Sonuç: Çalışmamızın sonuçları, gebelik döneminde cinsel disfonksiyonu olmayan gebelerde GFAA hafif, orta ve şiddetli fiziksel aktivite düzeyi, iş-meslek aktivitesi ve spor-egzersiz aktivitesi alt boyutları puanlarının daha yüksek olduğunu göstermiştir. Bundan dolayı gebeler, cinsel aktivite ve sağlık durumunu iyileştirmek için gebelik sırasında fiziksel aktivite düzeylerini arttırmaya teşvik edilmelidir.

THE EFFECTS OF PHYSICAL ACTIVITY LEVEL ON SEXUAL DYSFUNCTION IN PREGNANCY

Introduction: Pregnancy is a complicated period, with anatomical, physiological and emotional changes that influence women's sexual life. Sexual dysfunction is observed in 43.1% to 68.8% women in pregnancy. It is known that regular physical activity improves sexual function indirectly by improving stress management and psychological healing and body image positively. The aim of this study was to determine the effects of physical activity level on sexual dysfunction among pregnancy. Methods: 139 pregnant women without any medical or obstetric complications for physical and sexual activity were included in this study. The level of sexual activity was assessed by using Female Sexual Function Index (FSFI). Pregnancy Physical Activity Questionnaire (PPAQ) was used to determine physical activity level. To define the sexual dysfunction, a cut-off for the total FSFI score was determined 24.5. Mann-Whitney U test was used to compare PPAQ total and subscale scores between women with and without sexual dysfunction. Spearman Correlation Analysis was used to examine the relationship between physical activity level and sexual function. Results: The mean ages of the cases were 29.50 ± 4.80 years. The mean body mass index of the cases were 26.95±3.56 kg/m2 and the mean gestational age was 27.01±6.21 weeks. According to the presence of sexual dysfunction, there was a statistically significant difference between the mild, moderate and vigorous activities, occupational and sports-exercise activities (p<0.05). There was statistically significant correlation (p<0.05) between FSFI total score and light (r=0.348), moderate (r=0.263), and vigorous activities (r=0.203), occupational activity (r=0.452) and sports-exercise activity (r=0.581) subscale scores in pregnant women without sexual dysfunction and higher than women with sexual dysfunction. Conclusion: Our study showed that pregnant women without sexual dysfunction have light, moderate and vigorous activities, occupational activity and sports-exercise activity subscale scores higher. Therefore, pregnant women should be encouraged to increase their physical activity level during pregnancy to improve sexual activity.

SB805

NORMAL KİLOLU VE AŞIRI KİLOLU/OBEZ GEBELERDE FİZİKSEL AKTİVİTE DÜZEYİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

***[1]Esra Üzelpasacı*, [1]Semra Topuz, [1]Türkan Akbayrak**

[1]Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi Ve Rehabilitasyon Bölümü, ANKARA.

***Email :** uzelpasaciesra@gmail.com, fztsemra@yahoo.com, takbayrak@yahoo.com*

Giriş ve amaç: Gebelik sırasında yapılan düzenli fiziksel aktivitenin maternal ve fetal pekçok olumlu etkisi vardır. Fakat fiziksel aktivite düzeyi gebeden gebeye değişir ve gebelerin çoğunluğu sedanter yaşam tarzını benimsemektedirler. Gebelik sırasında normal kilolu ya da aşırı kilolu/obez olmanın fiziksel aktivite düzeyine olan etkileri ile ilgili çalışmalar limitlidir. Bu çalışmanın amacı, normal ve aşırı kilolu gebelerde fiziksel aktivite düzeyinin belirlenmesi ve karşılaştırılmasıydı.

Yöntem: Obstetrik ve medikal komplikasyonu olmayan toplam 149 gebe çalışmaya dahil edildi. Olguların sosyodemografik ve obstetrik karakteristikleri standart bir anket ile değerlendirildi. Gebelerin boy, kilo ve vücut kütle indeksleri (VKİ) kaydedildi. Gebeler, normal kilolu (VKİ 18-24.9 kg/m2) ve aşırı kilolu/obez (VKİ ≥25 kg/m2) olarak iki gruba ayrıldı. Fiziksel aktivite seviyesi, Gebelik Fiziksel Aktivite Anketi (GFAA) ile belirlendi. GFAA, katılımcılara ev işleri/bakıcılık, mesleki, spor/egzersiz, ulaşımı içeren 32 aktivitede harcadıkları zamanı sormaktadır. Bağımsız örneklem t testi, bağımsız iki grup arasında fiziksel aktivite düzeyi bakımından fark olup olmadığını belirlemek için kullanıldı.

Bulgular: 66 gebe (ortalama yaş: 28.16±3.90 yıl, ortalama VKİ: 21.43± 1.38 kg/m2, ortalama gebelik haftası: 22.85±8.63 hafta) normal kilolu iken, 83 gebe (ortalama yaş: 30.13±6.61 yıl, ortalama VKİ: 29.53± 3.13 kg/m2, ortalama gebelik haftası: 23.34± 7.14 hafta) aşırı kilolu/obez idi. GFAA'nın orta şiddetli aktivite skoru, aşırı kilolu/obez gebelerde (7.02±3.20 MET–saat.hafta-1), normal kilolu gebelerden (13.98± 4.48 MET–saat.hafta-1) önemli derecede daha düşük bulundu ($p<0.05$). Diğer aktivite (hafif, şiddetli...) skorları iki grup arasında benzerdi ($p> 0.05$).

Sonuç: Gebelik sırasında aşırı kilo alımı, orta şiddetli fiziksel aktivitelerin sürdürülmesiyle engellenebilir. Bu yüzden özellikle aşırı kilolu/obez gebeler, fiziksel aktivite seviyesini artırmaları ve düzenli egzersiz programlarına katılım konusunda cesaretlendirilmelidirler.

THE COMPARISON OF PHYSICAL ACTIVITY LEVEL IN NORMAL WEIGHT AND OVERWEIGHT/OBESE PREGNANT WOMEN

Introduction and aim: Regular physical activity during pregnancy has many positive effects on maternal and fetal. However, physical activity level varies from pregnant to pregnant and most of pregnant women adopt the sedentary lifestyle. Studies about the effects of being normal weight or overweight/obese on physical activity level during pregnancy are limited. Therefore, the objective of this study was to determine and compare the physical activity level of normal weight and overweight/obese pregnant women.

Method: A total of 149 pregnant women without obstetric and medical complications were included in this study. Sociodemographic and obstetric characteristics of the participants were assessed with a standart questionnaire. Weight, height and body mass index (BMI) of pregnant women were recorded. Pregnant women were divided into two groups as normal weight (BMI: 18-24.9 kg/m2) and overweight/obese (BMI≥25 kg/m2). The level of physical activity was assessed with the Pregnancy Physical Activity Questionnaire (PPAQ). The PPAQ asks respondents to report the time spent participating in 32 activities including household/caregiving, occupational, sports/exercise, transportation. Independent samples t test was used to determine whether there was a difference in physical activity level between two independent groups.

Results: 66 pregnant women (mean age: 28.16±3.90 years, mean BMI: 21.43± 1.38 kg/m2, mean gestational week: 22.85±8.63 week) were normal weight but 83 pregnant women (mean age: 30.13±6.61 years, mean BMI: 29.53± 3.13 kg/m2, mean gestational week: 23.34± 7.14 week) were overweight/obese. Moderate activity score of PPAQ was significantly lower in the overweight/obese pregnant women (mean: 7.02±3.20 MET–h.week-1) than in those normal weight (mean: 13.98± 4.48 MET–h.week-1 ($p<0.05$).Other activity (light, vigorous…) scores were similar between groups ($p> 0.05$).

Conslusion: Excessive weight gain during pregnancy can be prevented by maintaining moderate physical activities. Therefore, especially overweight/obese pregnants should be encouraged to increase physical activity level and participate in regular exercise programs.

SB815

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN GÜNLÜK YAŞAM ALIŞKANLIKLARININ FİZİKSEL AKTİVİTE DÜZEYİNE ETKİSİ

***[1]Aytekin Hamdi Başkan*, [1]Asiye Hande Başkan, [1]Şevki Kolukısa, [1]Kürşad Han Dönmez, [2]Mehmet Furkan Şahin**

[1]Giresun Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, GİRESUN
[2]Muş Alparslan Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu, MUŞ

***Email :** aytekinbaskan@gmail.com, uludaghande@gmail.com, sevki.kolukisa@giresun.edu.tr, kursadhan.donmez@giresun.edu.tr, furkansahin0110@gmail.com*

Bu araştırmanın amacı üniversite öğrencilerinin günlük yaşam alışkanlıklarının fiziksel aktivite düzeyine etkisini incelemektir. Araştırmanın örneklemini Ankara Gazi üniversitesi Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinden 275 kişi oluşturmuştur. Çalışmaya katılan öğrencilerin yaş ortalaması 20,57±1,93, boy ortalaması 175,55±12,41 ve vücut ağırlığı ortalaması 71,05±11,22 olarak tespit edilmiştir. Deneklerin fiziksel aktivite düzeyleri hafta içi 2 ve hafta sonu 1 gün olmak üzere toplam 3 gün pedometre cihazı ile izlenmiştir. Günlük yaşam alışkanlıklarını belirlemek amacıyla araştırmacı tarafından oluşturulan anket formu kullanılmıştır. Araştırma da <5000 adım altı "çok zayıf", 5001-7500 adım arası "zayıf", 7501-1000 adım arası "normal", 10001-12500 adım arası "iyi" ve >12500 adım "çok iyi" olarak değerlendirilmiştir. Araştırmanın bulgularına göre; deneklerin fiziksel aktivite düzeyleri 9645,12±3128,51 olarak tespit edilmiştir. Deneklerin düzensiz beslenme alışkanlıkları, fiziksel aktivite durumları, gün içerisindeki aktiviteleri ve sürekli olarak yaptıkları spor branşları arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır(p>0,05). Günlük televizyon ve bilgisayar başında geçirdikleri zaman, telefon kullanma süresi, okula ulaşım şekli ve yaptıkları fiziksel aktivitenin şiddetinde fiziksel aktivite düzeyine göre p<0,05 düzeyinde anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Sonuç olarak; gençlik çağında dengesiz beslenme ve günlük televizyon ve bilgisayar başında geçirilen zamanın fazlalığı, telefon kullanımındaki artan bağımlılık fiziksel aktivite düzeyini olumsuz yönde etkilediği düşünülmektedir. Hareketsiz yaşam ve dengesiz beslenme tarzını yaşam biçimi haline getirmiş bireylerin fiziksel aktivite düzeylerinin "kötü ve orta düzeyde" olduğu söylenebilir.

THE EFFECTS OF DAILY LIFE HABITS OF UNIVERSITY STUDENTS ON THE LEVEL OF PHYSICAL ACTIVITY

The purpose of this study is to examine the effect of daily life habits of university students on the level of physical activity. The sample of theresearch consisted of 275 students from Ankara Gazi University Sports Science faculty. The average age of the participants was 20,57 ± 1,93, the mean height was 175,55 ± 12,41 and the body weight average was 71,05 ± 11,22. The physical activity levels of the subjects were monitored by a pedometer for a total of 3 days, 2 on weekends and 1 day on weekdays. A questionnaire formed by the researcher was used to determine the daily life habits. In the research, <5000 steps were considered "very weak", between 5001-7500 steps were considered "weak", between 7501-1000 steps were considered "normal", between 10001-12500 steps were considered "good" and> 12500 steps were considered "very good". According to the findings of the research; The physical activity levels of the subjects were determined as 9645,12 ± 3128,51. There was no significant difference found in the subjects' irregular eating habits, physical activity status, daytime activities and the sports branches they constantly performed in(P> 0.05). Significant differences were found at p <0.05 in the time they spent their time in front of the television and computer, the time they are on their phone, the means of transportation they use to get to the school, and in the severity of the physical activity they perform, according to the physical activity level. In conclusion; unbalanced nutrition at a young age, spending too much time daily on television and computer, as well as the increase in the addiction to use the phone are thought to affect the physical activity level negatively. It can be said that the physical activity levels of individuals who have made the sedentary

SB824

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE FİZİKSEL AKTİVİTENİN UYKU KALİTESİ İLE İLİŞKİSİ

***[1]Gülsüm Tanır*, [1]Kürşat Karacabey, [1]Halil Tanır**

[1]Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, AYDIN

***Email :** glsmkrbnr@gmail.com, kkaracabey@adu.edu.tr, halil.tanir@adu.edu.tr*

Amaç: Bu araştırmanın amacı üniversite öğrencilerinde fiziksel aktivitenin uyku kalitesi ile ilişkinin değerlendirilmesidir.

Metot: Araştırmanın örneklemini 2017-2018 Akademik Yılı Bahar Dönemi'nde Adnan Menderes Üniversitesi'nin farklı ön lisans ve lisans programlarında öğrenim gören 200 (n=106 kadın ve n=94 erkek) gönüllü öğrenci oluşturmaktadır. Üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeylerinin belirlenmesinde Uluslararası Fiziksel Aktivite Değerlendirme Grubu (1998) tarafından kısa ve uzun form halinde geliştirilen Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi'nin kısa formu (International Physical Activity Questionnaire, IPAQ) kullanıldı. Anketin Türkiye'deki geçerlilik ve güvenirlik çalışmaları Öztürk (2005) tarafından gerçekleştirilmiştir. Öğrencilerin son 1 aylık uyku kaliteleri Pittsburgh Uyku Kalitesi İndeksi (PUKİ) ile belirlendi (α=0.77). Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Ağargün ve ark. (1996) tarafından yapılan PUKİ'nin iç tutarlılık katsayısı 0.80 olarak bildirilmiştir. Öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerini ve uyku kalitelerini belirlemeye yönelik yapılan anket uygulamalarından elde edilen veriler SPSS 22.0 paket programında %95 güven aralığında ve 0.05 anlamlılık düzeyinde değerlendirildi.

Bulgular: Yapılan istatistiki analizlerde araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinde fiziksel aktivite ile uyku kalitesi (r=0.172), uyku süresi (r=0.196) ve alışılmış uyku etkinliği (r=0.159) arasında pozitif yönlü düşük düzeyde bir ilişkinin olduğu bulgusuna ulaşıldı ($p<0.05$). Ayrıca araştırmada fiziksel aktivite ile uyku latensi (r=-0.185) arasında negatif yönlü düşük düzeyde bir ilişkinin olduğu tespit edildi ($p<0.05$).

Sonuç: Araştırmada fiziksel aktivitenin üniversite öğrencilerinin uyku kalitesini düşük düzeyde de olsa arttırdığı sonucuna ulaşıldı. Fiziksel aktivite üniversite öğrencilerinde uyku latensinin (uykuya dalma süresi) kısalmasına, uyku süresinin ve alışılmış uyku etkinliğinin artışına küçük de olsa katkı sağlamaktadır. Bu nedenle üniversite öğrencilerinin kampüs içinde ve dışında rekreatif etkinliklere ve egzersiz programlarına katılımları sağlanmalıdır.

Anahtar kelimeler: Üniversite öğrencisi, Fiziksel aktivite, Uyku kalitesi

THE RELATIONSHIP BETWEEN PHYSICAL ACTIVITY AND SLEEP QUALITY AMONG UNİVERSITY STUDENTS

Aim: The aim of this study is to evaluate the relationship between sleep quality and physical activity among university students.

Method: The sample of the study consisted of 200 (n=106 females and n=94 males) volunteer students attending different faculties and undergraduate programs of Adnan Menderes University in the 2017-2018 Academic Year Spring Semester. The International Physical Activity Evaluation Group (1998) used the International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) which was developed as a short and long form by the International Physical Activity Evaluation Group (1998). The questionnaire's validity and reliability studies in Turkey was performed by Özturk (2005). The students' sleep quality for the last 1 month was determined by The Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI). Turkish validity and reliability study made by Ağargün et al. (1996). The internal consistency coefficient of the PUKI was reported to be 0.80. The data obtained from the questionnaire studies to determine the physical activity levels and sleep qualities of the students were evaluated in 95% confidence interval and 0.05 significance level in SPSS 22.0 package program.

Findings: In the statistical analysis, it was found that there was a low positive correlation between physical activity and sleep quality (r=0.172) and sleep quality subscale (r=0.196) and conventional sleep activity (r=0.159) among university students participating in the study ($p<0.05$). In addition, it was found that there was a low negative correlation between physical activity and sleep latency (r = -0.185) in the study ($p<0.05$).

Conclusion: This study shows that physical activity among university students increases sleep quality even at low levels. Physical activity contributes to the shortening of sleep latency among university students, to the increase of usual sleep duration. For this reason, university students should be involved in recreational activities and exercise programs in university campus.

Key words: University student, Physical activity, Sleep quality

SB858

GENÇLERDE AKTİF YAŞAM ENGELLERİNİN BELİRLENMESİ

***[1]Şebnem Şarvan Cengiz*, [1]Hamdi Alper Güngörmüş, [1]Mümine Soytürk**

[1]Manisa Celal Bayar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Email : *csebnem@gmail.com, hamdialper@gmail.com, soyturkmumine@gmail.com*

ÖZET Amaç: Çalışmanın amacı, gençlerde aktif olmaya yönelik engellerin belirlenmesi ve bazı demografik değişken ve fiziksel parametrelerine göre karşılaştırılmasıdır. Yöntem: Basit rastgele örnekleme yöntemi ile seçilen, herhangi bir egzersiz programını takip etmeyen 298 kadın (Ortyaş = 22,44 ± 2,81) ve 282 erkek (Ortyaş = 22,92 ± 2,86) olmak üzere toplam 580 kişi (Ortyaş = 22,67 ± 2,84) "Aktif Yaşam Engelleri Ölçeği"ni (AYEÖ) (Heath, 2009) cevaplamışlardır. Orijinalinde 21 soru ve 7 alt boyuttan oluşan 4'lü likert tipi ölçek; Türkçeye uyarlama çalışmamızda ise doğrulayıcı faktör analizi sonucunda (480 kişiye uygulanan) 6 alt boyut ve 15 maddeden oluştuğu görülmüştür. Ölçeğin güvenirliğini test etmek için hesaplanan Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısının AYEÖ'nin faktörleri için 0,511 (zaman eksikliği) ile 0,768 (beceri eksikliği) arasında değişmektedir. Ölçeğin toplam puanı ise 0,864'dır. Verilerin değerlendirilmesinde, tanımlayıcı istatistikiler, bağımsız örneklemlerde ise MANOVA analizi kullanılmıştır. Bulgular: MANOVA sonuçları, "yaş" ve "vücut kitle indeksi" değişkeninin AYEÖ'nin alt boyutları üzerindeki temel etkisinin anlamlı olduğu sonucuna varılmıştır. Yaş değişkenine göre; "yaralanma korkusu" ve "beceri eksikliği" (27-30 yaş grubunun puanı yüksek), vücut kitle indeksi değişkenine göre ise tüm alt boyutlarda (aşırı kilolu ve obez grubun puanı yüksek) anlamlı farkın oluştuğunu görülmüştür. Cinsiyet değişkenine göre ise anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Sonuç: Sonuç olarak, erkek ve kadın katılımcılar için aktif yaşamın önündeki engellerden en önemli faktörlerin "zaman", "enerji eksikliği" ve "irade eksikliği" olduğu söylenebilir. Anahtar Kelimeler: Aktif yaşam, engel, genç, vücut kitle indeksi

Determination Of Constraints To Active Life In Young People

ABSTRACT Objective: The aim of the study is to determine the constraints to active life in young people and compare them with some demographic variables and physical parameters. Method: A total of 580 people including 298 women (Meanage = 22,44 ± 2,81 years old) and 282 men (Meanage = 22,92 ± 2,86 years old) (Meanage = 22,67 ± 2,84 years old) who are not consistent exercise participants were selected by simple random sampling method answered Active Life Constraints Scale (ALCS) (Heath, 2009). The original study was a 4-point Likert-type scale of 21 questions and 7 subscales while our Turkish adaptation consisted of 6 sub-dimensions and 15 items as a result of confirmatory factor analysis (applied to 480 people). The Cronbach Alpha internal consistency coefficient used to test the reliability of the scale ranged from 0,511 (lack of time) to 0,768 (lack of skill) for the factors of the ALCS. The total score of the scale is 0,864. Descriptive statistics were used in the evaluation of the data and MANOVA analysis was used in the independent samples. Findings: MANOVA results showed that the "age" and "body mass index" variables had significant effect of on the subscales of "ALCS". According to age variable; "fear of injury" and "lack of skills" (score of 27-30 age group) were found to be significantly different, while according to body mass index variable all sub-dimensions showed significant difference (highly overweight and obese group score). There was no significant difference according to gender variable. Result: As a result, for male and female participants, the most important factors constraining the active life are; "lack of time", "lack of energy" and "lack of will". Key words: Active life, constraints, young, body mass index

SB869

SPOR BİLİMLERİ ALANINDA OKUYAN ÖĞRENCİLERİN DOPİNG BİLGİ DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Engin Efek*, [1]Nurper Özbar, [1]Yunus Emre Kahveci**

[1]Düzce Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, DÜZCE

Email : *enginefek@duzce.edu.tr, nurperozbar@duzce.edu.tr, kahveci.emre001@gmail.com*

Sporda başarı kazanma duygusu yarışma sonuçlarının doğal beklentisidir. Yarışmada rakiplere üstünlük sağlama ve kazanma psikolojisi önemlidir. Bu sonuca ulaşmak için daha sık, daha yoğun ve uzun süreli antrenman yapılmasını beraberinde getirmektedir. Antrenman ya da ön hazırlık çalışmalarının getirdiği yoğunluk, fiziksel, fizyolojik ve psikolojik yıpranmanın sonucuyla başa çıkmak oldukça zordur. Bu nedenledir ki bedenin eksik kaldığı durumlar da takviye ürünlere ihtiyaç duyulmaktadır. Bu takviyelerin bir kısmı kabul görürken bir kısmı ise yasaklılar listesinde yer almaktadır. Bu çalışma yapılırken bu durumlar göz önüne alınmış ve geleceğin beden eğitimi öğretmenleri, antrenör ve yöneticilerinin doping maddeleri bilgi düzeylerinin belirlenmesi hedeflenmiştir. Bu araştırma ile elde edilecek bulgular üniversitelerin spor bilimleri alanında eğitim veren bölümlerinde okuyan öğrencilerin doping ile ilgili eğitime ihtiyacı olup olmadıklarının belirlenmesine ve gereken tedbirlerin erkenden alınmasına ışık tutacaktır. Çalışmamıza Türkiye Cumhuriyeti'nin çeşitli bölgelerinde yer alan yirmi beş farklı üniversitenin spor bilimleri alanında eğitim veren bölümlerine ulaşılmış, toplam da 649 öğrenciye anket soruları uygulatılmıştır. Sargın (2007) tarafından geliştirilen ve toplam olarak 32 sorudan oluşan anketin güvenirlik kat sayısı 0,92 olarak belirlenmiştir. Elde edilen verilerin analizin de SPSS 25 istatistik programı kullanılmış, verilerin yüzde ve frekans değerleri hesaplanmıştır. Analizler sonucunda, öğrencilerin doping bilgi düzeylerinin yeterli düzeyde olmadığı, öğrencilerin okudukları sınıfların doping bilgi düzeylerini etkilediği, okudukları bölümlerin ve spor yapma sürelerinin ise doping bilgi düzeylerini etkilemediği sonucuna ulaşılmıştır. Bu durum spor ahlakının üst düzeyde tutulabilmesi için, geleceğin antrenör, öğretmen ve yönetici adaylarının konu ile ilgili daha fazla bilgilendirilmeleri gerektiğini göstermektedir.

INVESTIGATION OF DOPING KNOWLEDGE LEVELS OF READING STUDENTS AT SPORTS SCIENCES

The feeling of winning success in sports is a natural expectation of the results of the competition. Psychology of superiority and gain in competition is important. This results in more frequent, more intensive and longer training to be achieved. It is difficult to cope with the intensity, physical, physiological and psychological deterioration caused by training or preparatory work. For this reason, reinforcing products are needed when the body is missing. While some of these constellations are accepted, some are on the list of prohibitors. When this work is done, these situations are taken into consideration and it is aimed to determine the knowledge level of the doping materials of the future physical education teachers, coaches and managers. Findings of this research will shed light on the determination of whether the students studying in sports science departments of universities need education about doping and the necessary precautions should be taken early. Located various regions of the Republic of Turkey in the field of our study, twenty-five different universities providing education department of sport science have been reached, a total of 649 students in the survey questions were enforced. The reliability coefficient of the questionnaire developed by Sargın (2007) and consisting of 32 questions in total was determined as 0.92. The SPSS 25 statistical program was used for the analysis of the obtained data, and the percentages and frequency values of the data were calculated. As a result of the analyzes, it was found that the doping knowledge levels of the students were not sufficient, the students had influenced the doping knowledge levels of the classes they read, the parts they read and the sporting periods did not affect the doping knowledge levels. This indicates that future trainer, teacher and manager candidates need to be more informed about the topic so that sport morality

SB876

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNDE FİZİKSEL AKTİVİTE İLE AKADEMİK MOTİVASYON İLİŞKİSİ

***[1]Gülsüm Tanır*, [1]Halil Tanır**

[1]Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, AYDIN

Email : *glsmkrbnr@gmail.com, halil.tanir@adu.edu.tr*

Amaç: Bu araştırmanın amacı Adnan Menderes Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinde fiziksel aktivite ile akademik motivasyon ilişkisinin değerlendirilmesidir.

Metot: Araştırmanın örneklemini 2017-2018 Akademik Yılı Bahar Dönemi'nde Adnan Menderes Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören 405 (n=175 kadın ve n=230 erkek) gönüllü öğrenci oluşturmaktadır. Öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin belirlenmesinde Uluslararası Fiziksel Aktivite Değerlendirme Grubu (1998) tarafından kısa ve uzun form halinde geliştirilen Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi'nin (International Physical Activity Questionnaire, IPAQ) kısa formu kullanıldı. Anketin Türkiye'deki geçerlilik ve güvenirlik çalışmaları Öztürk (2005) tarafından gerçekleştirilmiştir. Araştırmada öğrencilerin motivasyon düzeylerini belirlemek için Vallerand ve ark. (2012) tarafından geliştirilen, dilsel eşdeğerlik, geçerlik ve güvenirlik analizleri Karataş ve Erden (2012) tarafından gerçekleştirilen Akademik Motivasyon Ölçeği (AMÖ) kullanıldı. Öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerini ve akademik motivasyonlarını belirlemeye yönelik yapılan anket uygulamalarından elde edilen veriler SPSS 22.0 paket programında %95 güven aralığında ve 0.05 anlamlılık düzeyinde değerlendirildi.

Bulgular: Yapılan istatistiki analizlerde araştırmaya katılan öğrencilerde fiziksel aktivite düzeyi ile akademik motivasyon ($r=0.189$), içsel motivasyon ($r=0.165$) ve dışsal motivasyon ($r=0.174$) arasında pozitif yönlü düşük düzeyde bir ilişkinin olduğu bulgusuna ulaşıldı ($p<0.05$).

Sonuç: Araştırmada fiziksel aktivitenin Adnan Menderes Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin akademik motivasyonlarının artışına düşük düzeyde de olsa katkı sağladığı sonucuna ulaşıldı. Bu nedenle Adnan Menderes Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören öğrencilerin uygulamalı derslerin yanı sıra rekreatif etkinliklere ve egzersiz programlarına katılımları sağlanmalıdır. Böylece öğrencilerin akademik başarılarının artışına düşük de olsa katkı sağlanabileceği düşünülmektedir.

Anahtar kelimeler: Fiziksel aktivite, Akademik motivasyon, Öğrenci

THE RELATIONSHIP BETWEEN PHYSICAL ACTIVITY LEVEL AND ACADEMIC MOTIVATION AMONG STUDENTS FACULTY OF SPORT SCIENCES

Aim: The aim of this study is to evaluate the relationship between physical activity levels and academic motivation of Adnan Menderes University Sports Sciences Faculty students.

Method: The sample of the research is composed of 405 volunteer students (n=175 female and n=230 male) attending Adnan Menderes University Sports Science Faculty in the Spring Semester of 2017-2018. The short form of the International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) was developed by the International Physical Activity Evaluation Group (1998) used to determine physical activity level of students. The questionnaire's validity and reliability studies in Turkey Özturk (2005) was performed. In order to determine the students' motivation levels Academic Motivation Scale (AMS) used developed by Vallerand et al. (2012). The linguistic equivalence, validity and reliability analyzes of the scale were carried out by Karataş and Erden (2012). The data obtained from the questionnaire to

determine the physical activity levels and academic motivations of the students were evaluated in 95% confidence interval and 0.05 significance level in SPSS 22.0 package program.

Findings: In the statistical analysis, it was found that there was a positive correlation between physical activity level and academic motivation (r=0.189), internal motivation (r=0.165) and external motivation (r=0.174).

Conclusion: In the study, Adnan Menderes University School of Sports Sciences students achieved a low level of contribution to the increase of academic motivation of physical activity. For this reason, students of the Adnan Menderes University Faculty of Sport Sciences should participate in recreational activities and exercise programs in addition to practical courses. Thus, it is thought that if the increase of the academic achievement of the students is low, it can contribute.

Key words: Physical activity, Academic motivation, Student

SB884

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEK OKULUNDA ÖĞRENİM GÖREN ÖĞRENCİLERİN SAĞLIKLI YAŞAM BİÇİMİ DAVRANIŞ DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Kutluhan Demir*, [2]Kürşat Karacabey**

[1]Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, AYDIN
[2]Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, AYDIN

***Email :** kutluhan.demir@adu.edu.tr, kkaracabey@adu.edu.tr*

Amaç: Sağlıklı yaşama ve kaliteli bir yaşam tarzı oluşturmanın temelleri ailede atılmakta ve bu alışkanlıklar üniversite yıllarında devam etmektedir. Bu süreçte kişilerde fiziksel, ruhsal, sosyal, mesleki, vb. durumlardan ötürü yaşam tarzlarında değişim ve gelişim olabilmektedir. Bu çalışma, beden eğitimi ve spor yüksek okulunda öğrenim görmekte olan öğrencilerin, sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının incelenmesini amaçlamaktadır. Yöntem: Bu amaçla 2018 yılı Mart ayında Aydın Adnan Menderes Üniversitesine bağlı Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulunda yürütülen bu çalışmaya, bölümlere göre 103 Antrenörlük Eğitimi,74 Spor Yöneticiliği, 39 Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, 28 Rekreasyon olmak üzere toplam 244 öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Verilerin toplanmasında sağlıklı yaşam biçimi davranışları ölçeği-II kullanılmıştır. Verilerin istatiksel analizinde SPSS 21.0 istatistik yazılımı kullanılmıştır. İki ortalama arasındaki farkın önemlilik testi, bağımsız değişkenlerin t-testi ile incelenmiştir. İkiden çok ortalamanın arasındaki farkın önemlilik testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ile incelenmiş ve anlamlı farklılıklar tespit edilen değişkenler için uygun post-hoc (Tukey, Scheffe, Games-Howell) testleri kullanılmıştır. Bulgular: Demografik durum değişkenliklerine göre sağlıklı yaşam biçimi davranışları ölçek toplamı ve alt boyutlarını incelediğinde; Yaş aralığı, aylık gelir durumu, cinsiyet ve kayıtlı olduğu bölüm değişkenine göre ($p<0.05$) anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Aile yapısı, medeni durum, sınıf, alkol kullanım miktarı, sigara kullanım miktarı, üniversite öncesi en uzun yaşadığı yer, üniversite döneminde ikamet edilen yer değişkenlikleri açısından ($p>0.05$) anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Sonuçlar: Sonuç olarak; Beden eğitimi ve spor yüksek okulu öğrencilerinin sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının orta düzeyde olduğu ve bu konuda bilinçlendirilmeleri gerektiği düşünülmektedir.

EXAMINING OF HEALTHY LİFE STYLE BEHAVIOR LEVEL OF UNDERGRADUATES WHO HAVE STUDIED AT SCHOOL OF PHYSICAL EDUCATİON AND SPORTS.

Aim: The basis of forming a healthy and quality life has been firstly constitued in a family environment and these habits have proceeded in university years. Changes and development might happen in their life style owing to some physical, mental, social, professional conditions etc. in this process. This study has aimed to be examined of healthy life style behaviour level of undergraduates who have studied at School of Physical Education and Sports. Method: According to departments (103 Coaching Training, 74 Sport Management, 39 Physical Education and Sports Teaching, 28 Recreation) 244 students in total have joined as volunteers in this study which has carried out in attempt to this aim in March 2018 at School of Physical Education and Sports allied to Aydın Adnan Menderes University. Healthy life style behaviours scale-II has been used in collecting data. SPSS 21.0 statistics software has been utilized in statistics analysis of data. Significance test of difference between two averages has been examined through t-test of independent variables. Significance test of difference between more than two averages has been examined by one-way analysis of variance (ANOVA) and suitable post-hoc tests (Turkey- Scheffc. Games-Howell) have been used for meaningful distinctness being determined. Findings: Meaningful distinctness ($p< 0,05$) has been determined according to age range, monthly income state, sex and department variable being registered when we examine the scale sum and sub-dimension of healthy life style behaviour considering demographic statement variables. There have not been any meaningful distinctness ($p > 0,05$) with regard to variables of family structure, marital status, class, amount of alcohol use, residence being lived the longest time before coming university, residence during university time. Results: As a result, it has been considered that healthy life style behaviours of undergraduates who have studied at School of Physical Education and Sports.

SB885

ELİT GÜREŞÇİLERDE MÜSABAKA ÖNCESİ HİDRASYON DURUMU VE TİROİD HORMONLARININ AKTİVASYONU

[2]Rıfat Yağmur, [1]Özkan Işık, [3]Yakup Kılıç, [4]Murat Akyüz

[1]Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, SAKARYA
[2]Afyon Kocatepe Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, AFYONKARAHİSAR
[3]Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ELAZIĞ
[4]Celal Bayar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, MANİSA

Email : *ryagmur@aku.edu.tr, ozkanisik86@hotmail.com, yakupkilic@firat.edu.tr, sporcu006@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Hidrasyon durumu idrar özgül ağırlığı, tükürük akış hızı ve kanda Plasma Osmolaritesinden (POsm) belirlenir ve kanda POsm'nin referans aralığı 280-290 mOsmL'dır. POsm düzeyleri ≤290 olan sporcular uygun sıvı durumunda iken, POsm düzeyi >290 olan sporcular dehidrasyona maruz kalmaktadırlar. Bu çalışmanın amacı müsabaka öncesi dehidrasyonun elit güreşçilerin tiroid hormon seviyeleri üzerine etkisini incelemektir. Yöntem: Araştırmaya 69 elit güreşçi katılmıştır. Araştırmada retrospektif araştırma modeli kullanılmıştır. Önceden elde edilen kan örneklerinde Sodyum (Na+), Kan üre azotu (BUN), Glukoz (GLU), Potasyum (K), Triiyodotironin (T3), Tiroksin (T4) ve Tiriod Stimulan Hormon (TSH) düzeyleri belirlenmiştir. Matematiksel bir formül kullanılarak güreşçilerin POsm seviyeleri hesaplanmıştır ve POsm düzeyleri >290 olan güreşçiler dehidrasyon grubu ve POsm düzeyleri ≤290 olan güreşçiler ise öhidrasyon grubu olarak ikiye ayrılmıştır. Verilerin normallik sınaması için Kolmogorov-Smirnov testi kullanılmıştır. Elde edilen verilerin analizinde bağımsız örneklem t testi kullanılmıştır. Anlamlılık 0.05 olarak alınmıştır. Bulgular: Araştırma bulgularına göre müsabaka öncesi güreşçilerin %~45'inin dehidrasyona maruz kaldığı tespit edilmiştir. Dehidrasyon ve öhidrasyon grubu karşılaştırıldığında hidrasyon belirteçlerinden BUN ve Na+ düzeylerinde fark olduğu, GLU ve K düzeylerinde fark olmadığı tespit edilmiştir. Tiroid hormonları arasındaki fark incelendiğinde, T3 düzeyleri arasında fark olduğu tespit edilirken, T4 ve TSH düzeyleri arasında fark olmadığı tespit edilmiştir. Sonuç: Dehidrasyona maruz kalan elit güreşçilerin T3 düzeylerinin düşük olduğu, buna karşın T4 ve TSH düzeylerinin öhidrasyon grubundan farklı olmadığı tespit edilmiştir.

HYDRATION STATUS AND ACTIVATION OF THYROID HORMONES BEFORE COMPETITION IN ELITE WRESTLERS

Introduction and Aim: The hydration status is determined by urine specific gravity, salivary flow rate, and Plasma Osmolarity (POsm) in blood and the reference range for POsm is 280-290 in blood. While the wrestlers with POsm levels ≤290 are in the euhydration, the wrestlers with POsm level >290 are exposed to dehydration. The aim of this study was to examine the effect of pre-competition dehydration on elite wrestlers' thyroid hormones levels. Method: Sixty-nine elite wrestlers participated in the study. The retrospective research model was used in the study. In previously obtained blood samples were determined Sodium (Na+), Blood Urea Nitrogen (BUN), Glucose (GLU), Potassium (K), Triiodothyronine (T3), Thyroxine (T4) and Thyroid Stimulating Hormone (TSH) levels. The wrestlers POsm levels were calculated using a mathematical formula and POsm levels >290 who wrestlers as the dehydration group and POsm levels ≤290 who wrestlers as the euhydration group were divided into two groups. The Kolmogorov-Smirnov test was used for the normality test of the data. The independent samples t-test was used in the analysis of the obtained data. Significance was set at 0.05. Results: According to results of this study, it was determined that ~45% of pre-competition wrestlers were exposed to dehydration. When the dehydration and euhydration groups were compared, it was determined that there was a difference in BUN and Na+ levels from the hydration markers and there was no difference in GLU and K levels. When the difference between thyroid hormones levels was examined, it was found that there was a difference between T3 levels and there was no difference between T4 and TSH levels. Conclusion: it was determined that T3 levels of elite wrestlers were lower in dehydration group than the euhydration group, whereas T4 and TSH levels were not different between both groups.

SB888

SPORCU OLAN VE OLMAYAN ÇOCUKLARDA POSTURAL DEĞİŞKENLERİN İNCELENMESİ

[2]Fatma Arslan, [1]H.Tolga Esen

[1]Akdeniz Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANTALYA
[2]Necmettin Erbakan Üniversitesi Turizm Fakültesi, KONYA

Email : *,*

Giriş: Çocuklar ve gençler için düzenli duruş çok önemlidir, çevresel ve genetik faktörler, postürü belirleyen ve yönlendiren faktörler arasındadır. Amaç:Bu araştırma, adolesan dönemde spor yapan çocuklar ile spor yapamayan çocuklarda postüral farklılık olup olmadığını saptamak amacıyla gerçekleştirilmiştir. Metot:Araştırmaya ilköğretim kurumlarında öğrenim gören, 13.43±0.94 yaş ortalamasına sahip totalde 68 adolesan çocuk katılmıştır. Çalışmaya sporcu ve sporcu olmayan çocuklar katıldı ve gruplar sırasıyla: Badminton (n=14), Boks (n=12), Judo (n=14), Taekwondo (n=13) ve spor yapmayan (n=15).Öğrencilerin postural analizi, vücut segmentlerinin anterior, frontal ve posteriordan ölçülmesini sağlayan Body Analysis Kapture (B.A.K.) programı ile yapıldı.Postür analizi için her bir katılımcı lateral, anterior ve posterior plandan dijital kamera ile fotoğrafı çekildi (3"er adet) ve bilgisayara aktarıldı. Verilerin analizinde SPSS 24 paket program kullanıldı. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediği ShapiroWilk testi ile tespit edildi ve non-parametrik testlerden Kruskall Wallis testi kullanıldı. Anlamlılık düzeyi p<0,005 alındı. Bulgular:Anterior ve lateral plandan elde edilen verilere göre sporcu olmayan grup ile taekwondo branşındaki sporcular arasında omuz simetrisinde istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur (p<0,005).Pelvik simetri değerlerinin sporcu olmayanlar ile boks, taekwondo ve badminton branşındaki sporcular arasında farklı olduğu tespit edilmiştir(p<0,005).Posterior plan omuz simetri değerlerinde sporcu olmayanların sadece taekwondo branşı arasında anlamlı farklılık var iken, Pelvik simetri değerlerinde sporcular olmayanlar ile üç branş (taekwondo-boks-judo) arasında fark vardı(p<0,005). Sonuç: Sporcu olmayanların sporculara göre postural asimetrilerinin daha fazla olduğu tespit edilmiştir.Sporun dik duruş pozisyonunu korumada oldukça etkili ve önemli olduğu görülmüştür. Anahtar Kelimeler:Postur, spor, simetri

THE EXAMINATION OF POSTURAL VARIABLES IN ADOLESCENTS WHO ARE ATHLETES AND NON-ATHLETES

Introduction:The regular posture for children and young people is very important and environmental and genetic factors are among the factors that determine and direct posture. Aim:This research was conducted to determine whether there was a postural difference between adolescents athletes and non-athletes children. Method:A total of 68 adolescent children who attended the study in primary education institutions and whose average age was 13.43 ± 0.94 participated.Athlete and non-athlete children were included in the study and the groups were respectively: Badminton (n=14), Boxing (n=12), Judo (n=14), Taekwondo(n=13)andnon-athletes (n=15).Postural analysis of the students was made through the Body Analysis Kapture (B.A.K.) program, which allows measuring body segments from anterior, frontal and posterior.For postural analysis, each participant was photographed with a digital camera on the lateral, anterior, and posterior planes (3 pcs) and transferred to the computer. In the analysis of the data, was used SPSS 24 package program. The normal distribution of the data was determined by the Shapiro Wilk test and the Kruskal Wallis test was used from the nonparametric tests.Significance level was taken as p <0.005. Results: A statistically significant difference was found in the shoulder symmetry between the non-athlete group and the taekwondo branch athletes (p<0,005); Pelvic symmetry values were found to be different between non-athletes and those in boxing, judo, taekwondo and badminton branches according to the anterior and lateral plan(p<0,005).While there was a significant difference in the posterior plan shoulder symmetry values between the non-athletesonly in the taekwondo branch,There were differences between the non-athletes and the three branches (taekwondo-boxing-judo) in the values of pelvic symmetry. Conclusion:The non-athletes were found to have more postural asymmetries than the athletes.It had been seen that sport was quite effective and important in protecting the upright posture position. KeyWords: Posture, Sport, Symmetry

SB889

OKUL ÖNCESİ ÖĞRETMENLERİNDE FİZİKSEL AKTİVİTE VE YAŞAM KALİTESİ İLİŞKİSİ

***[1]Merve Gezen*, [1]Şerife Vatansever, [2]Serkan Pancar**

[1]Uludağ Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, BURSA
[2]Yeniceabat Anadolu Lisesi, BURSA

***Email :** mrvgzn06@hotmail.com, serifevatansever@yahoo.com, sdpancar@gmail.com*

Bu çalışmanın amacı okul öncesi öğretmenlerinin fiziksel aktivite düzeyleri ve yaşam doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

Bu çalışma Bursa ve Ankara İlindeki özel ve devlet ilköğretim okullarında çalışan toplam gönüllü 30 öğretmene rastgele yöntemle anket uygulayarak yapılmıştır. Yaşam kalitelerinin belirlemek için Aslı Yeşil ve ark. (2010) tarafından güvenirlik ve geçerlilik çalışması yapılan 30 soruluk "Çalışanlar İçin Yaşam Kalitesi Ölçeği" formu ve fiziksel aktivite düzeyini belirlemek için Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi (UFAA) kullanıldı. Araştırmada var olan durumu sorgulayan betimsel araştırma yöntemlerinden tarama yöntemi kullanıldı. Verilerin analizi SPSS 23.0 programı kullanılarak Pearson Korelasyon testi ile yapıldı. Katılımcıların yaş ort. 30,60±7,05, boy ort. 164,97±5,83, toplam MET 8519,43±4704,87 olduğu tespit edildi. Yaşam kalitesi anketinin 3 alt bölümü ve toplam MET değerleri arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır (p>0 .05). Sonuç olarak okul öncesi öğretmenlerinde fiziksel aktivite düzeyi ile yaşam kalitesi arasında ilişki olmadığı söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Fiziksel Aktivite, Okul öncesi Öğretmeni, Yaşam Kalitesi

PHYSICAL ACTIVITY AND LIFE SATISFACTION RELATIONSHIPS IN PRESCHOOL TEACHERS

The aim of this study was to examine the relationship between physical activity levels and life satisfaction level of preschool teachers. A total of 30 teachers who work in private and public primary schools in Bursa and Ankara participated in our study. Paticipants, who were voluntary, were randomly assigned and quality of life scale for employees, which was conducted by Aslı Y. et al. (2010) to determine the quality of life and international physical activity questionnaire (UFAA) were used to determine the level of physical activity. Screening method was used in the descriptive research methods questioning the present situation in the research. Analysis of the data was analyzed by pearson correlation test by using the spss 23.0 program. The mean age of participants. 30,60 ± 7,05, height average. 164,97 ± 5,83, total met 8519,43 ± 4704,87. There was no significant relationship between the 3 subdivisions which belong to quality of life scale for employees and total MET values (p> 0.05).

Key Words: Physical Activity, Preschool Teacher, Life Satisfaction

SB898

FİZİKSEL AKTİVİTE DÜZEYLERİNE GÖRE MENSTRUAL AĞRI ŞİDDETLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

***[1]Gamze Nalan Çinar*, [1]Serap Özgül**

[1]Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, ANKARA

***Email :** nalan.gd@gmail.com, serapky@yahoo.com*

Giriş ve Amaç: Menstrual bozukluklar,ergenlik dönemi boyunca sık görülmekte ve adolesanların yaklaşık %75'ini etkilemektedir. Menstrual ağrı olarak tanımlanan dismenore,genellikle prostaglandin sekresyonuna bağlı şiddetli uterus kontraksiyonlarından kaynaklanmaktadır. Fiziksel aktivite özellikle beta-endorfin salınımını artırıp,prostaglandin miktarını baskılayarak menstrual ağrı ve uterin kontraksiyonlarını azaltmaktadır.Bu çalışma, fiziksel aktivite düzeyinin menstrual ağrı şiddeti üzerine etkisinin belirlenmesi amacıyla planlanmıştır. Yöntem: Çalışmamıza, menstrual sikluslarının çoğunda menstrual ağrı şikayeti olan, 18 yaş ve üzeri 336 kadın dahil edildi.Bireylerin menstrual ağrısı "Görsel Analog Skalası(GAS)"ile değerlendirildi ve bireyler GAS skoruna göre 3 gruba ayrıldı.Skalada 0-3 cm, 3,1-7 cm ve 7,1-10 cm arasını işaretleyenler sırasıyla "hafif ağrı"(Grup 1, n=64), "orta derecede ağrı" (Grup 2, n=134) ve "şiddetli ağrı"(Grup 3, n=138) olarak sınıflandırıldı.Bireylerin fiziksel aktivite düzeyleri"Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi-Kısa Form"ile değerlendirildi ve skor MET-dakika (metabolik eşdeğer) skoru ile hesaplandı.Elde edilen puanlara göre bireyler, inaktif, minimal aktif ve fiziksel olarak aktif şeklinde sınıflandırıldı.Ağrı şiddeti grupları arasında UFAA skorlarını karşılaştırmak için Kruskal-Wallis testi,fiziksel aktivite düzeyi ile menstrual ağrı şiddeti arasındaki ilişkinin incelenmesi için Spearman Korelasyon Analizi kullanıldı.0,05'ten küçük p değerleri istatistiksel olarak anlamlı kabul edildi. Bulgular: 336 bireyin yaş ortalaması ve vücut kütle indeksi ortalaması sırasıyla 22 yıl ve 21,4 kg/m2 idi.Bireylerin fiziksel aktivite düzeyleri ve menstrual ağrı şiddetleri arasında anlamlı korelasyon bulunmadı.Aynı zamanda menstrual ağrı şiddetlerine göre UFAA grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadı (p>0,05). Tüm bireylerin %25,31'inin inaktif, %56,84'ünün minimal aktif ve %17,85'inin ise fiziksel olarak aktif olduğu belirlendi. Sonuç: Bu çalışma, menstrual ağrı ile fiziksel aktivite düzeyi arasında herhangi bir ilişki göstermemesine rağmen, gerçek ilişkiyi belirlemek için çeşitli düzeylerde fiziksel aktivite içeren daha geniş örneklemle yapılacak çalışmalara ihtiyaç vardır.

COMPARISON OF MENSTRUAL PAIN SEVERITY ACCORDING TO PHYSICAL ACTIVITY LEVEL

Introduction and Purpose:Menstrual disorders are common problem during adolescence and affect 75% ofadolescents.Dysmenorrhea, defined as menstrual pain,is usually caused by severe uterine contractions due to prostaglandin secretion. Physical activity, reduces menstrual pain and uterine contractions, especially by increasing beta-endorphin release and suppressing the prostaglandin release.This study was planned to determine the effect of physical activity level on menstrual pain severity. Methods:336 females aged over 18 years with menstrual pain complaint in the majority of menstrual cycles were included in the present study.Menstrual pain severity was assessed by Visual Analogue Scale (VAS),and participants were divided into 3 groups based on VAS score.Subjects marking between 0-3 cm, 3.1-7 cm and 7.1-10 cm were attended to "mild "(Group 1, n = 64),"moderate pain" (Group 2, n = 134),and "severe pain"(Group 3, n = 138)groups, respectively. Physical activity level was assessed by the "International Physical Activity Questionnaire-Short Form (IPAQ-SF)"and the score was expressed in Metabolic Equivalent Task minutes per week. According to the obtained scores, individuals were classified as "inactive", "minimally active" and "health enhancing phsically active (HEPA)".The Kruskal-Wallis test was used to compare IPAQ-SF scores between pain severity groups, and Spearman's Correlation test was used to examine the relationship between physical activity level and menstrual pain severity. A p value of less than 0.05 was considered statisticallysignificant. Results:The average age and body mass index of 336 participants were 22 years and 21,4 kg/m2, respectively.There was no significant correlation between physical activity level and menstrual pain severity.There was also no statistically significant difference in the severity of menstrual pain between IPAQ groups (p>0.05). 25.31%, 56.84% and 17.85% of participants were inactive, minimallly active and HEPA, respectively. Conclusion: Although this study did not show any relationship between pain and physical activity level, further studies with larger samples with more varied levels of phsical activity are needed to determine relationship.

SB903

İMMOBİLİZASYON VE REMOBİLİZASYONUN ADRENAL BEZİ TNFA VE HSP72 DÜZEYLERİNE ETKİSİ

[1]Şenay Akın, [1]İbrahim Türkel, [1]Berkay Özerkliğ, [2]Gürhan Dönmez, [1]Haydar Demirel

[1]Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA
[2]Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Spor Hekimliği Anabilim Dalı, ANKARA

Email : *senaya@hacettepe.edu.tr, ibrahimturkel@hacettepe.edu.tr, berkayozerklig@hacettepe.edu.tr, gurhan@hacettepe.edu.tr, haydard@hacettepe.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Adrenal bezi Hipotalamus-Hipofiz-Adrenal aksınıın bir parçası olarak vücudun strese genel yanıtında yaşamsal bir rol oynar. Sıcak şoku proteinleri (HSP), hücrenin akut ve kronik streslere yanıtında kritik bir rol üstlenir. Bu nedenle, stres karşısında adrenal bezinin yeterli yanıt verebilmesi için adrenal HSP ekspresyonu önem taşımaktadır. Fiziksel inaktivite veya immobilizasyon bazı inflamatuar süreçler içermektedir. Bir inflamatuar sitokin olan TNFα'nın immobilizasyonda beyin korteksinden salınımının arttığı, adrenalde glukokortikoid sentezini artırarak stress yanıtında rol oynadığı ve ayrıca spor yaralanmaları sonrası toparlanma sürecinde Hsp72 indüksiyonunu sağlayarak doku rejenerasyonunda görev aldığı bildirilmiştir. Bu çalışmada spor yaralanmaları sonrası tedavide sıklıkla uygulanan immobilizasyon ve takip eden remobilizasyon döneminde adrenal bezinin TNFα ve Hsp72 yanıtı incelenmiştir. Yöntem: Çalışmada 18 adet Wistar sıçan (n=6/grup) olacak şekilde 3 gruba rastgele ayrılmıştır. Kontrol grubuna herhangi bir işlem uygulanmazken, immobilizasyon grubundaki sıçanlara kalçadan itibaren bilateral alçı iki hafta süreyle uygulanmıştır. İmmobilizasyon sonrası remobilizasyon grubunda ise iki haftalık immobilizasyonu takiben bir haftalık remobilizasyon uygulanmıştır. Deney sonunda adrenal bezi korteks bölgesi medulladan ayrılarak tartılmış ve ayrıca western blot yöntemi ile TNFα ve Hsp72 protein miktarı belirlenmiştir. Bulgular: Gerek immobilizasyon ve gerekse remobilizasyon adrenal korteks ağırlığında bir değişikliğe yol açmamıştır ($p>0,05$). Diğer yandan, iki haftalık immobilizasyon adrenal korteksinde TNFα ve Hsp72 düzeylerinde artışa neden olmuştur ($p<0,05$). Ayrıca, bir haftalık remobilizasyon sonrasında korteks TNFα ve Hsp72 düzeylerinin daha da arttığı gözlenmiştir ($p<0,05$). Sonuç: Adrenal bezinde kortizol sentezine yol açan ACTH'nin Hsp72 düzeylerini de artırdığı bilinmektedir. Bu çalışmada adrenal bezi ağırlığında bir değişim gözlenmemesi adrenalin stres yanıtının artmadığını düşündürürken, TNFα ve Hsp72 düzeylerinin immobilizasyon ve remobilizasyonda artış göstermesi immobilizasyonun inflamatuar yanıtı tetiklediği ve özellikle remobilizasyon döneminde bu yanıtın daha da arttığını göstermektedir. İskelet kasında artmış TNFα ve Hsp72 düzeylerinin hücre rejenerasyonundaki önemi göz önüne alındığında çalışma bulguları, adrenal dokusunun bütünlüğünün korunması için immobilizasyon ve remobilizasyon sürecinde TNFα ve Hsp72 düzeylerinde bir artış olduğunu düşündürmektedir.

THE EFFECTS OF IMMOBILIZATION AND REMOBILIZATION ON ADRENAL TNFA AND HSP72 LEVELS

Introduction and Aim: Adrenal gland plays a vital role in stress response. On the other hand heat shock proteins (HSPs) have a critical role in protecting cells from a range of acute and chronic stressful conditions. Therefore, regulation of HSPs in adrenal glands following stressful events seems to be critical for controlling the whole body stress response. Inactivity or immobilization consist of several inflammatory processes. As an inflammatory cytokine, TNFα release from brain cortex following immobilization. TNFα has been shown to increase glucocorticoid synthesis from adrenal cortex and plays a role in stress response. In addition, TNFα results in elevation of Hsp72 levels, therefore, provide tissue regeneration after sports injuries. In this study, we investigated TNFα and Hsp72 levels in adrenal following immobilization and remobilization periods. Method: Eighteen Wistar rats were assigned to the following groups (n=6/group): Control, two weeks of bilateral casting were applied to

immobilization, two weeks of immobilization followed by one week of remobilization. Rats in control and immobilization groups were sacrificed after two weeks and remobilization group was killed following two weeks of immobilization. Adrenal cortex has been isolated and weighted. TNFα and Hsp72 protein levels determined by using western blot. Findings: İmmobilization or remobilization did not cause any changes in adrenal cortex weight ($p>0.05$). On the other hand, both immobilization and remobilization resulted in an increase in TNFα ve Hsp72 protein levels ($p<0.05$). Result: ACTH, which results in cortisol synthesis in the adrenal cortex, induces Hsp72. Increased levels of TNFα and Hsp72 in adrenal cortex without changing cortex weights indicates that immobilization resulted in increased levels of inflammatory response. Since increased levels of TNFα and Hsp72 are important for tissue regeneration following injury in skeletal muscle, elevated levels of TNFα and Hsp72 may be necessary for adrenal gland integrity during both immobilization and remobilization.

SB920

TİTREŞİMİN REMOBİLİZASYON DÖNEMİNDE İSKELET KASI HSP EKSPRESYONUNA ETKİSİ

[1]Şenay Akın, [1]İbrahim Türkel, [1]Berkay Özerkliğ, [2]Gürhan Dönmez, [1]Haydar Demirel

[1]Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA
[2]Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Spor Hekimliği Anabilim Dalı, ANKARA

Email : *senaya@hacettepe.edu.tr, ibrahimturkel@hacettepe.edu.tr, berkayozerklig@hacettepe.edu.tr, gurhan@hacettepe.edu.tr, haydard@hacettepe.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Kas-iskelet sistemi yaralanmalarında tedavi amaçlı uygulanan immobilizasyon kas kütle ve kuvvetinde azalmaya neden olur. Hücrede çeşitli çevresel streslere karşı koruma sağlayan sıcak şoku proteinlerinden Hsp25 ve Hsp72'nin kas yaralanmaları sonrası doku iyileşmesi ve rejenerasyonunda önemli bir rol oynadığı bilinmektedir. Mekanik bir yüklenme çeşidi olarak tüm vücut titreşimi (TVT) rehabilitasyonda yaygın olarak kullanılmakta olup, insan ve sıçanlarda kas kütle ve kuvvetini geliştirdiği bilinmektedir. Bu çalışmanın amacı, TVT'nin remobilizasyon sırasında kas rejenerasyonu için önemli olan Hsp25 ve Hsp72 düzeylerine etkisinin belirlenmesidir. Yöntem: 30 Wistar sıçan (n=6/grup) Kontrol (K); immobilizasyon (İ); İmmobilizasyon+remobilizasyon (İR); immobilizasyon+titreşim (İT) ve TVT (T) grubu olmak üzere 5 gruba ayrılmıştır. İmmobilizasyon gruplarına iki hafta boyunca kalçadan itibaren bilateral alçı uygulanırken, IR grubu immobilizasyon tamamlandığında bir hafta serbest bırakılmıştır. İT grubuna immobilizasyon tamamlandıktan sonraki bir haftalık sürede, T grubuna ise immobilizasyon yapılmadan bir hafta TVT uygulanmıştır. TVT protokolü 45 Hz, 3mm genlik, 20dk/gün olacak şekildedir. Soleus, medial gastroknemius (MG), plantaris ve tibialis anterior (TA) kaslarında Western blot ile Hsp25 ve Hsp72 protein miktarları belirlenmiştir. Bulgular: İmmobilizasyon, tip I kas lifinin yoğun olduğu soleus kasında Hsp72 düzeylerinde azalmaya yol açarken ($p<0,001$), plantaris ve TA kaslarında ise artışa neden olmuştur ($p<0,05$). Alçı uygulanmayan grupta TVT uygulaması Hsp25 ve Hsp72 düzeylerinde bir değişikliğe yol açmazken, immobilizasyonu takip eden dönemde uygulanan TVT MG ve TA'da Hsp72 düzeylerini, TA ve soleus kaslarında ise Hsp25 düzeylerini artmıştır ($p<0,05$). Sonuç: İskelet kaslarında nöromüsküler aktiviteye ve mekanik yükün azalmasına karşı HSP yanıtı, yavaş ve hızlı kaslarda farklıdır. İmmobilizasyon ile azalan mekanik yüke tip I liflerinin yoğun olduğu antigravite kasları daha duyarlıdır. Bu çalışma, immobilizasyonu takip eden TVT uygulamasının iskelet kası rejenerasyonunda rol oynayan Hsp25 ve Hsp72 düzeylerini her iki tip kasta artırdığını göstermiştir.

THE EFFECTS OF VIBRATION ON SKELETAL MUSCLE HSP EXPRESSION DURING REMOBILIZATION

Introduction and Aim: Immobilization, which applied for therapeutic purposes in musculoskeletal injuries, causes loss of muscle mass/strength. Inducible Hsp25 and Hsp72, which protect cell against environmental stresses, play an important role in tissue healing and regeneration after muscle injuries. Whole body vibration (WBV) is widely used in rehabilitation as an option of mechanical loading and promote muscle mass/strength in human and rats. The aim of this study was to determine the effect of WBV on Hsp25 and Hsp72, which are important for muscle regeneration during remobilization. Method: Thirty Wistar rats (n=6/group) were divided into 5 group; Control (C), immobilization (I), immobilization+remobilization (IR), immobilization+WBV (IV), WBV (V). Immobilization was done by two weeks of bilateral casting and IR underwent one week remobilization following immobilization. IV underwent one week WBV; followed by two weeks immobilization and V underwent one week WBV. WBV protocol was applied at 45 Hz, 3 mm amplitude, 20 min/day. Hsp25 and Hsp72 protein levels determined by western blot in soleus, medial gastrocnemius (MG), plantaris and tibialis anterior (TA). Findings: Type I muscle fibers are more sensitive to immobilization thus Hsp72 levels in soleus muscles decreased at group I ($p<0.001$). Plantaris and TA muscles Hsp72 levels increased ($p<0.05$). Beside that WBV did not alter Hsp25 and Hsp72 levels. However, while WBV increases Hsp72 levels in MG and TA, Hsp25 levels also increased in TA and soleus muscles during remobilization after immobilization. Result: Fast and slow twich fibers have different HSP responses to reduced mechanical tension and neuromuscular activity in skeletal muscles. This study reveals that WBV following immobilization increases the concentration of Hsp25 and Hsp72 proteins at both types of muscle fibers which plays a crucial role in skeletal muscle regeneration.

SB936

MÜZİĞİN MAKSİMAL KOŞU PERFORMANSINA VE EGZERSİZ SONRASI TOPARLANMA HIZINA ETKİSİ

[1]Serife Vatansever, [1]Senay Şahin, [1]Furkan Şentürk

[1]Uludağ Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Bursa

Email : *serifevatansever@yahoo.com, skoparan2013@gmail.com, serifevatansever@yahoo.com*

Giriş ve Amaç: Müzik dikkat çeker, bir dizi duyguyu tetikler, ruh halini değiştirir veya düzenler, iş çıktısını arttırır, uyarılmayı hızlandırır, daha yüksek işleyiş hallerini uyarır, engellemeleri azaltır ve ritmik hareketi teşvik eder. Çalışmamız genç sedanter bireylerde müziğin egzersiz performansı üzerindeki etkisini değerlendirmeyi amaçlamıştır. YÖNTEM: Bu çalışmada, genç kadın erişkinlerde farklı tempodaki müziğin maksimum egzersiz süresi, kalp atım hızı, koşu hızı, algılanan zorluk derecesi ve egzersiz sonrası pasif toparlanma üzerindeki etkisi incelenmiştir. On iki sağlıklı kadın katılımcı statik gürültü (kontrol), hızlı tempo müzik ve yavaş tempo müzik olmak üzere rastgele seçilmiş üç denemeye katıldı ve her deneme, maksimum koşu bandı egzersizi ve egzersiz sonrası toparlanma dönemlerinden oluştu. Tüm denemelerde dinlenik KAH, maksimum egzersiz süresi, maksimum KAH, maksimum koşu hızı ve algılanan zorluk dereceleri kaydedildi. BULGULAR: Egzersiz sırasında hızlı tempo müzik dinlenmesi, algılanan zorluk derecesini değiştirmediği halde (Tekrarlanan ölçümlerde ANOVA, P> 0.05) daha yüksek bir KAH, koşu hızı ve egzersiz süresine (Tekrarlanan ölçümlerde ANOVA, P <0.05) neden olmuştur. Farklı müzik şiddetleri arasında toparlanma KAH verileri incelendiğinde Tekrarlanan ölçümlerde ANOVA sonuçlarında zaman (P <0.05) ve deneme ve zaman etkileşiminin (P <0.05) olduğu görülmüştür. Bu sonuçlar bize denemeler arasında fark olduğunu göstermektedir. Bu farkın nereden kaynaklandığını bulmak için yapılan Post-hoc analizi sonucu hızlı müzik egzersiz denemesi ve yavaş müzik egzersiz denemesi ile hızlı müzik denemesi ve kontrol denemesi arasında anlamlı fark olduğu görülmüştür (P <0.05). SONUÇ: Maksimal egzersiz sırasında hızlı tempo müzik dinlemek, egzersiz süresinin uzamasına ve maksimal KAH'nın artmasına neden olabiliyor iken egzersiz sonrası yavaş tempo müzik dinlemek toparlanma hızını arttırabilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Müzik temposu, koşu hızı, kalp atım hızı, toparlanma hızı

INFLUENCE OF MUSIC ON MAXIMAL RUNNING PERFORMANCE AND POST-EXERCISE RECOVERY RATE

BACKGROUND: Music captures attention, triggers a range of emotions, alters or regulates mood, increases work output, heightens arousal, induces states of higher functioning, reduces inhibitions and encourages rhythmic movement. Our study tried to evaluate the effect of music on exercise performance in young untrained subjects. METHODS: In this study, we tested the effect of different tempo music on maximal exercise time duration, heart rate, running speed, ratings of perceived exertion, and passive post-exercise recovery rate in young female adults. Twelve healthy female participants completed three randomly assigned trials: static noise (control), fast tempo music and slow tempo music. Each condition consisted of maximal treadmill exercise and post-exercise recovery periods. Resting HR, maximal exercise time duration, peak heart rate, running speed, ratings of perceived exertion was recorded in each trials. RESULTS: Listening to fast tempo music during exercise resulted in a higher peak HR, Running speed and exercise time duration (Repeated-measures ANOVA, P<0.05) without a corresponding difference in ratings of perceived exertion (Repeated- measures ANOVA, P>0.05) . Repeated-measures ANOVA revealed a main effect of time (P<0.05), and a trial and time interaction (P<0.05) for recovery heart rate, indicating that responses differed over time between trials. Post-hoc analysis indicated significant differences between fast music exercise trial and slow music exercise trial and between fast music trial and control trial (P<0.05) CONCLUSIONS: Listening to fast tempo music during maximal exercise can increase exercise time duration and Peak HR while listening to slow tempo music after exercise can accelerate the recovery rate back to resting levels.

KEYWORDS: Music tempo, running speed, heart rate, recovery rate

SB977

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN GÜNLÜK YAŞAM ALIŞKANLIKLARININ FİZİKSEL AKTİVİTE DÜZEYİNE ETKİSİ

***[1]Aytekin Hamdi Başkan*, [1]Asiye Hande Başkan, [1]Şevki Kolukısa, [1]Kürşad Han Dönmez, [2]Mehmet Furkan Şahin**

[1]Giresun Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi,GİRESUN
[2]Muş Alparslan Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu,MUŞ

***Email :** aytekinbaskan@gmail.com, uludaghande@gmail.com, kolukısa.sevki@giresun.edu.tr, donmez.han@giresun.edu.tr, furkansahin0110@gmail.com*

Bu araştırmanın amacı üniversite öğrencilerinin günlük yaşam alışkanlıklarının fiziksel aktivite düzeyine etkisini incelemektir. Araştırmanın örneklemini Ankara Gazi üniversitesi Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinden 275 kişi oluşturmuştur. Çalışmaya katılan öğrencilerin yaş ortalaması 20,57±1,93, boy ortalaması 175,55±12,41 ve vücut ağırlığı ortalaması 71,05±11,22 olarak tespit edilmiştir. Deneklerin fiziksel aktivite düzeyleri hafta içi 2 ve hafta sonu 1 gün olmak üzere toplam 3 gün pedometre cihazı ile izlenmiştir. Günlük yaşam alışkanlıklarını belirlemek amacıyla araştırmacı tarafından oluşturulan anket formu kullanılmıştır. Araştırma da <5000 adım altı "çok zayıf", 5001-7500 adım arası "zayıf", 7501-1000 adım arası "normal", 10001-12500 adım arası "iyi" ve >12500 adım "çok iyi" olarak değerlendirilmiştir. Araştırmanın bulgularına göre; deneklerin fiziksel aktivite düzeyleri 9645,12±3128,51 olarak tespit edilmiştir. Deneklerin düzensiz beslenme alışkanlıkları, fiziksel aktivite durumları, gün içerisindeki aktiviteleri ve sürekli olarak yaptıkları spor branşları arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır(p>0,05). Günlük televizyon ve bilgisayar başında geçirdikleri zaman, telefon kullanma süresi, okula ulaşım şekli ve yaptıkları fiziksel aktivitenin şiddetinde fiziksel aktivite düzeyine göre p<0,05 düzeyinde anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Sonuç olarak; gençlik çağında dengesiz beslenme ve günlük televizyon ve bilgisayar başında geçirilen zamanın fazlalığı, telefon kullanımındaki artan bağımlılık fiziksel aktivite düzeyini olumsuz yönde etkilediği düşünülmektedir. Hareketsiz yaşam ve dengesiz beslenme tarzını yaşam biçimi haline getirmiş bireylerin fiziksel aktivite düzeylerinin "kötü ve orta düzeyde" olduğu söylenebilir. Anahtar Kelimeler: fiziksel aktivite, günlük yaşam alışkanlığı, öğrenci.

GİRİŞ Fiziksel aktivite, günlük yaşamımızda kas ve eklemlerimizi kullanarak enerji harcanmasını içeren, kalp ve solunum hızını artıran, farklı şiddetlerde yapılabilen yorgunlukla sonuçlanan aktivitelerdir. (Baltacı, 2008; ACSM, 2009; Aktaran: Can 2013: 5). Bu nedenle fiziksel günlük yaşam aktivitesi "her günkü işlevler sırasında iskelet kasları yoluyla meydana gelen istemli hareketlerin toplamı" olarak da değerlendirilebilir (Steele, 2003; Aktaran: Can 2013: 5). Mevsim/hava koşulları, programların maliyeti, yoğun trafik, ev ekipmanları (egzersiz bisikleti, egzersiz videosu), yürüme/bisiklete binme ve rekreasyonel alanların (basketbol veya golf sahası, jimnastik salonu, park) varlığı ve bu alanların kolay ulaşılabilir olması, suç

THE EFFECTS OF DAILY LIFE HABITS OF UNIVERSITY STUDENTS ON THE LEVEL OF PHYSICAL ACTIVITY

The purpose of this study is to examine the effect of daily life habits of university students on the level of physical activity. The sample of theresearch consisted of 275 students from Ankara Gazi University Sports Science faculty. The average age of the participants was 20,57 ± 1,93, the mean height was 175,55 ± 12,41 and the body weight average was 71,05 ± 11,22. The physical activity levels of the subjects were monitored by a pedometer for a total of 3 days, 2 on weekends and 1 day on weekdays. A questionnaire formed by the researcher was used to determine the daily life habits. In the research, <5000 steps were considered "very weak", between 5001-7500 steps were considered "weak", between 7501-1000 steps were considered "normal", between 10001-12500 steps were considered "good" and> 12500 steps were considered "very good". According to the findings of the research; The physical activity levels of the subjects were determined as 9645,12 ± 3128,51. There was no significant difference found in the subjects' irregular eating habits, physical activity status, daytime activities and the sports branches they constantly performed in(P> 0.05). Significant differences were

found at $p < 0.05$ in the time they spent their time in front of the television and computer, the time they are on their phone, the means of transportation they use to get to the school, and in the severity of the physical activity they perform, according to the physical activity level. In conclusion; unbalanced nutrition at a young age, spending too much time daily on television and computer, as well as the increase in the addiction to use the phone are thought to affect the physical activity level negatively. It can be said that the physical activity levels of individuals who have made the sedentary.

FİZİKSEL UYGUNLUK / PHYSICAL FİTNESS

SB21

MÜCADELE SPORLARINDA KİLO DÜŞME YÖNTEMLERİNİN ETKİLERİ

[1]Feyzullah Koca*, [2]Feyzullah Koca, [3]Osman İmamoğlu, [4]Mehmet Türkmen

[1]Erciyes Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu/Kayseri
[2]Erciyes Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu/Kayseri/Türkiye
[3]OMÜ Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi /Samsun/Türkiye
[4]MUŞ Alparslan Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu/Türkiye

Email : *fkoca@erciyes.edu.tr, fkoca@erciyes.edu.tr, ,*

Özet:

Bu çalışmada Üniversite de spor eğitimi alan mücadele sporlarındaki öğrencilerde kilo düşme yöntemlerinden etkilenme durumları araştırılmıştır. Spor eğitimi alan toplam 208 Üniversite öğrencisine "Spor Kilo Verme Yöntemleri ve Etkileri Ölçeği" ile doldurulmuştur. İstatistiksel işlemlerde Mann Whitney U ve Kruskal Wallis testleri yapılmıştır. Bu çalışmaya göre müsabaka kilosuna düşerken erkeler kendi vücut ağırlıkların % 3'ünü ve kadınlar % 2,91'ini düşmüşlerdir. Cinsiyete göre ölçeğin sıvı kaybı, fizyolojik ve psikolojik alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0,05$ ve $p<0,001$). Branşlara göre diyet, ergojenik, fizyolojik ve psikolojik alt boyutlardan etkilenme durumunda anlamlı farklılıklar bulunmuştur ($p<0,05$ ve $p<0,001$). Sonuç olarak mücadele spor yapan öğrenciler genellikle diyet boyutundan etkilenmişlerdir. Azda olsa erkek öğrenciler sıvı kaybından kadın sporculara göre daha fazla etkilenmiş iken fizyolojik ve psikolojik bakımdan daha az etkilenmişlerdir. Elit seviyedeki mücadele sporcularında kilo düşme yöntemlerinin belirlenmesi için daha geniş kapsamlı bir ölçek geliştirilmelidir. Ayrıca beslenme konusunda destek olunmalıdır.

Anahtar kelimeler: Spor, Kilo düşme, Ölçek

THE EFFECTS OF WEIGHT FALLING METHODS IN FIGHTING SPORTS

Summary:

In this study, the effects of the weight loss methods on the students in the Combat sports and Martial Arts field were investigated. Sport Weight Loss Methods and Effects Scale were filled by a total of 208 university students who received sports education. Mann Whitney U and Kruskal Wallis tests were performed statistically. According to this study, while falling to the weight of the competition, 3% of their body weights and 2.91% of women have fallen. There was a statistically significant difference in fluid loss, physiological and psychological sub-dimensions of the scale according to the sex ($p <0, 05$ and $p <0,001$). Significant differences were found in relation to diet, ergogenic, physiological and psychological sub-dimensions according to the branches ($p <0.05$ and $p <0.001$). As a result, the students who played sports were generally affected by diet. While male students were more affected by fluid loss than female athletes, they were less affected by physiological and psychological care. A more comprehensive scale should be developed to determine weight loss methods in the elite level Combat sports and Martial Arts athletes. In addition, nutrition support should be provided. Key Words: Sports, Weight Loss, Scale

SB74

BİREYSEL VE TAKIM SPORLARINDA PERFORMANSLA İLİŞKİLİ FİZİKSEL UYGUNLUK TESTLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

[1]Berkiye Kırmızıgil, [2]Nihan Özünlü Pekyavaş, [3]Özge Çınar Medeni, [4]Ayşe Uzun, [5]Berkiye Kırmızıgil, [6]Selma Karacan, [7]Fatma Filiz Çolakoğlu, [4]Gül Baltacı

[1]Doğu Akdeniz Üniversitesi, Mağusa
[2]Başkent Üniversitesi, Ankara
[3]Çankırı Karatekin Universitesi, Çankırı
[4]Özel Ankara Güven Hastanesi, Ankara
[5]Doğu Akdeniz Üniversitesi, Mağusa
[6]Selçuk Üniversitesi, Konya
[7]Gazi Üniversitesi, Ankara

Email : *berkiye.kirmizigil@emu.edu.tr, nihan_2002@hotmail.com, ozgecinar@gmail.com, fztayse16@gmail.com, berkiye.kirmizigil@emu.edu.tr, selmakaracan@gmail.com, ffiliz@gazi.edu.tr, ygul.baltaci@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Bireysel ve takım sporları farklı fiziksel uygunluk parametrelerine gereksinim duymakla birlikte aralarında farklılıkların anlaşılması başarının artırılması açısından önemli bir durumdur. Bu sebeple bu çalışmanın amacı bireysel ve takım sporu yapan sporcuların fiziksel uygunluk parametrelerinin karşılaştırılmasıdır.

Yöntem: Çalışmaya toplam 295 gönüllü profesyonel sporcu dahil edildi. Sporcular, takım sporu yapanlar (toplam n=216, basketbol n=46, voleybol n=135, futbol n=35) (Yaş, X±SD: 15.0±3.15yıl; BMI, X±SD: 20.1±2.8kg/m2) ve bireysel spor yapanlar (toplam n=79, taekwondo n=31, tenis n=29, yelken n=19) (Yaş, X±SD: 16.6±4.8yıl; BMI, X±SD: 20.1±3.2kg/m2) olarak gruplandı. Sporcuların antrenman öncesi dikey sıçrama değerleri, OptoJump optik ölçüm sistemi ile, anaerobik güç değerleri Wingate bisiklet ergometresi testi ile, esneklikleri otur-uzan testi ile ve reaksiyon zamanları işitsel ve görsel olarak Newtest 1000 aleti ile değerlendirildi. Her iki grubun istatistiksel olarak karşılaştırılması için Eşleştirilmiş T Testi kullanıldı.

Bulgular: Gruplar arasında dikey sıçrama ($p \leq 0.01$) ve anaerobik güç ($p \leq 0.01$) parametrelerinde istatistiksel olarak anlamlı fark bulundu. Takım sporları yapan sporcuların anaerobik güç ve dikey sıçrama değerlerinin bireysel spor yapan sporculara göre daha fazla olduğu gözlemlendi. Takım sporları branşları açısından karşılaştırıldığında voleybol, basketbol ve futbol arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulundu ($p \leq 0.01$). Ortalama değerlere göre basketbolun en yüksek, futbolun ise en düşük anaerobik güç ve dikey sıçrama değerlerine sahip olduğu gözlemlendi. Otur-uzan testi sonuçlarında ve reaksiyon zamanı sonuçlarında ise istatistiksel olarak anlamlı fark görülmedi ($p > 0.05$).

Sonuç: Takım sporları ile bireysel sporlar karşılaştırıldığında anaerobik güç bakımından farklılıklar görüldü, fakat esneklik ve reaksiyon zamanı parametrelerinde fark saptanmadı. Bu sebeple gerek takım sporlarında gerekse bireysel sporlarda ölçüm yapılırken bu parametrelerin göz önünde bulundurulması gerektiğini düşünmekteyiz.

COMPARISON OF PERFORMANCE-RELATED PHYSICAL FITNESS TESTS ON INDIVIDUAL AND TEAM SPORTS

Introduction and Aim: Individual sports and team sports require different physical fitness parameters and understanding the differences between them is important in terms of increasing achievement. For this reason,the aim of this study is to compare physical fitness tests between individual and team sports athletes.

Method: A total of 295 volunteer professional athletes were included in the study. Athletes were grouped as team sports athletes (total n=216, basketball n=46, volleyball n=135, football n=35) (Age,X±SD:15.0±3.15 years, BMI,X±SD:20.1±2.8kg/m2) and individual sports athletes (total n=79, taekwondo n=31,tennis n=29,sail n=19) (Age,X±SD:16.6±4.8 years, BMI,X±SD:20.1±3.2kg/m2).The vertical jump values of the athletes were measured before training with the OptoJump optical measurement system, the anaerobic power values were measured with the Wingate bicycle ergometer test, the flexibilities were measured with the sit and reach test and the reaction times was evaluated audibly and visually with the Newtest 1000 Instrument. The paired T test was used for statistical comparison of both groups.

Results: There was a statistically significant difference between the groups in terms of vertical jump ($p \leq 0.01$) and anaerobic power ($p \leq 0.01$). According to mean values, the anaerobic power and vertical jump values of the team sports athletes were higher than those of the individual sports athletes.There was a statistically significant difference between volleyball, basketball and football in terms of team sports branches ($p \leq 0.01$).It was observed that basketball had the highest and football had the lowest anaerobic power and vertical jump values according to the mean values.There was no statistically significant difference between the sit and reach test and reaction time ($p > 0.05$).

Conclusions: There were differences in anaerobic power between the team sports and individual sports,but there was no difference in flexibility and reaction time parameters. For this reason, we think that these parameters should be taken into consideration when measuring athletic performance in team sports or individual sports.

SB211

FUTBOLCULARDA STATİK STABİLİZASYON İLE DİNAMİK STABİLİZASYON ARASINDAKİ İLİŞKİNİN ARAŞTIRILMASI

***[1]Meltem Uzun*, [1]Halil İbrahim Ergen, [1]Hatice Adıgüzel, [1]Zekiye İpek Kırmacı, [1]Mustafa Yıldızlı, [1]Nevin Ergun**

[1]Sanko Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, GAZİANTEP

***Email :** meltemozturk03@hotmail.com, hiergen@sanko.edu.tr, hadiguzel@sanko.edu.tr, lKirmaci@sanko.edu.tr, myildizli@sanko.edu.tr, nevinergun53@gmail.com*

GİRİŞ VE AMAÇ: Bu çalışma futbolcularda statik stabilizasyon ile dinamik stabilizasyon arasındaki ilişkinin araştırılması amacı ile yapılmıştır. YÖNTEM: Çalışmamıza Gaziantep Gazişehir Futbol Kulübü alt yapısından yaş ortalaması 16,5 olan 123 futbolcu dahil edildi.13 yaş grubunda 16, 14 yaş grubundan 19, 15 yaş grubundan 20, 16 yaş grubundan 15, 17 yaş grubundan 18 , 19 yaş grubundan 14, 21 yaş grubundan 21 futbolcu değerlendirmeye alındı. Futbolcuların demografik bilgileri kaydedildi. Statik stabilizasyon değerlendirmesi için sağ- sol Side Plank ,Prone Plank,Abdominal Fatique ve Modifiye Beiring Sorenson testleri yapıldı, süreleri ölçüldü ve kaydedildi. Dinamik stabilizasyon için 30 sn Sit ups ve 30 sn Push ups testlerinde hareket sayıları kaydedildi. Statik stabilizasyon ile dinamik stabilizasyon arasındaki ilişkinin istatistiksel değerlendirilmesinde Pearson Korelasyon analizi kullanıldı. BULGULAR:Diğer değerlendirmelerin analizinde anlamlı bir ilişki bulunmazken; Pron Plank ve Side Plank süreleri ile 30 sn Push ups sayısı arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmıştır ($p< 0,05$). SONUÇ:Futbolcularla yapılan bu çalışmamızda statik stabilizasyonda tüm vücudun stabilizasyona katıldığı değerlendirmeler ile yine tüm vücudun stabilizasyona katıldığı dinamik stabilizasyon değerlendirmesi arasında anlamlı ilişki olduğu sonucuna varılmıştır. Bu sonuç doğrultusunda futbol antremanlarında dinamik stabilizasyonu geliştirmek amacı ile planlanan egzersiz programları içerisinde tüm vücudu içeren statik stabilizasyon egzersizlerinin kullanımının faydaları dikkate alınmalıdır.

THE INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN STATIC STABILIZATION AND DYNAMIC STABILIZATION IN FOOTBALL PLAYERS

INTRODUCTİON AND PURPOSE: This study was carried out with the aim of investigating the relationship between static stabilization and dynamic stabilization in soccer players METHOD: 123 football players with an average age of 16.5 were included in Gaziantep Gazişehir Football Club sub-structure. 16, 14 age group from 19, 15 age group 20, 16 age group 15, 17 age group 18, 19 age group 14, 21 age group 21 football players were evaluated. The demographic information of the footballers was recorded. Right-left Side Plank, Prone Plank, Abdominal Fatique and Modified Beiring Sorenson tests were performed to evaluate the static stabilization, their duration was measured and recorded. For dynamic stabilization, the number of motions was recorded during 30 sec sit ups and 30 sec push ups. Pearson's correlation analysis was used in statistical evaluation of the relationship between static stabilization and dynamic stabilization. RESULTS: There was no significant relationship in the analysis of other evaluations; There was a significant relationship between Pron Plank and Side Plank durations and the number of 30 s Push ups ($p <0,05$). CONCLUSİONS: In our work with footballers, it was concluded that there was a significant relationship between the evaluations of the whole body participating in the stabilization in the static stabilization and the dynamic stabilization evaluation in which the whole body participated in the stabilization. In order to improve dynamic stabilization in soccer training in this direction, the benefits of the use of static stabilization exercises that include all the body should be taken into account in the planned exercise programs.

SB214

FUTBOLCULARDA VKI İLE AEROBİK VE ANAEROBİK KAPASİTE ARASINDAKİ İLİŞKİNİN ARAŞTIRILMASI

[1]Meltem Uzun, [1]Halil İbrahim Ergen, [1]Hatice Adıgüzel, [1]Zekiye İpek Katırcı Kırmacı, [1]Mustafa Yıldızlı, [1]Nevin Ergun

[1]Sanko Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, GAZİANTEP

Email : *meltemozturk03@hotmail.com, hiergen@sanko.edu.tr, hadiguzel@sanko.edu.tr, IKirmaci@sanko.edu.tr, myildizli@sanko.edu.tr, nevinergun53@gmail.com*

GİRİŞ VE AMAÇ: Bu çalışma, futbolcularda VKI ile aerobik ve anaerobik kapasite arasındaki ilişkinin araştırılması için yapılmıştır. YÖNTEM: Çalışmamıza Gaziantep Gazişehir Futbol Kulübü alt yapısı oluşturan 13,14,15,16,17,19,21 yaş grubundan 167 futbolcu dahil edildi. 13 yaş grubunda 20, 14 yaş grubundan 27, 15 yaş grubundan 30, 16 yaş grubundan 19, 17 yaş grubundan 23, 19 yaş grubundan 16, 21 yaş grubundan 32 futbolcu değerlendirmeye alındı. Katılan futbolcuların yaş, boy ve kilo bilgileri kaydedildilerek VKI'leri hesaplandı. Aeorbik kapasitelerinin değerlendirilmesinde saha testlerinden "Mekik koşu" ve "Coopers" testleri kullanıldı. Anaerobik kapasitelerinin belirlenmesinde "Uzun atlama "testi kullanıldı. Yapılan değerlendirme yöntemleri ile VKI arasındaki istatistiksel ilişkiye "Pearson Korelasyon Analizi" kullanılarak bakıldı. BULGULAR: VKI ile patlayıcı güç gerektiren uzun atlama mesafesi arasında anlamlı bir ilişki bulunurken ($p<0,001$), aerobik kapasitenin değerlendirildiği testler arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır ($p>0,05$). Sonuçta VKI arttıkça uzun atlama mesafesinin kısaldığı gözlenmiştir. SONUÇ: Futbolcularda, aerobik kapasite kadar anaerobik kapasite de müsabakalardaki performans açısından önemlidir. Futbolcuların saha içerisindeki patlayıcı güç gerektiren aktivitelerdeki başarılarını arttırmak için VKI kontrolünün sağlanması önerilmektedir.

THE INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN THE BMI AND THE AEROBIC AND AEROBIC CAPACITY IN FOOTBALL PLAYERS

INTRODUCTİON AND PURPOSE: This study was conducted to investigate the relationship between BMI and aerobic and anaerobic capacity in soccer players. METHOD:167 football players were included in the 13,14,15,16,17,19,21 age group which constituted the sub-structure of Gaziantep Gazişehir Football Club. 13 in the age group 20, in the 14 age group 27, in the 15 age group 30, in the 16 age group 19, in the 17 age group 23, in the 19 age group 16 and in the 21 age group 32 soccer players were evaluated. The age, height and weight information of the participating footballers were recorded and their BMI were calculated. In the evaluation of the aeorbic capacities, "Shuttle run" and "Coopers" tests were used in the field tests. The "long jump" test was used to determine anaerobic capacities. The statistical relation between constructed evaluation methods and BMI was evaluated using "Pearson Correlation Analysis". RESULTS: There was no significant relationship between BMI and long jump distance ($p <0,001$), which requires explosive power, and no significant correlation was found between the aerobic capacity tests ($p> 0,05$). As a result, as the BMI increased, the long jump distance shortened. CONCLUSİONS: In football, anaerobic capacity as much as aerobic capacity is also important in terms of performance in the competition. It is recommended that football players should have BMI control in order to increase their success in activities requiring explosive power in the field

SB250

AMATÖR ARTİSTİK JİMNASTİKÇİ ÇOCUKLAR İLE SPOR YAPMAYAN ÇOCUKLAR ARASINDAKİ GÖVDE KAS ENDURANSI VE DENGENİN KARŞILAŞTIRILMASI

***[1]Burcu Dericioğlu*, [1]Emine Handan Tüzün, [1]Berkiye Kırmızıgil, [1]Levent Eker**

[1]Doğu Akdeniz Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi - KKTC

***Email :** , , ,*

Amaç: Jimnastikte dinamik stabilite ve iyi bir postüral kontrol çocukların antrenmanlar sırasında kuvvetlerini korumalarını ve sportif performanslarını artırmalarını sağlayan başlıca faktörlerdendir. Bu çalışmanın amacı, amatör art,stik jimnastikçiler ile herhangi bir spora katılmayan çocukların denge ve gövde kas enduranslarının karşılaştırılmasıdır.

Yöntem: Çalışmaya, yaşları 7-9 arasında değişen toplam 34 kız çocuk alındı. 17 çocuk en az 3 aydır jimnastik antrenmalarına katılırken (Grup 1), geri kalan 17 çocuk ise herhangi bir spor ile uğraşmayan ve düzenli fiziksel aktivite yapmayan (Grup 2) çocuklardan oluşuyordu. Gövde kas enduransı McGill Kor Endurans Testleri ile değerlendirildi. Bunlar gövde fleksör endurans testi, gövde ekstansör endurans testi ve lateral köprü endurans testleri ile değerlendirildi. Denge ise Flamingo Denge Testi ve Y Denge testi ile değerlendirildi.

Bulgular: Yaş, vücut ağırlığı, boy ve bacak uzunluğu açısından gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklar bulundu ($p<0,05$). Grup 1'deki çocuklar ortalama 9,7 aydır haftada 2 kez, her biri 60 dk süren antrenmanlara katılıyordu. Grupların statik ve dinamik dengeleri istatistiksel olarak farksız bulundu ($p>0,05$). Statik gövde fleksiyon ve ekstansiyon enduransları gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklı olmasına karşın ($p<0,05$), bilateral lateral köprü test sonuçları benzerdi($p>0,05$).

Sonuç: Kız çocuklarında jimnastik antrenmalarına katılım dengeyi geliştirmezken, gövde fleksiyon ve ekstansiyon enduranslarını akranlarına göre belirgin şekilde artırmaktadır. Bu durum 7-9 yaş grubundaki kız çocuklarında denge için henüz maturasyonun tamamlanmamasının bir sonucu olabileceği gibi antrenman programı içerisinde dengeyi geliştirmeye yönelik yapılan egzersizlerin yetersiz oluşuna bağlanabilir. Farklı yaş gruplarında ve daha uzun süreli antrenman programlarının etkilerini inceleyen çalışmalara gereksinim vardır.

Anahtar Kelimeler: Jimnastik, Kor Stabilite, Endurans, Flamingo Denge Testi, Y Denge Testi

COMPARISON OF TRUNK MUSCLE ENDURANCE AND BALANCE BETWEEN AMATEUR ARTISTIC GYMNASTS CHILDREN AND CHILDREN WHO DO NOT MAKE ANY SPORT

Aim: Dynamic stability and good postural control enable children to maintain their strength and improve their athletic performance during gymnastic. The aim of this study was to compare the balance and trunk muscle endurance of amateur artistic gymnasts and children who do not engage in any sport.

Method: A total of 34 girls between ages 7 and 9 were included in the study. 17 children participate in gymnastics training for at least 3 months (group 1), the remaining 17 children are consist of children who do not train with any sport and do not perform regular physical activities (group 2). Trunk muscle endurance was evaluated by McGill Core Endurance Tests which are Trunk Flexor Test, Trunk Extensor Test (Biering Sorensen) and Side Bridge Test. The balance was evaluated by Flamingo Balance test and Y Balance test.

Results: There were statistically significant differences between the groups in terms of age, body weight, height and leg length ($p<0.05$). The children in Group 1 were participating in the 60-minute training sessions twice a week for an average of 9.7. There was no statistically significant difference between the groups in the static and dynamic balance ($p > 0.05$). The results of the lateral Bridge test were similar ($p < 0.05$), although the trunk flexor and extansör endurances were statistically significantly different between the groups ($p < 0.05$).

Conclusion: Participation in gymnastics training in girls does not improve the balance but trunk flexion and extansion endurance increases significantly when compared to their peers. This may be a result of not completing the maturation yet for balance in girls in the 7-9 age group, as well as the adequate exercises to improve balance in the exercise program. Studies are needed to study the effects of different age groups and longer-term training programs.

Key words: Gymnastic, Core Stability, Endurance, Flamingo Balance

SB505

DÜZENLİ YAPILAN KARDİYO TENİS EGZERSİZLERİNİN SEDANTER GENÇ KADINLARIN FİZİKSEL UYGUNLUK PARAMETRELERİNE ETKİSİ

[1]Şeniz Karagöz, [2]İrfan Yıldırım, [1]Ali Furkan Canlı, [1]Gamze Avşar, [1]Esrah Damar

[1]AFYON KOCATEPE ÜNİVERSİTESİ BEDEN EĞİTİMİ SPOR YÜKSEK OKULU,AFYONKARAHİSAR
[2]MERSİN ÜNİVERSİTESİ BEDEN EĞİTİMİ SPOR YÜKSEK OKULU,MERSİN

Email : *senizkaragoz@gmail.com, iyildirim76@hotmail.com, , ,*

Bu çalışmanın amacı; 8 hafta düzenli yapılan kardiyo tenis egzersizlerinin sedanter genç kadınların fiziksel uygunluk parametrelerine etkisinin incelenmesidir. Araştırmanın örneklem grubunu 30 sedanter genç kadın oluşturmaktadır. Rastgele yöntemle kardiyo tenis, kardiyo tenis+diyet ve kontrol olmak üzere 3 guruba ayrılmış olan katılımcılara haftada 3 gün, günde 75 dakika, 8 hafta kardiyo tenis antrenmanları uygulatılmıştır. Egzersizler kademeli olarak artacak şekilde %40-70 şiddetinde uygulatılmıştır. Egzersiz programı öncesi ve sonrasında katılımcıların vücut ağırlıkları, vücut yağ yüzdesi, boy uzunlukları, bel çevresi, kalça çevresi, Sistolik kan basıncı, Diostolik kan basıncı, Kalp atım sayısı, Aerobik Uygunluk, Esneklik ve Sırt Bacak Kuvveti ölçülmüştür. Elde edilen verilerin SPSS programında istatistiksel analizleri yapılmıştır. Analizlerde ilişkili ölçümlerde iki faktörlü varyans analizi, ayrıca gruplar arasındaki farklılık kaynağını ortaya koymak için çoklu karşılaştırma testlerinden bonferroni testi kullanılmıştır. Yapılan analiz sonucunda düzenli yapılan 8 haftalık kardiyo tenis egzersizlerinin sedanter genç kadınların fiziksel uygunluk parametrelerinden Vücut Ağırlığı, Kalp atım sayısı; Vücut yağ yüzdesi; Esneklik Uygunluğu; Bel Çevresi; Kalça Çevresi ve Sırt Bacak Kuvveti'ne etkilerinin olduğu belirlendi ($p<0,01$ ve $p<0,05$). 8 haftalık zaman içeresinde gruplar arasındaki farklılıklar incelendiğinde ise; sedanter genç kadınların Vücut Ağırlığı, Sistolik kan basıncı; Kalp atım sayısı; Aerobik Uygunluk; Vücut yağ yüzdesi; Kalça Çevresi; Sırt Bacak Kuvvetinde gruplar arasında anlamlı farklılıklar olduğu görüldü ($p<0,01$ ve $p<0,05$). Anahtar Kelimeler: Fiziksel Uygunluk, Sedanter Kadın, Egzersiz

THE EFFECT OF REGULAR CARDIO TENNIS EXERCISES ON PHYSICAL FITNESS PARAMETERS OF SEDENTARY YOUNG WOMEN

The purpose of this study is to examine the effects of cardio tennis exercises regularly performed for 8 weeks on physical fitness parameters of sedentary young women. The sample group of the study consisted of 30 sedentary young women. Participants who were randomly divided into three groups as cardio tennis, cardio tennis + diet, and control group and cardio tennis training for 3 days a week, 75 minutes daily for 8 weeks was applied. Exercises were applied at a rate of 40-70% with a gradual increase. Body weight, body fat percentage, height, waist circumference, hip circumference, systolic blood pressure, diastolic blood pressure, heart rate, aerobic fitness, flexibility and back leg strength were measured before and after the exercise program. Statistical analyzes of the obtained data were made in the SPSS program. Two-factor analysis of variance was used for the correlations in the analyzes, and the bonferroni test was used to establish the difference between the groups for multiple comparison. As a result of the analysis, it was found that 8 weeks of cardio tennis exercises have influences on the regular physical fitness parameters of the sedentary young women for Body Weight, Heart Rate; Body fat percentage; Elasticity Eligibility: Waist Circumference; Hip Circumference and Back Leg Force ($p <0.01$ and $p <0,05$). When the differences between the groups for the 8 week time period are examined; it was found that there were significant differences among sedentary young women for Body weight; Systolic blood pressure; Heart rate; Aerobics Aptitude; Body fat percentage; Hip Circumference; back leg strength between the groups ($p <0.01$ and $p <0.05$). Keywords: Physical Fitness, Sedanter Woman, Exercise

SB635

SPORCULARDA GÖVDE KAS KUVVETİ İLE ESNEKLİK ARASINDAKİ İLİŞKİNİN BELİRLENMESİ

[1]Tuğba Kocahan, [2]Bihter Akınoğlu, [1]Ezgi Ünüvar

[1]Gençlik Ve Spor Bakanlığı, Spor Genel Müdürlüğü, Sporcu Eğitim Ve Sağlık Araştırma Merkezi (SESAM), Ankara
[2]Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi Ve Rehabilitasyon Bölümü Ankara

Email : *tugba.kocahan@sgm.gov.tr, rgkardelen@yahoo.com, unuvarezgi@gmail.com*

Amaç Kas gücü atlama ve yön değiştirme gibi spora özgü birçok aktiviteye katkıda bulunmakta ve atletik performansı etkilemektedir. Özellikle core kasları tüm spor branşlarında en çok aktivasyon gösteren kas grupları olduğu için bu kasların kuvveti atletik başarıyı büyük ölçüde etkilemektedir. Kas tarafından üretilen tork ateşlenen motor ünite sayısı, kas boyu, kasın kuvvet kolu gibi birçok faktöre bağlıdır. Maksimal kassal kuvvetin ortaya çıkarılması için kassal komponentlerin optimal boyda olması gerekmektedir. Daha önce yapılan çalışmalarda kas boyu ile kas kuvveti arasında direkt bir ilişki olduğu ve esnekliğin kas performansına büyük bir katkısı olduğu bildirilmektedir. Bu çalışmanın amacı gövde kas kuvveti ile bacak-sırt esnekliği arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Yöntemler Çalışmamıza milli takım düzeyinde olan 23 judo sporcusu dahil edildi. Sporcuların bacak-sırt esnekliği otur uzan testi, gövde rotasyon ve fleksiyon-ekstansiyon izokinetik kas kuvveti ise 60°/sn-150°/sn açısal hızlarda izokinetik test cihazı ile ölçüldü. Fonksiyonel esneklik ile kas kuvveti arasındaki ilişki Pearson korelasyon analizi ile test edildi. Sonuçlar Çalışmamız sonucunda 60°/sn açısal hızda gövde ekstansör kas kuvveti ile bacak-sırt esnekliği arasında istatiksel olarak anlamlı orta düzeyde pozitif korelasyon olduğu belirlendi (p=0,013,r=0,511). Tartışma Çalışmamız sonucunda 60°/sn açısal hızda gövde ekstansör kas kuvveti ile bacak-sırt esnekliği arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Bacak-sırt esnekliği arttıkça gövde ekstansör kas kuvvetinin de arttığı görülmektedir. Literatürde kas boyu ile kas kuvveti arasında direkt bir ilişki olduğu ve esnekliğin kas performansına büyük bir katkısı olduğu bildirilmektedir. Çalışmamız sonucunda, kaslarda kuvvet artışı sağlanabilmesi için esneklik egzersizlerinin de antrenman programlarına eklenmesini önermekteyiz.

RELATIONSHIP BETWEEN CORE MUSCLE STRENGTH AND FLEXIBILITY IN ATHLETES

Purpose Muscle strength contributes to many sport-specific activities such as jumping and changing direction and affects athletic performance. Especially core muscles which are the most active muscle groups in all sports branches, strength greatly affects athletic success. The amount of torque produced by a muscle depends on the number of motor units activated, the muscle length, and the moment arm of the muscle. To reveal maximal muscular strength, the muscular components must be of optimal length. Previous studies have reported that direct relationship between muscle length and muscle strength, flexibility is a major contributor to muscle performance. The purpose of this study is to determine the relationship between core muscle strength and leg and back flexibility. Method 23 judo athletes who are at the national team level are included in our study. Back and leg flexibility of athletes measured with sit-and-reach test, trunk flexion-extension and right-left rotation isokinetic muscle strength measured with isokinetic device at 60°/sec and 150°/sec angular velocities. The relationship between back-and-leg flexibility and muscle strength was tested with Pearson correlation analysis. Results As a result of our study, it was determined that there is a statistically significant and moderate positive correlation between trunk extensor muscle strength at 60°/sec angular velocity and back-and-leg flexibility (p=0,013, r=0,511). Discussion As a result of our study, it was determined that there is a positive correlation between trunk extensor muscle strength at 60°/sec angular velocity and back-and-leg flexibility. As the back-and-leg flexibility increases, the muscle strength of the trunk increases. Previous studies have reported that direct relationship between muscle length and muscle strength, flexibility is a major contributor to muscle performance. As a result of our study, we recommend that adding flexibility exercises to the training programs so that muscle strength can be increased.

SB755

İLKOKUL (1- 4 SINIF) ÖĞRENCİLERİN FİZİKSEL UYGUNLUKLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ

***[1]Yusuf Buzdağlı*, [2]Kemal Tamer**

[1]Ankara Üniversitesi
[2]İstanbul Aydın Üniversitesi

Email : *yusufbuzdagli25@gmail.com, ktamer54@gmail.com*

İLKOKUL (1- 4 SINIF) ÖĞRENCİLERİN FİZİKSEL UYGUNLUKLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ

Bu çalışmanın amacı, 7-10 yaş grubu ilkokul öğrencilerin (1-4 sınıflar) fiziksel uygunluk seviyelerini belirlemektir. Çalışmaya, Erzurum ili merkezinde ilköğretim kurumlarında öğrenim gören 7-10 yaş kategorisinde 498 kız, 464 erkek olmak üzere toplam 962 öğrenci katılmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin boy, vücut ağırlığı, VKİ, İKAS, dikey sıçrama, 30 sn mekik, 30 sn şınav, esneklik, flamingo denge, 20 m hız koşusu, 7, 8, 9 yaş grubunda 800 m koş-yürü testi, 10 yaş grubunda 1600 m koş-yürü testi yapılmıştır. Araştırmada elde edilen veriler bilgisayar ortamında "SPSS 20.0" paket programında değerlendirilmiştir. Deneklerden elde edilen verilerin cinsiyet ve yaş gruplarını ayrıştırıp ayrıştırmadığını test etmek amacıyla aynı yaş grubu farklı cinsiyetlerin özelliklerini karşılaştırmak için iki yönlü varyans (Two-way ANOVA) analizi, aynı cinsiyette yaş grupları arasındaki farklılıkları ortaya koymak için tek yönlü varyans (One-Way ANOVA) analizi yapılmıştır. Anlamlı farklılığın elde edilmesi durumunda, çoklu karşılaştırma testlerinden Tukey testi kullanılmıştır. Parametreler arasındaki ilişkiyi bulmak için Pearson korelasyon testlerinden yararlanılmıştır. İstatistiksel işlemlerin yorumlanmasında anlamlılık düzeyi için p=0.05 kabul edilmiştir. Araştırmanın tüm sonuçları değerlendirildiğinde, kızların performanslarında erkeklere göre daha erken yaşlarda hızlı artışlar görülmektedir. Erkeklerin ise dayanıklılık, sürat, dikey sıçrama, mekik ve anaerobik güç değerlerinin kızlara göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Fiziksel gelişime bağlı olarak; hem kızlarda hem de erkeklerde sürat ve sıçrama, ayrıca erkeklerde kassal dayanıklılıkta da artış gözlemlenmiştir. Anahtar Kelimeler : İlköğretim Öğrencisi, Fiziksel Uygunluk

ASSESSMENT OF PHYSICAL FITNESS OF PRIMARY SCHOOL STUDENTS (grade 1-4)

ASSESSMENT OF PHYSICAL FITNESS OF PRIMARY SCHOOL STUDENTS (grade 1-4)

The purpose of this study is to determine the physical fitness levels of primary school students (grades 1-4) in the 7-10 age group. A total of 962 students (498 girls, 464 boys) participated in the study in the 7-10 age group in primary education institutions in Erzurum. The students who participated in the research were tested for height, body weight, VKI, IKAS, vertical jump, 30 sec sit-ups, 30 sec push-ups, flexibility, flamingo balance, 20 m speed run as well as 800m run-walk test in 7, 8 and 9 age groups and 1600m run-walk test in 10 age group. The data obtained in the research were assessed in the "SPSS 20.0" package program in computer environment. Two-way ANOVA analysis to compare the characteristics of different sexes in the same age group to test whether the data obtained from the subjects discriminate between sexes and age groups and one-way ANOVA analysis was conducted to identify differences between age groups in the same sex. In case of significant difference, Tukey test is used for multiple comparison tests. Pearson correlation tests were used to find the relation between the parameters. In interpreting the statistical procedures, p=0.05 was considered for significance level. When all the results of the study are assessed, a rapid increase found in the performances of the girls at an earlier age than the boys. For boys, strength, speed, vertical jump, sit-ups and anaerobic power values were found to be higher than girls. Depending on the physical development, an increase in speed and jump is observed in both girls and boys, as well as an increase in muscular strength in boys. Key Words : Primary School Student, Physical Fitness

SB863

MAT VE REFORMER PİLATES EGZERSİZLERİNİN ORTA YAŞ SEDANTER KADINLARDA BAZI FONKSİYONEL PARAMETRELER ÜZERİNE ETKİSİNİN ARAŞTIRILMASI

***[1]Canan Bastık*, [2]İbrahim Cicioğlu**

[1]Bursa Teknik Üniversitesi BURSA
[2]Gazi Üniversitei ANKARA

Email : *canan.bastik@btu.edu.tr, icicioglu@gazi.edu.tr*

Bu çalışmanın amacı 8 haftalık mat ve reformer pilates egzersizlerinin orta yaş sedanter kadınlarda fonksiyonel parametreler üzerine etkilerinin incelenmesidir. Çalışmanın örneklemini Reformer grubu (n:20) ve mat grubunda (n:21) yer alan kadınlar, 8 hafta boyunca pilates egzersizlerini uygularken kontrol grubu (n:17) bu süre içerisinde herhangi bir uygulama gerçekleştirmedi. Egzersiz gruplarına Fonksiyonel Hareket Tarama (FMS) testi uygulandı. Egzersiz programından 3 gün önce ve 3 gün sonra katılımcıların fiziksel ve fonksiyonel testleri aynı ortam ve koşullar sağlanarak günün aynı saat dilimleri arasında gerçekleştirildi. Normal dağılım gösteren grupların tekrarlı ölçümlerinin karşılaştırılmasında 3X2 ANOVA (Two-way repeated measures ANOVA) kullanıldı. Bu araştırmanın bulgularına göre, egzersiz grupları ile kontrol grubunun toplam FMS puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak fark olduğu ($p<0,01$) belirlendi. Araştırma gruplarının beden kitle indeksleri ölçüm sonuçları arasındaki yüzdelik fark incelendiğinde egzersiz grupları ile kontrol grubu arasında fark olduğu tespit edildi. Sonuç olarak: 8 haftalık mat ve reformer pilates egzersizlerinin orta yaş sedanter kadınlarda bazı fiziksel ve fonksiyonel parametreler üzerine pozitif etkileri olduğu tespit edilmiştir. Reformer egzersizleri yapan kadınların FMS puanlarında mat egzersizi yapan kadınlara nazaran daha yüksek düzeyde artış olduğu; buna karşın mat egzersizi yapan kadınların üst ekstremite esneklik ve bel kalça oranlarındaki azalmanın reformer egzersizi yapan kadınlardan daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Elde edilen veriler neticesinde reformer ve mat pilates egzersizlerinin hazırlanan pilates egzersiz programlarında birlikte dizayn edilebileceği önerilmektedir. Anahtar Kelimeler : Mat pilates, Reformer pilates, Fonksiyonel hareket analizi,

INVESTIGATION OF EFFECTS OF MAT AND REFORMER PILATES EXERCISES ON SOME FUNCTIONAL PARAMETERS FOR MIDDLE AGED SEDENTARY WOMEN

The purpose of this study is to investigate the effects of 8-week mat and reformer pilates exercises on certain functional parameters for middle-aged sedentary women. Population group used for the study comprised of 58 middle-aged sedentary women; 17 of them being the control group (age; 36, 18±6, 54 years), 21 of them being the mat group (age: 35,33±7,38 years), and 20 of them being the reformer group (age; 35, 40±7, 56 years). The women within the reformer and mat groups practiced pilates exercises for 8 weeks, whereas the control group was not involved in any physical activity. Functional Movement Screening Test (FMS) was applied to the exercise groups. Physical and functional tests were applied to participants 3 days before, and 3 days after the exercise programme, within the same time zone; providing the same conditions and environment. Normality of data was checked by using Shapiro-Wilk test. 3X2 ANOVA (Two-way repeated measures ANOVA) was used for comparing repeated measurements of normally distributed data. Moreover, Bonferroni test among the multiple comparison tests, was utilized for determining the source of intergroup differences. According to the data obtained by this study, statistically significant difference was observed between the average overall FMS scores of exercise groups and the control group ($p<0.01$). The highest increase in FMS score was discovered to be within the Reformer exercise group accordingly. Examining and comparing the percentage difference in results of body mass index measurements of exercise groups and the control group; it was observed that a difference existed among these. In conclusion, the 8-week mat and Reformer pilates exercises were shown to have a positive effect on certain physical and functional parameters of middle-aged sedentary women. Interpreting the results obtained from this study, it can be stated that the two different methods of exercise had effects certain physical and functional parametres.

SB947

PROFESYONEL FUTBOLCULARIN HAZIRLIK DÖNEMİ ÖNCESİ VE SONRASI VÜCUT YAĞ ORANLARININ İNCELENMESİ

***[1]Gökhan Atasever*, [1]Fatih Kıyıcı, [1]Gökhan Atasever**

[1]ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ,ERZURUM

***Email :** atasever_gokhan@hotmail.com, fatihkiyici@gmail.com, atasever_gokhan@hotmail.com*

Özet Çalışmanın amacı; Profesyonel futbolcuların hazırlık dönemi öncesi ve sonra vücut yağ oranlarının bazı değişkenlere göre incelenmesidir. Çalışmaya katılan her sporcunun (n:40) hazırlık öncesi ve sonrası olmak üzere;7 farklı bölgeden yağ ölçümleri (Chest Yağ, Midaxillary Yağ, Triceps Yağ, Subscapula Yağ, Abdomen Yağ, Suprailliac Yağ, Thigh Yağ ölçümleri alınmış ve Vücut Yağ Yüzdesi hesaplanmıştır. Araştırmaya katılan bireylerden elde edilen verilerin analizinde Spss İstatistik programı kullanılmıştır. Verilerin analizinde t-test, anova testleri uygulanmıştır. Değerlendirmelerde anlamlılık $p<0.05$ olarak belirlenmiştir. Ölçümler 8 haftalık hazırlık döneminden önce ve sonra olmak üzeri iki defa yapılmıştır. İstatiksel değerlendirmeler sonucunda lig düzeyi, mevki ve yaş açısından farklılıklar saptanmıştır. Futbolcuların vücut yağ oranları lig düzeyine göre incelendiğinde 2.ligte oynayan futbolcular takım lehinde anlamlı fark bulunmuştur. Bunun nedeni ise üst liglere doğru çıkıldığın da sporcunun daha profesyonel olduğu düşünülmüştür. Vücut yağ oranı yaş değişkeni açısından incelendiğinde genç sporcuların daha iyi sonuçlara sahip olduğu belirlenmiştir. Sonuç olarak futbolcuların hazırlık dönemi öncesi ve sonra vücut yağ oranı seviyelerinde farklılıklar olduğu tespit edilmiştir. Anahtar Kelimeler: Futbolcu, Hazırlık Dönemi, Vücut Yağ Oranı

INVESTIGATION OF BODY FAT RATES OF PROFESSIONAL FOOTBALLERS AT THE PRE-POST PREPARATION PERIOD

Purpose of the study; Professional footballers are to examine body fat rates before and after the preparation period according to some variables. The measurements of fat (Chest Fat, Midaxillary Fat, Triceps Fat, Subscapular Fat, Abdomen Fat, Suprailliac Fat, Thigh Fat) were taken and body fat percentage was calculated for each athlete participating in the study (n: 40) before and after preparation. Spss statistic program was used in the analysis of the data obtained from the individuals participating in the research. In the analysis of the data, t-test and anova tests were applied. Significance was determined as $p <0.05$ in the evaluations. The measurements were made twice before and after the 8 week preparation period. As a result of the statistical evaluations, there were differences in league level, position and age. When the body fat ratios of footballers are examined according to league level, a meaningful difference was found in favor of soccer players playing in the second league. The reason for this is that the athlete is thought to be more professional when you go up to the upper league. When the body fat ratio is examined in terms of age variation, it has been determined that young athletes have better results. As a result, it has been determined that the difference of body fat ratio levels between footballers before and after the preparation period has been determined.

Keywords: Soccer Player, Prep Time, Body Fat Rate

KİNANTROPOMETRİ / KINANTROPOMETRY

SB121

8 HAFTALIK TEMEL YÜZME EĞİTİMİNİN 5-6 YAŞ GRUBU ÇOCUKLARDA ESNEKLİĞE ETKİSİ

[1]İrem Parlak, [1]Zeynep İnci Karadenizli

[1]Düzce Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Düzce

Email : *irem.parlak1995@icloud.com, incikaradenizli@duzce.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Bu araştırma, 5-6 yaş anaokulu döneminde, verilen 8 haftalık temel yüzme eğitiminin çocukların esnekliklerine olan etkisini incelemek amacıyla yapılmıştır. Yöntem: Çalışmamıza gönüllü olarak katılan 5-6 yaş aralığındaki rastgele seçilmiş çocuklardan 10'u çalışma grubu, 10'u kontrol grubu olmak üzere toplam 20 kişiden oluşmaktadır. Çalışma grubuna 8 hafta boyunca haftada 2 gün 60 dakika süreyle temel yüzme eğitimi verilmiştir. Kontrol grubu ise temel yüzme eğitimi verilmeden günlük programlarına devam etmiştir. Çocuklara boy uzunluğu, vücut ağırlığı, omuz, gövde ve M. Gastrocnemius esnekliği testleri uygulanmıştır. Boyun uzunluğu mezura, vücut ağırlığı digital tartı, omuz esnekliği için metre ve sopa, gövde esnekliği otur uzan esneklik tahtası, M. Gastrocnemius esnekliği gonyometre ile ölçülmüştür. Değerlendirme için boy uzunluğu cm, vücut ağırlığı kg, omuz ve gövde esnekliği cm, gastrocnemius kas esnekliği derece cinsinden kaydedilmiştir. Bulgular: İstatistiksel analizler sayısal değişkenlerin normallik testi Kolmogrov Smirnov testi ile kontrol edilmiştir. Bağımsız iki grup karşılaştırılmalarında Mann Whitney U testi kullanılmıştır. Grup içi karşılaştırmalarda bağımlı iki ölçüm karşılaştırmaları için Wilcoxon testi kullanılmıştır. Tüm analizler JASP Team (2018). JASP (Version 0.8.6) [Computersoftware] programı ile yapılmış ve anlamlılık düzeyi başlangıçta $p<0.05$ olarak kabul edilmiştir. İstatistiksel analiz sonucunda, çalışma grubunda omuz esnekliği, gövde esnekliği ve M. Gastronemius esnekliği, ön test son testleri değerleri arasında anlamlı farklar tespit edilmiştir ($p<0.05$). Kontrol grubunda ise bahsedilen parametrelerde anlamlı sonuçlar bulunmamıştır ($p>0.05$). Sonuç: Çalışma sonucunda, 5-6 yaşlarındaki anaokulu çocuklarına verilen 8 haftalık temel yüzme eğitiminin, çocukların omuz, gövde ve bacak kasları esnekliğine olumlu yönde etkileri olduğu tespit edilmiştir. Anahtar Kelimeler: 5-6 Yaş Çocuklar, Yüzme, Esneklik

EFFECT OF 8 WEEKS OF BASIC SWIMMING TRAINING ON FLEXIBILITY IN 5-6 AGE GROUP

Introduction and Aim: This research is conducted to examine the effect of 8 weeks basic swimming training on flexibility of children that are in between 5 and 6 ages pre-school period. Method: Our research consists of 20 children picked up randomly and divided into two groups as work group and control group. Work group was provided 60 min swimming training in two days a week during 8 weeks. Control group went on daily exercises without basic swimming training. Children were applied tests including height, weight, shoulder - chest and M. Gastrocnemius flexibility. Tape measure was used for height measure, digital weighing machine was used for body weight, shoulder flexibility was measured by stick and rule, chest flexibility was measured by sit-down elasticity board and gastrocnemius muscle flexibility was measured by goniometer. For evaluation, height was recorded as cm, weight was recorded as kg, shoulder – chest flexibility was recorded as cm, and M. Gastrocnemius flexibility was recorded as degree. Finding: Statistical analysis of numerical variability test was checked via Kolmogrov Smirnov Test. Mann Whitney U test was used in the comparison of two independent groups. For the comparison of two dependent gauges, Wilcoxon Test was used in groups. All the analysis were done via JASP Team (2018). JASP (Version 0.8.6) [Computersoftware] program and the level of relevance, initially, was admitted as $p<0.05$. Finally, relevant differences were noticed between pretest and the last one from the view of shoulder, trunk and M. Gastronemius flexibility. On the other hand, relevant results were not found in the working group ($p>0.05$). Result: As a result of the study, it was determined that 8 week basic swimming education taken by preschool students, 5-6 years old, has positive effects on shoulder, trunk and leg muscles. Key Words: 5-6 Aged Children, Swimming, Flexibility

SB468

YÜZME BRANŞINDA SOMATOTİP YAPI İLE PERFORMANS ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

[1]Tuğba Yayla, [2]Ercüment Erdoğan, [3]Hasan Sözen, [4]Tuğba Yayla, [4]Zübeyde Şenel

[1]Ordu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü/ ORDU
[2]Ordu Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu-Ordu
[3]Ordu Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu
[4]Ordu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü- Ordu

Email : *tugbaayayla@gmail.com, ercumenterdogan22@hotmail.com, sozenhasan@yahoo.com, tugbaayayla@gmail.com, zbydsnl_28@hotmail.com*

Amaç: Bu çalışmanın amacı yüzme branşındaki adölesan sporcuların somatotip özellikleri ile yüzme performansı arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Metod: Çalışmaya 12-15 yaş arasındaki 16 kadın (12,68±1,99) sporcu katılmıştır. Araştırma grubu aktif spor yapan ve ulusal müsabakalara katılan sporculardan oluşmaktadır. Sporcuların boy, kilo, beden kitle indeksi Health Carter metodu ile belirlenmiştir. Yüzme performans verileri olarak yıl içerisindeki yarışmalarda dört farklı stilde elde ettikleri en iyi dereceler alınmıştır. Bulgular: Sporcuların somatotip yapıları (2.85, 5.63, 3.30) olarak hesaplanmıştır. Sporcuların somatotip yapıları mezomorf, beden kitle indeksi 17,937± 2,51 olarak hesaplanmıştır. Yüzme performans ile somatotip yapı arasında endomorfik yapı ile kurbağalama stili arasında (p=0,027) pozitif anlamlı korelasyon saptanmıştır. Endomorfi ile sırt (p=0,157) kelebek (p=0,91) ve serbest (p=0,143) stil yüzme performansı arasında istatistiksel olarak anlamlı korelasyon tespit edilememiştir. Ektomorfi, Mezomorfi ve BKI ile dört farklı stilde de istatistiksel olarak anlamlı korelasyon tespit edilememiştir. Ektomorf yapı ile dört yüzme stili arasında düşük düzeyde negatif ilişki tespit edilmiştir. Sonuç: Çalışmadan elde edilen veriler doğrultusunda endomorfik yapının yüzme performansını olumsuz yönde etkilediği bunun aksine ektomorfi yapının ise yüzme performansını olumlu yönde etkilediğini söyleyebiliriz.

Anahtar kelimeler; Somatotip, Yüzme stili, Yüzme performansı.

AN INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN SOMATOTYPE STRUCTURE AND PERFORMANCE IN SWIMMING

Objective: The aim of this study is to examine the relationship between somatotype characteristics and swimming performance of adolescent athletes in swimming. Method: Study sample consisted of 16 active female athletes aged between 12 and 15 (12.68 ± 1.99) years participating in national competitions. Participants' height, weight and body mass index (BMI) were determined using the Health Carter method. Participants' best ranks in four different styles of competitions during the year were taken as swimming performance data. Findings: Participants' somatotype structures were calculated as 2.85, 5.63, 3.30. Their somatotype structure was mesomorphic and body mass index 17.937 ± 2.51. There was a significant positive correlation between endomorphic structure and breaststroke style (p = 0.027). There was no statistically significant correlation between endomorphy and back (p = 0.157) butterfly (p = 0.91) and free (p = 0.143) style swimming performance. There was no statistically significant correlation between ectomorphism, mesomorphy and BMI, and the four different swimming styles. There was a low negative correlation between the ectomorph structure and the four swimming styles. Conclusion: Results indicate that endomorphic structure affects swimming performance negatively but that ectomorphic structure affects it positively. Keywords: Somatotype, Swimming style, Swimming performance

SB531

FUTBOLA KATILIM DÜZEYİNİN GENÇ ERKEKLERDE GENU VARUM ÜZERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

***[1]Ali Işın*, [1]Tuba Melekoğlu**

[1]Akdeniz Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANTALYA

Email : *aliisin@akdeniz.edu.tr, tmelekoglu@akdeniz.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı, 16-18 yaş arasındaki genç erkeklerde futbola katılım düzeyinin genu varum oluşumu üzerine etkilerinin incelemektir. Yöntem: Araştırmaya elit ve amatör düzeyde futbol oynayan 20'şer sporcu ve 20 sedanter genç erkek gönüllü katılmıştır. Katılımcıların antropometrik ölçümleri (boy uzunluğu, vücut ağırlığı, vücut yağ oranı, vücut kütle endeksi) ve alt ekstremite dizilimlerine göre interkondiler mesafe, sağ diz Q açısı ve sol diz Q açı değerleri incelenerek genu varum düzeyleri ölçülmüştür. Interkondiler mesafe değeri ölçümü için 0.01mm hassasiyetinde kaliper ve Q açı ölçümü için fotoğraflama tekniği kullanılmıştır. Verilerin dağılımı incelendikten sonra, gruplar arasındaki farkı değerlendirmek için One Way ANOVA, veriler arasındaki ilişkiyi incelemek için Pearson Korelasyon testi ve gözlemciler arası uyumu tespit etmek için Cohen's Kappa testi kullanılmıştır. Verilerin analizi SPSS v.25 programı kullanılarak hesaplanmıştır. Bulgular: Araştırmaya katılan futbolcuların gruplar arası değerlendirilmesi incelendiğinde; elit grubun amatör ve sedanter gruba kıyasla interkondiler mesafe değerleri anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur (sırasıyla: 45.65 ± 13.54 mm; 28.84 ± 14.61mm; 3.70 ± 5.19mm, p<001). Bununla birlikte Q açı değerleri incelendiğinde amatör grupta genu varum görülme sıklığı % 30 iken; elit grupta % 5'tir. Q açısı değerlerine göre sedanterlerde genu varum görülmemiştir. Sonuç: Araştırma sonucunda futbola katılımın Q açı ve interkondiler mesafe değerini anlamlı düzeyde arttırdığı tespit edilmiştir. Futbolcular kendi içinde değerlendirildiğinde ise futbol düzeyinin artmasıyla birlikte Q açısı değerlerinin düştüğü gözlemlenmiştir. Anahtar Kelimeler: Futbol, Genu Varum, İnterkondiler Mesafe, Quadriceps Açısı

AN INVESTIGATION OF THE EFFECT OF FOOTBALL PARTICIPATION LEVEL ON GENU VARUM IN YOUTH MALES

Introduction and Purpose: The aim of this study was to determine the effects of football participation levels on genu varum ratings. Methods: Twenty male football players for each elite and amateur football teams and 20 sedentary young male volunteers participated in this study. The anthropometric variables (body height, body weight, body fat percentage, body mass index) and genu varum levels by evaluating the lower extremity alignment using intercondylar distance, and Q angles for both legs were measured. The intercondylar distance measurements were done by using calliper with the sensitivity of 0.01 mm and Q angle measurements were carried out by the examination of the photographs of participants. One Way ANOVA and Pearson Correlation test were used to assess statistically intra-group differences and correlation after the distribution of data was examined. Cohen's Kappa coefficient were used to determine agreement between observers SPSS v.25 program was used to analyse the data. Results: Intercondylar distance values were found significantly higher in elite group than in amateur and sedentary groups (45.65 ± 13.54; 28.84 ± 14.61; 3.70 ± 5.19 mm, respectively, p<001). When genu varum levels are examined according to Q angle values, the incidence is 30% in amateur group, 5% in elite, and 0% in sedentary group. Conclusion: As a result of this study, it was determined that the participation level of football trainings lead an increase in Q angle values and intercondylar distance significantly. It is observed that the Q-angle values decreased with the increase of football participation.

SB833

BASKETBOLCULARDA SOMATOTİP VE VÜCUT KOMPOZİSYONU ARASINDAKİ İLİŞKİNİN YAŞLARA GÖRE İNCELENMESİ

***[1]Çağdaş Özgür Cengizel*, [2]Elif Öz, [1]Elvan Öz**

[1]Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara
[2]Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Ankara

***Email :** cagdasozgurcengizel@gmail.com, elifoz@gazi.edu.tr, ozelvann@gmail.com*

Giriş ve Amaç Somatotip ve vücut kompozisyonu verileri sporcuların fiziksel uygunluk ve performansları ile ilişkilidir (Gaurav ve ark., 2010). Bu çalışmanın amacı; basketbolda somatotip ve vücut kompozisyonu arasındaki ilişkinin yaşlara göre incelenmesidir. Yöntem Çalışmaya 7-17 yaş arası 449 altyapı erkek basketbolcusu gönüllü olarak katılmıştır. Deneklerin boy uzunluğu ve antropometrik verileri alınarak Heath & Carter metoduna göre somatotip değerleri, bioelektriksel impedans analizi yöntemi ile vücut kompozisyonu verileri belirlenmiştir. Yaşlara göre somatotip ve vücut kompozisyonu verileri arasındaki ilişkinin belirlenmesi için Spearman korelasyon testi kullanılmıştır. Bulgular Bu araştırmada vücut ağırlığı, yağ yüzdesi, vücut kütle indeksi (VKİ), yağ ağırlığı ile endomorfi ve mezomorfi değerlerinin pozitif; boy uzunluğu ile negatif ilişkisi olduğu belirlenmiştir. Bununla birlikte yağsız vücut ağırlığı ile endomorfi ve ektomorfinin negatif, mezomorfinin ise pozitif ilişkisi olduğu tespit edilmiştir. Buna ek olarak; ektomorfi değerlerinin boy uzunluğu ile pozitif, diğer parametrelerle negatif ilişkili olduğu bulunmuştur. Sonuç Popovic ve ark. (2013), dengeli mezomorfi somatotipin basketbolcularla karakterize olduğunu bildirmişlerdir. Bu araştırmada yaşla birlikte boy uzunluğu, vücut ağırlığı, VKİ ve yağ ağırlığının arttığı; yağ yüzdesi ile endomorfi ve mezomorfi değerlerinin azaldığı tespit edilmiştir. Yaşla birlikte somatotip değerinin endomorfik mezomorfiden (5-7-2) dengeli mezomorfiye (3-6-3) geçiş yaptığı belirlenmiştir. Dolayısıyla; sporcunun ideal somatototip değerine ulaşabilmesi için altyapı basketbol antrenörlerinin sporcularını dikkatle gözlemlemeleri ve ilgili parametrelerin yaşla birlikte takibini yapmaları tavsiye edilebilir. Anahtar Kelimeler: basketbol, somatotip, vücut kompozisyonu

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN SOMATOTYPE AND BODY COMPOSITION BY AGES IN BASKETBALL PLAYERS

Introduction and Aim Somatotype and body composition data are related to fitness and performance of athletes (Gaurav et al., 2010). The aim of this study was to investigate the relationship between somatotype and body composition by ages in basketball. Methods 449 male infrastructure basketball players aged between 7-17 years were voluntarily participated in this study. The height and anthropometric data of the subjects were taken and somatotype values were determined according to the Heath & Carter method. Body composition data were determined by bioelectrical impedance analysis method. Spearman correlation test was used to determine the relationship between somatotype and body composition by age. Results In this study positive relationship between body weight, fat percentage, body mass index (BMI), fat mass with endomorphy and mesomorphy rates; negative relationship with body height were found. However, negative relationship between free fat mass with endomorhy and ectomorphy, positive relationship with mesomorphy were determined. In addition; ectomorphy rates were found to be positively correlated with body height and negatively with other parameters. Conclusion Popovic et al. (2013) reported that basketball players are characterized by balanced mesomorphic somatotype. In this study, it was determined that body height, body weight, BMI and fat mass increased with age; fat percentage, endomorphy & mesomorphy rates decreased. It has been determined that the somatotype rate transfers from endomorphic mesomorphy (5-7-2) to balanced mesomorphic (3- 6-3) with age. It may be advisable to basketball coaches to observe of the infrastructure basketball players carefully and follow the relevant parameters with age to reach the ideal somatotype rate. Keywords: basketball, somatotype, body composition

SB877

KALİSTENİKS SPORCULARINDA ANTROPOMETRİK, MOTOR VE BAZI FİZYOLOJİK ÖZELLİKLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

***[1]Ozan Özdemir*, [1]İlhan Odabaş, [1]Turgay Turan, [1]İsmail Berk Çavuşoğlu**

[1]HALİÇ ÜNİVERSİTESİ, İSTANBUL

Email : *ozanboun@hotmail.com, ilhanodabas@halic.edu.tr, turgayturan@halic.edu.tr, ismailberkcavusoglu@gmail.com*

KİNANTROPOMETRİ

Kalisteniks sporcularında antropometrik, motor ve bazı fizyolojik özelliklerin değerlendirilmesi

ÖZET Giriş: Son dönemde oldukça popüler bir spor dalı haline gelen ve sokak cimnastiği olarak da bilinen kalisteniks egzersizleri birçok branşta uygulanmaktadır.

Amaç: Kalisteniks sporu yapan sporcuların fiziksel, motorik ve fizyolojik özelliklerinin değerlendirilmesidir.

Yöntem: Çalışmada yaş ortalaması 21,1 ±3,36 , boy ortalamaları 177,8±7,96 kilo ortalamaları 75,1±8,75 olan 13 sporcunun antropometrik özelliklerinden oturma yüksekliği, kulaç uzunluğu, triceps, subscapula, suprailiac, abdominal, thigh ve calf yağ kalınlığı, humerus ve femur çapı, biceps ve göğüsün şişkin ve inik olarak çevreleri, bel, karın, kalça, calf, thigh çevreleri ve esneklikleri, motor özelliklerden durarak uzun atlama,flamingo dengesi, 20 metre sürat, 30 saniyede mekik ve şınav, proagility, bükülü kolla asılı kalma, sağ ve sol hand grip ve shuttle run, fizyolojik özelliklerden sistolik ve diastolik basınç ve dinlenik nabız değerleri ölçülmüştür. Bu sporcular haftada ortalama 4,53±1,39 gün kalisteniks antrenmanları yapmaktadırlar. Tüm ölçümler Haliç Üniversitesi Araştırma Merkezi'nde yapılmıştır.

Bulgular: Tüm istatistiki değerlendirmeler SPSS programında yapılmıştır. Antropometrik değerler ile birçok motorik değer arasında ilişki bulunmuştur. Örneğin Uyluk uzunluğu ile bükülü kolla asılı kalma, sağ hand grip ile 30 saniye şınav testi, sol hand grip ile şişirilmiş biceps çevresi değerlerinde 0.01>r düzeyinde anlamlılık tespit edilmiştir. Antropometrik ve motorik başka değerler arasında da 0.05>r düzeyinde anlamlılıklar tespit edilmiştir.

Sonuç: Sporcuların beden yağlılıkları düşük, BMI normal sınırlarda, somatotip özellikleri “Dengeli Mezomorfik” motor parametrelerinin diğer branşlara göre oldukça iyi, fizyolojik özellikleri sağlıklı sınırlarda olduğu tespit edilmiştir.

ANTHROPOMETRIC, MOTOR AND PHYSIOLOGICAL CHARECTERISTICS OF CALISTHENICS ATHLETES

Anthropometric, motor and physiological charecteristics of calisthenics athletes

ABSTRACT

Introduction: In recent years, Calisthenics which is known also Street Gymnactics is widely popular and is used for many other sport branches to athletes.

Purpose: To evaluate physical, motor and physiological charecteristics of calisthenics athletes.

Method: In the study, there are 13 male athletes of age average of 21,1 ±3,36, height average of 177,8±7,96 centimeter , weight average of 75,1±8,75 kilograms .For anthropometric characteristics; sitting height, arm span, triceps, subscapula, subrailiac, abdominal, thigh and calf fat thickness, humerus and femur radius, biceps and chest circumferences, waist,biiliac and abdomil, calf and thigh circumferences, sit- and-reach, for motor parameters; standing broad jump, flamingo balance test, 20 meter speed tests, push up and sit-up in 30 seconds, proagility, bent arm hang ,right and left hand grip,shuttle run, for physiological parameters; systolic and diastolic pressures and resting pulse were evaluated. These athletes trains average of 4,53±1,39 days in a week. All measurements were made in Halic University Sport Science Laboratory .

Results: All values were evaluated in SPSS Statistic Program. A certain correlations were found between anthropometric and motor parameters. For example, between length of femur and bent arm hang, right handgrip and push-up in 30 seconds and left handgrip and biceps circumference a certain correlation were found (0.01>r). There are some other correlations between in other anthropometric and motor parameters (0.05>r).

Conclusion: Athletes have low body fat, body mass index of they are normal and they are balanced-mesomorphic. Also their motor and physiological parameters are healthy .

SB969

KALİSTENİKS SPORCULARINDA ANTROPOMETRİK, MOTOR VE BAZI FİZYOLOJİK ÖZELLİKLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

***[1]Ozan Özdemir*, [1]İlhan Odabaş, [1]Turgay Turan, [1]İsmail Berk Çavuşoğlu**

[1]Haliç Üniversitesi,İstanbul

Email : *ozanboun@hotmail.com, , ,*

Giriş: Son dönemde oldukça popüler bir spor dalı haline gelen ve sokak cimnastiği olarak da bilinen kalisteniks egzersizleri birçok branşta da uygulanmaktadır.

Amaç: Kalisteniks sporu yapan sporcuların fiziksel, motorik ve fizyolojik özelliklerinin değerlendirilmesi ve çıkan sonuçların sağlıklı referans aralıklarında olup olmadığının ortaya çıkartılmasıdır.

Yöntem: Çalışmada yaş ortalamaları 21,1 ±3,36, boy ortalamaları 177,8±7,96 ve kilo ortalamaları 75,1±8,75 olan 13 sporcunun antropometrik özelliklerinden oturma yüksekliği, kulaç uzunluğu, triceps, subscapula, suprailiac, abdominal, thigh ve calf yağ kalınlığı, humerus ve femur çapı, biceps ve göğüsün şişkin ve inik olarak çevreleri, bel, karın, kalça, calf, thigh çevreleri ve esneklikleri; motor özelliklerden durarak uzun atlama, flamingo dengesi, 20 metre sürat, 30 saniyede mekik ve şınav, proagility, bükülü kolla asılı kalma, sağ ve sol hand grip ve shuttle run; fizyolojik özelliklerden sistolik ve diastolik basınç ve dinlenik nabız değerleri ölçülmüştür. Bu sporcular haftada ortalama 4,53±1,39 gün kalisteniks antrenmanları yapmaktadırlar. Tüm ölçümler Haliç üniversitesi araştırma merkezinde yapılmıştır.

Bulgular: Tüm istatistiki değerlendirmeler SPSS programında yapılmıştır. Antropometrik değerler ile birçok motorik değer arasında ilişki bulunmuştur. Örneğin: Uyluk uzunluğu ile bükülü kolla asılı kalma, sağ hand grip ile 30 saniye şınav testi, sol hand grip ile şişirilmiş biceps çevresi değerlerinde 0.01>r düzeyinde anlamlılık tespit edilmiştir. Antropometrik ve motorik başka değerler arasında da 0.05>r düzeyinde anlamlılıklar tespit edilmiştir.

Sonuç: Sporcuların beden yağlılıkları düşük, BMI normal sınırlarda, somatotip özellikleri “Dengeli Mezomorfik” motor parametrelerinin bazı diğer branşlara göre oldukça iyi, fizyolojik özelliklerinin sağlıklı sınırlarda olduğu tespit edilmiştir

EVALUATION OF PHYSICAL, MOTOR AND SOME PHYSIOLOGICAL CHARECTERISTICS OF CALISTHENICS ATHLETES.

Introduction: In recent years, Calisthenics which is known also Street Gymnactics is widely popular and is used for many other sport branches to athletes.

Purpose: To evaluate physical, motor and physiological charecteristics of calisthenics athletes.

Method: In the study, there are 13 male athletes of age average of 21,1 ±3,36, height average of 177,8±7,96 centimeters , weight average of 75,1±8,75 kilograms .For anthropometric characteristics; sitting height, arm span, triceps, subscapula, subrailiac, abdominal, thigh and calf fat thickness, humerus and femur radius, biceps and chest circumferences, waist, biiliac and abdomil, calf and thigh circumferences, sit- and-reach, for motor parameters; standing broad jump, flamingo balance test, 20 meter speed tests, push up and sit-up in 30 seconds, proagility, bent arm hang ,right and left hand grip,shuttle run, for physiological parameters; systolic

and diastolic pressures and resting pulse were evaluated. These athletes trains average of 4,53±1,39 days in a week. All measurements were made in Halic University Sport Science Laboratory .

Results: All values were evaluated in SPSS Statistic Program. A certain correlations were found between anthropometric and motor parameters. For example, between length of femur and bent arm hang, right handgrip and push-up in 30 seconds and left handgrip and biceps circumference a certain correlation were found (0.01>r). There are some other correlations between in other anthropometric and motor parameters (0.05>r).

Conclusion: Athletes have low body fat, body mass index of they are normal and they are balanced-mesomorphic. Also their motor and physiological parameters are very healthy instead of some other sport branches.

MOTOR GELİŞİM VE ÖĞRENME / MOTOR DEVELOPMENT AND LEARNİNG

SB25

OKUL ÖNCESİ ÇOCUKLARDA MOTOR GELİŞİM SEVİYELERİNİN BELİRLENMESİ

[1]Rüçhan İri,

[1]Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu
[2]Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü

Email : *ruchaniri@ohu.edu.tr,*

AMAÇ: Yapılan çalışmanın amacı okul öncesi çocuklarda motor becerinin belirlenmesi ve cinsiyetler arası motor beceri farkının tespit edilmesidir. METOD: Çalışmaya 3-6 yaşları arasında toplam (38 kız, 28 erkek) 66 çocuk katılmıştır. Çocukların motor becerileri iki alt boyuttan oluşan (lokomotor ve nesne kontrol) TGMD2 testi ile belirlenmiştir. Çocukların motor becerilerinin ortalama ve yüzdelik dağılımları tanımlayıcı istatistik ile, cinsiyetler arasındaki motor beceri farkı Mann Whitney U testi ile belirlenmiştir. BULGULAR: Her iki cinsiyette de çocukların motor becerilerinin büyük bir kısmının ortalama kategorisinde olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca cinsiyetler arasında motor beceride anlamlı bir farklılık belirlenmemiştir. SONUÇ: Sonuç olarak, aileler ve eğitimcilerin çocukların motor becerilerini artırmak için, onları doğru şekilde yönlendirmeleri gerektiği düşünülmektedir. Anahtar kelimeler: Çocuk, TGMD2, Motor beceri

DETERMINATION OF MOTOR DEVELOPMENT LEVELS IN PRESCHOOL CHILDREN

AİM:The aim of the study is to determine the motor skills in preschool children and to determine the motor skill difference between the sexes. METHOD: Sixty-six children (38 girls, 28 boys) participated in the study between the ages of 3-6. The motor skills of the children were determined by the TGMD2 test consisting of two sub-dimensions (locomotor and object control). The mean and percentage distributions of motor skills of children were determined by descriptive statistics, and motor skills difference between sexes by Mann Whitney U test. RESULTS: Both genders were found to have a mean categorization of the majority of children's motor skills. There was also no significant difference in motor skill between the sexes. CONCLUSİONS: As a result, it is thought that parents and educators need to guide children in the right way to increase their motor skills. Key words: Child, TGMD2, Motor skil

SB52

ÇOCUKLARDA MOTOR BECERİ VE İMGELEME ÇALIŞMALARININ PSİKOMOTOR GELİŞİME ETKİSİ

***[1]Ozan Yılmaz*, [2]Betül Bayazıt**

[1]Kocaeli Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı, KOCAELİ
[2]Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, KOCAELİ

***Email :** ozanyilmaz57@gmail.com, betul.bayazit@kocaeli.edu.tr*

Amaç: 13 yaş erkek çocuklarda motor beceri ve imgeleme çalışmalarının psikomotor gelişime etkisinin incelenmesidir. Yöntem: Araştırma grubunu, Kocaeli/İzmit 29 Ekim Ortaokulu'nda eğitim öğretim gören 13 yaşında 40 gönüllü erkek çocuk oluşturmuştur. Araştırma grupları tesadüfi yöntemle 10'ar kişilik 4 gruba (kontrol, deney-1,deney-2, deney-3) ayrılmıştır. Veri toplama aracı olarak, ince ve kaba motor becerileri içeren 8 istasyondan oluşan beceri parkuru uygulanmıştır. Deney gruplarına 8 hafta boyunca haftada 2 gün motor beceri ve imgeleme programı uygulanmıştır. Kontrol grubu ise uygulamaların dışında tutulmuştur. Araştırma gruplarının ön test ve son test sonuçlarını oluşturan istasyon puanları ve parkur bitiriş süreleri kaydedilmiştir. Verilerin çözümlemesi SPSS 21.0 paket programında yapılmıştır. Normallik testi sonuçlarına göre, Wilcoxon Testi, Kruskal Wallis Testi, Paired Samples Testi ve One Way Anova testi uygulanmıştır. Verilerin analizi %95 güven aralığında, $p<0.05$ anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir. Bulgular: Denge, raketle top taşıma, hedefe top atma, çapraz sıçrama, top sürme ve şut ve engel geçme istasyon puanı son test ortalamaları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0.05$). Araştırma gruplarının parkur toplam puanı ve parkur bitiriş süresi son test ortalamaları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0.05$). Sonuç: Çocuklar üzerinde yapılan ilişkilendirilmiş deney desenli bu araştırmada, deney gruplarında gözlemlenebilir bir gelişim söz konusudur. Sonuç olarak, imgeleme uygulaması üzerine yapılan bu çalışma motor öğrenmenin ve motor gelişimin üst seviyeye çıkarılmasında önemli bir düşünsel süreçtir. İleriki dönemlerde yapılacak olan çalışmalara referans olacak bu araştırma mental hazırlığın önemini vurgularken tekrarlı fiziksel çalışma metodunun da etkili olduğu belirtmektedir. Anahtar Kelimeler: Motor beceri, psikomotor, imgeleme,

THE EFFECT OF MOTOR SKILL AND IMAGERY APPLICATION ON PSYCHOMOTOR DEVELOPMENT IN CHILDREN

Objective: The purpose of this study is to investigate the psychomotor development effect of motor skills and imagery application on 13 year-old boys. Method: The research group is consisted by 40 male volunteer children who have studied in Kocaeli/İzmit 29 October Secondary School. The research groups were divided into 4 groups (control, experiment-1, experiment-2, experiment-3) with random method as n=10 children per group. As a data collection tool, a skill track consisting of 8 stations including fine and gross motor skills was applied. Experiment groups were applied the motor skills and imagery program as 2 days a week through 8 weeks. The control group didn't participate in imagery and motor skills exercises. Station scores and track finishing time that constitute the results of the pre test and post test of the research were recorded. The analysis of the obtained data was done in SPSS 21.0 version. According to the normality test results, Wilcoxon Test, Kruskal Wallis Test, Paired Samples Test and One Way Anova test were applied. Analysis of the data was assessed at a level of $p<0.05$ significance at the 95% confidence interval. Result: There were statistically significant difference between the study groups, balance, ball transport with racket, target ball throwing, cross hopping, ball driving and shooting and over the hurdles practice post test station score averages ($p<0.05$). There were significant difference between the total score of the track and the post test averages of the track finish time ($p<0.05$). Conclusion: This imagery application study is an important mental process in the uptake of motor learning and motor development. This research, which will be a reference to the studies to be carried out in future periods, emphasizes the importance of mental preparation and also states that the repetitive physical work method is also effective. Keywords: Motor skill, psychomotor, imagery

SB120

ÖZEL YETENEK SINAVLARIYLA ÖĞRENCİ KABUL EDİLEN ALANLARDA ÖĞRENME STİLLERİ ÜZERİNE YAPILMIŞ ÇALIŞMALARIN İNCELENMESİ

***[1]Üstün Türker*, [2]Özgür Bostancı**

[1]Bayburt Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, BAYBURT
[2]Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, SAMSUN

***Email :** ustunturker@bayburt.edu.tr, bostanci@omu.edu.tr*

GİRİŞ VE AMAÇ : Bu çalışmasının amacı; özel yetenek sınavlarıyla öğrenci kabul edilen alanlarda öğrenme stilleri üzerine VARK ve KOLB Öğrenme Stili Envanterleri kullanılarak yapılmış bilimsel çalışmaların incelenmesi ve değerlendirilmesidir. Bu amaçla yapmış olduğumuz çalışmanın içeriğinde, öğrenme ve öğrenme stilleri tanımına, detaylı açıklamalarına, eğitim ve öğretimde öğrenme stilinin önemine, öğrenme stillerinin öğrenme-öğretme sürecindeki rolüne, birey ile öğrenme arasındaki ilişkiye ve VARK ile KOLB Öğrenme Stili Envanterleri hakkında detaylı bilgilere yer verilmiş, ayrıca ilgili alanlarda yürütülen bilimsel çalışmalar incelenmiş ve değerlendirilmiştir.

YÖNTEM : Araştırmamız özel yetenek sınavıyla öğrenci kabul edilen alanlarda öğrenme stilleri üzerine yürütülen bilimsel çalışmaların incelenmesini amaçlayan ve bu yönüyle derleme özelliği taşıyan bir çalışmadır. Çalışmaya Fleeming ve Mills tarafından geliştirilen ve Türkçe'ye uyarlaması Kalkan (2007) tarafından yapılan VARK Öğrenme Stili Envanteri ve Kolb tarafından geliştirilip Türkçe'ye uyarlaması ise Gencel (2006) tarafından uygulanan KOLB Öğrenme Stili Envanteri'nin uygulandığı araştırmalar dahil edilmiştir.

BULGULAR VE SONUÇ : Tamamladığımız çalışmayla birlikte; bu özel alanlardaki öğrencilerin büyük çoğunluğunun özel yeteneklerinin bulunması dolayısıyla spora, müziğe veya resimle ilgilenmeye başladıkları dönemden itibaren eğitmenleri tarafından daha çok alıştırma yöntemi ile öğreniyor olmaları, ilgili bölümlerin müfredatlarında teorik ve uygulamalı dersler bulunması, öğrenimlerine devam ettikleri dönemde bile aktif olarak bu yaşantılarını sürdürüyor olmaları Kinestetik, İşitsel, Görsel ve Değiştiren Tip öğrenme modellerini baskın olarak çıkmasını desteklemekte ancak, tek bir öğrenme biçemine bağlı kalınmadan çok yönlü öğrenme stilini de benimsemeleri ile doğrudan ilişkilidir.

Anahtar Kelimeler: Öğrenme; Öğrenme Stilleri; KOLB; VARK

REVIEW OF STUDIES CONDUCTED ON LEARNING STYLES IN FIELDS STUDENTS ENROLL WITH SPECIAL TALENT TESTS

AIM : The purpose of this study is to research and assess the scientific studies which have been conducted on learning styles in fields students enroll with special talent tests by using VARK and KOLB Learning Styles Inventory. For this purpose, the present study included detailed information about the definitions and detailed explanations of learning and learning styles, the significance of learning style in education, the role of learning styles within the process of education, the association between the individual and learning and VARK and KOLB Learning Styles Inventory and examined and assessed the scientific studies conducted in the related field in detail.

METHODS : Our study is a review which aims to examine scientific studies which have been conducted on learning styles in fields students enroll with special talent tests. Studies which used VARK Learning Styles Inventory developed by Fleeming and Mills and adapted into Turkish by Kalkan (2007) and KOLB Learning Styles Inventory developed by Kolb and adapted into Turkish by Gencel (2006) were included in our study.

RESULTS : With the present study completed, the facts that most of the students in these special fields have special talents and thus they learn through exercises more starting from the periods they start being interested in sports, music or art, that there are both theoretical and applied courses in the curriculum of the related departments and that students have the opportunity to actively lead these experiences even when they are attending school support the results that their dominant learning styles are Kinesthetic, Aural, Visual and Diverger Type learning models; however, it is also closely associated with the fact that they adopt Multifaceted Learning Style without sticking to only one learning style.

Key Words: Learning; Learning; Learning Styles; KOLB; VARK

SB414

FARKLI POPÜLASYONLARDA ÖZDENETİMLİ GERİBİLDİRİMİN ETKİSİ

[1]ODTÜ Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü, ANKARA

Giriş ve Amaç Bu çalışmada güncel alanyazın taranarak özdenetimli geribildirimin farklı popülasyonlarda ve farklı spor dallarında etkisi incelenmiş, otonominin öğreniciyi dışsal geribildirime fazla bağlanmasına neden olup olmadığı, öğrenicinin algı düzeyinin, özdenetimi motor öğrenme yönünde etkili bir biçimde kullanmasına herhangi bir etkisi olup olmadığı gibi sorulara yanıt aranmış, yaş, algı düzeyi ve psikolojik faktörlerin özdenetimli geribildirimin etkin kullanımına etkisi araştırılmıştır.

Yöntem Etkin bir alanyazın taraması ve değerlendirmesi yapılmış, bulgular karşılaştırılmış ve yukarıdaki sorulara genelleştirilebilir yanıtlar aranmıltır. Alanyazın taramasının farklı öğrenici profilleri, farklı spor dalları, farklı özdenetimin uygulamalalarını kapsamasına özen gösterilmiştir.

Bulgular Algı düzeyinin öğrenicinin neyi ne zaman öğrenmek istediğine karar vermesinde etkili olacağı varsayılsa da bir çalışmada okul öncesi çocuklarının dahi kendi kapasitelerine uygun güçlükte etkinlikler seçebildikleri ortaya konmuştur. Down Sendromlu yetişkinlerle yapılan bir başka çalışmada da özdenetimli geribildirimin zihin engellilerde de motor öğrenmede etkin bir yöntem olduğu belirlenmiştir. İkiden fazla çalışmada öğrenicinin, kendince "iyi" olarak düşündüğü performansın ardından geribildirim talep ettiği görülmüş, yaşça daha ileri olan öğrenicilerde ise yaş ilerledikçe odak noktasının motor öğrenmeden çok motivasyona kaydığı gözlemlenmiştir.

Sonuç Bu taramanın ışığında, avantajları günümüzde yaygın olarak kabul görmüş olmakla birlikte halen öğreniciye verilecek otonomi düzeyinin, öğrenicinin yaş ve algı düzeyine bağlı olarak belirlenmesi yönünde daha fazla araştırma yapılmasına gereksinim olduğu ortaya çıkmıştır.

EFFECT OF SELF CONTROLLED FEEDBACK IN DIFFERENT POPULATIONS

Introduction and aim of the study

This study aims to present a contemporary review of the effect of self-controlled feedback on different populations and in different fields of sports, and to present an insight into questions such as whether autonomy pushes the learner to excessive dependence on extrinsic feedback, whether the cognitive abilities of the learner effects the efficacy of using self-control to maximize learning efficiency, and to study the effect of age, cognitive level and psychological factors on the effective use of self-controlled feedback .

Procedure An extensive review of literature was performed, comparing and contrasting results, with the aim of bringing answers to the questions outlined above. The literature involved populations of different cognitive and physical ability levels, trials performed in different branches of sports, involving different mechanisms in the use of self-controlled feedback.

Findings Although there are claims that the level of cognition would be effective in the learner's decision of what and when to learn, a child, even at pre-school age, is capable of choosing the task with appropriate level of difficulty for his/her own capabilities. A study on self-controlled feedback with adults with Down syndrome, concluded that self-controlled feedback enhanced motor learning with adults with intellectual disabilities also. In more than two studies, it was observed that the learner asks for feedback after good trials, or, after what they assumed to be a good trial. Studies with senior participants revealed that with age, focus shifts more to the motivational aspect, rather than learning the task.

Result In the light of this review, it is suggested that, although the benefits of autonomy are widely accepted in increasing focus and attention of the learner in acquisition of a motor task, there still seems to be necessity for research on the degree of autonomy depending on the age and cognitive capacity of the learner.

SB426

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN ÖĞRENME STİLİ MODELLERİ VE TERCİHLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

***[1]Üstün Türker*, [2]Özgür Bostancı**

[1]Bayburt Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, BAYBURT
[2]Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, SAMSUN

***Email :** ustunturker@bayburt.edu.tr, bostanci@omu.edu.tr*

Amaç : Bu çalışmada, spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin öğrenme stili modelleri ve tercihlerinin tespit edilmesi ve karşılaştırılması amaçlanmıştır. Materyal ve Metot : Araştırmaya ülkemizde spor bilimleri alanında öğrenimine devam etmekte olan lisans düzeyindeki 820 gönüllü öğrenci katılmıştır. Öğrencilerin bazı bağımsız değişkenlere göre öğrenme stillerini ve tercihlerini belirlemek amacıyla Kişisel Bilgi Formu, Kolb tarafından geliştirilen ve Türkçe'ye uyarlaması Gencel (2006) tarafından yapılan KÖSE–III ile Fleeming ve Mills tarafından geliştirilen ve Türkçe'ye uyarlaması Kalkan (2007) tarafından yapılan VARK Öğrenme Stili Envanteri kullanılmıştır. Araştırmada toplanan verilerin Frekans, Ki-Kare ve Pearson Korelasyon analizleri SPSS 21.0 paket programı kullanılarak yapılmıştır. Bulgular : Araştırmaya katılan öğrencilerin VARK'a göre baskın öğrenme tercihleri en fazla %38,4 ile Kinestetik ve %23,7 ile İşitsel, KOLB'a göre baskın öğrenme stili modeli ise %49,8 ile Değiştiren Tip olduğu tespit edildi. Bununla birlikte çoklu öğrenme modelinin (%57,7) diğer VARK modellerine göre daha belirgin olduğu ortaya çıkmıştır. Ayrıca katılımcıların KOLB ve VARK'a göre yaş, öğrenim gördüğü bölüm ve üniversite değişkenine göre anlamlı farklılık olduğu gözlendi ($p<0,05$). Sonuç : Elde edilen sonuçlara göre, Kinestetik ve Değiştiren Tip öğrenme modellerinin baskın olarak çıkması, spor bölümlerindeki öğrencilerin büyük çoğunluğunun sporcu geçmişinin olması, dolayısıyla spora başladıkları dönemden itibaren antrenörleri tarafından daha çok alıştırma yöntemi ile öğreniyor olması, ilgili bölümlerin müfredatlarında teorik ve uygulamalı dersler bulunması, öğrenimlerine devam ettikleri dönemde bile aktif olarak sportif yaşantılarını sürdürüyor olması ile doğrudan ilişkilidir. Bununla birlikte VARK'a göre tek bir öğrenme biçemine bağlı kalmadıkları, çoklu öğrenme modellerini benimsedikleri ortaya çıkmıştır. Anahtar Kelimeler : Öğrenme; Öğrenme Stilleri; KOLB; VARK; Beden Eğitimi ve Spor

COMPARISON OF FACULTY OF SPORT SCIENCES STUDENTS' LEARNING STYLE MODELS AND PREFERENCES

Purpose : In this study, it is aimed to compare and ascertain the Faculty of Sport Sciences students' learning style models and their preferences. Material and Method : There are 820 volunteers students participated who are in bachelor's level in the Faculty of Sport Sciences in our country. According to the some independent variances of students, to define the style and the preferences of personal information form, KOSE-III which is developed by Kolb and adapted to Turkish by Gencel (2006) and VARK Learning Style Inventory which is developed by Fleeming and Mills and adapted to Turkish by Kalkan (2007) is used. The all collected data analyses are done Chi-Square, Frequency and Pearson Correlation by using SPSS 21.0 program. Results : In the research, the students according to VARK the most preferred learning styles are Kinesthetic by the percent of %38.4, and Aural by the percent of %23.7. And according to KOLB the most preferred learning style model is Diverger Type with the percent of %49.8 is detected. In addition to this multiple learning model (%57.7) is more defined than the other VARK models. Moreover, there important differences in the participants according to university, department and age in terms of KOLB and VARK ($p<0.05$). Conclusion : According to acquired results, Kinesthetic and Diverger Type learning model is more dominant, the students in the sport department have a history about sport and so they had to learn with the methods of their coaches after starting sport and department's cirriculum has theoric and practical lessons, even in the term of their continual learning, they go on their sportive life, these are linked with all of these. According to work they do not abide by a sole learning type and they adopt multiple learning models. Keywords : Learning; Learning Styles; KOLB; VARK; Physical Education and Sport

SB601

ONBİR YAŞ ÇOCUKLARINDA DİKKAT DÜZEYİNİN REAKSİYON ZAMANINA ETKİSİNİN İNCELENMESİ

***[1]Hamdi Özdemir*, [2]Saime Cengiz, [1]Ufuk Alpkaya, [3]Hamdi Özdemir**

[1]Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı/ İSTANBUL
[2]Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği / İSTANBUL
[3]İstanbul Üniversitesi - Cerrahpaşa Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı/ İSTANBUL

***Email :** hamdiozdemir@istanbul.edu.tr, saime_cengiz@hotmail.com, ualpkaya@marmara.edu.tr, hamdiozdemir@istanbul.edu.tr*

Bu çalışmanın amacı 11yaş (X=11,45± ,50 yıl) çocukların dikkat düzeyleri ile reaksiyon zamanları arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırmaya İstanbul ili, Üsküdar ilçesinde, bir devlet okulunda okuyan 44 öğrenci (24 kadın, 20 erkek) gönüllü olarak katılmıştır. Dikkat düzeyinin belirlenmesinde Bourdon (1955) dikkat testi kullanılmıştır. Testten alınabilecek en yüksek puan 118 olarak belirtilmiştir. Bireyin puanının yükselmesi, dikkat düzeyinin arttığını göstermektedir. Çocukların seçmeli reaksiyon zamanlarını belirlemek için Lafayette (Model 63035) kullanılmıştır. İstatistiksel analizlerde, çocukların dikkat testi (puan) ve reaksiyon zamanı testi (salise) aritmetik ortalamaları belirlenmiş, Pearson korelasyon katsayısı kullanılarak ortalamalar arasında ilişkiye bakılmış ve anlamlılık düzeyi $p<0.05$ olarak kabul edilmiştir. İstatistiksel olarak, çocukların dikkat testi puanları ile reaksiyon zamanları arasında yüksek anlamlı bir ilişki bulunmuştur r= -414 ($p>0.01$). Sonuç olarak, kişinin dikkat düzeyinin üst seviyede olmasının reaksiyon zamanının kısa olmasında etkili olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Dikkat, reaksiyon zamanı, çocuk

ANALYSIS OF THE EFFECT OF THE ATTENTION LEVEL IN ELEVEN-YEAR-OLD CHILDREN ON REACTION TIME

The aim of this study is to analyze the relationship between 11-year-old (x=11,45± ,50 years old) children's attention level and their reaction time. In Istanbul 44 volunteer students (24 girls and 20 boys) from public schools in Üsküdar district participated in this study. Bourdon (1955) test was used to determine the attention level of children. In this scale; the highest score was 118 points. It is indicated that the higher scores mean higher attention levels. The arithmetical averages of the children's attention level scores and reaction time scores were taken for statistical analysis and the level of significance was set at $p<0.05$. The significant relationship was observed between the attention level and reaction time of children r= -414 ($p<0.05$). In conclusion, it can be said that a person's level of attention efects the reaction time; that is, the higher the attention level, the shorter the reaction time.

Keywords: Attention, reaction time, children

SB822

ÜÇ FARKLI REAKSİYON ZAMANI ÖLÇÜM ARACININ KARŞILAŞTIRILMASI

***[1]Ufuk Alpkaya*, [1]Sinan Bozkurt**

[1]MARMARA ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ, İSTANBUL

***Email :** ualpkaya@marmara.edu.tr, sbozkurt@marmara.edu.tr*

ÜÇ FARKLI REAKSİYON ZAMANI ÖLÇÜM ARACININ KARŞILAŞTIRILMASI

ÖZET Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı, kişilerin reaksiyon süresinin ölçümünde kullanılan farklı araçların karşılaştırılmasıdır. Reaksiyon süresi ölçümü, ışık ve ses gibi uyaranların bulunduğu, zaman ölçerin entegre edildiği makinalarla veya bilgisayar programlarıyla yapılabilmektedir. Genel olarak ölçümler, oturur vaziyette, kişiye bir uyarı verilmesi ve kişinin en kısa sürede istenen tepkiyi parmağıyla düğmeye basması şeklinde uygulanmaktadır. Yöntem: Araştırmada 3 farklı araç kullanılarak deneklerin reaksiyon zamanı ölçümü yapılmıştır. Birinci araç; "Lafayette" (Model 630035- USA), ikinci araç; "New Test 2000" (Finlandiya) ve üçüncü araç; Bilgisayar internet ortamında kulanılan "Online reaction time test" (USA) ölçüm programıdır. Araştırmaya yaşları 18 – 24 (X=19,6571 ± 1,83 yıl) arası 35 gönüllü (16 erkek, 19 kadın) katılmıştır. Ölçümlerden önce deneklere testler hakkında bilgi verilmiş ve her araçta 5 deneme yapmalarına izin verilmiştir. Deneklerden hazır komutu verildikten kısa bir süre sonra, yeşil ışık yandığında, en kısa sürede dominant elin işaret parmağıyla düğmeye basarak ışığı söndürmeleri istenmiştir. Deneklerin ölçüm amaçlı 5 kez basit reaksiyon süreleri alınmış ve kayıt edilmiştir. İstatistiksel analizler için, her bir deneğin 5 reaksiyon süresi ölçümünün en yüksek ve en düşük süreleri atılarak, kalan 3 sürenin ortalaması alınmıştır. İstatistiksel karşılaştırmalarda tekrarlı ölçüm (ANOVA) Bonferroni yöntemi kullanılmış ve anlamlılık düzeyi $p<0.05$ olarak kabul edilmiştir. Bulgular: İstatistiksel olarak üç farklı aracın reaksiyon süresi ölçüm sonucunda anlamlı bir fark bulunmamıştır $F=1,589$ ($p>0.05$). Sonuç: Sonuç olarak, firmaların ürettiği araçlarla veya bilgisayar – internet ortamında kullanılarak yapılan reaksiyon süresi ölçümlerinde aynı sonuçlar elde edilmektedir. Anahtar kelimeler: Reaksiyon zamanı, Lafayette, New test 2000, bilgisayar

COMPARISON OF THREE DIFFERENT REACTION TIME MEASURING INSTRUMENTS

ABSTRACT Introduction and Purpose: The purpose of this study is to compare the different brand tools used to measure the reaction time of people. Reaction time measurement can be carried out by means of computers or integrated machines where stimuli such as light and sound are present. In general, the measurements are applied in a sitting position, giving a warning to the person and pressing the button with the finger as soon as possible. Method: In the study, reaction times of the subjects were measured using 3 different tools. First tool; "Lafayette" (Model 630035-USA), second tool; "New Test 2000" (Finland) and third tool; Computer is a measurement program "Online reaction time test" (USA) used in internet environment. 35 volunteers (16 males, 19 females) between the ages of 18-24 year (X = 19.6571 ± 1.83 years) participated in the research. Before the measurements, the subjects were informed about the tests and allowed to do 5 trials in each tool. Shortly after the ready command was given to the subjects, when the green light was on, it was desired to extinguish the light by pressing the button with the dominant hand index finger as soon as possible. Five simple reaction times were taken and recorded for measurement purposes. For the statistical analyzes, the highest and lowest durations of 5 trials of reaction times were deducted for each tool, and the average of the remaining 3 trials were taken. Repeat measures (ANOVA) Bonferroni statisticall method was used in the comparison and the level of significance was accepted as $p <0.05$. Results: Statistically, there was no significant difference in the measurement result of reaction times of three different instruments $F=1,589$ ($p>0.05$). As a result, the same results are obtained in the measurement of the reaction times using the tools produced.

OLİMPİZM / OLYMPISM

SB39

MODERN OLİMPİYAT OYUNLARINDA TÜRKİYE'NİN GÜREŞTE ELDE ETTİĞİ SONUÇLARIN İNCELENMESİ

[1]Hasan Öz,

[1]Ebubekir Çiftçi Ortaokulu, Erciş/VAN
[2]Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, AĞRI

Email : *hasanoz6088@gmail.com,*

ÖZET Giriş: Uluslararası Olimpiyat Komitesi (IOC) tarafından organize edilen olimpiyat oyunlarında güreş dalı üç kategoride düzenlenmektedir. Grekoromen stil 1896 yılında, serbest stil ise 1904 yılında oyunlara dâhil edilmiştir. Kadınlar kategorisi ancak 2004 yılında olimpiyatlara dâhil olabilmiştir. Amaç: Bu çalışmanın amacı modern olimpiyat oyunlarının ilkinden sonuncusuna kadar yapılan oyunlarda; serbest, grekoromen ve kadınlar kategorisinde Türkiye adına yarışan büyükler milli takım güreşçilerinin elde ettikleri sonuçları incelemektir. Yöntem: Araştırmada tarama modellerinden ''örnek olay tarama modeli'' benimsenmiş, veri toplama yöntemi olarak da ''doküman analizi yöntemi'' kullanılmıştır. 76'sı grekoromen stilde, 88'i serbest stil, 10'u hem serbest hem grekoromen stilde, 5'i kadınlar kategorisinde olmak üzere toplam 179 güreşçinin yaptıkları maçlar ve elde ettikleri madalyalar çalışma kapsamında ele alınmıştır. Bulgular: Araştırmanın sonucunda serbest stilde Türkiye'yi temsil eden 98 milli güreşçinin 18'i altın 12'si gümüş 9'u bronz olmak üzere toplamda 39 madalya; grekoromen stilde Türkiye'yi temsil eden 86 güreşçinin 11'i altın, 6'sı gümüş, 7'si bronz olmak üzere toplam 24 madalya kazandıkları görülmüştür. Elde edilen sonuçlara göre Türkiye'nin 2016 yılı itibariyle serbest stil en iyi ülkeler sıralamasında 3. sırada, grekoromen stil en iyi ülkeler sıralamasında ise 6. olduğu görülmüştür. Sonuç: Sonuçlara bakıldığında ülke sıralamalarına etki eden en önemli faktörlerin, ülkelerin ekonomik durumları, gelişmişlik düzeyleri, küresel savaşların etkisi, spor politikaları, antrenör ve sporcu yeterlilikleri ile ilişkili olduğu görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Türkiye, Güreş, Olimpiyat, Grekoromen Stil, Serbest Stil.

EVALUATION OF RESULTS OBTAINED BY TURKEY IN MODERN OLYMPIC GAMES

ABSTRACT İntroduction: Wrestling in Olympic Games organized by the IOC (International Olympic Committee) is held in three categories. Grecoroman style was included in the games in 1896, and freestyle was included in the games in 1904. The category of women was only included in the Olympics in 2004. Purpose: The aim of this study is searching the results obtained by adults national team wrestlers representing Turkey in free, Grecoroman and women categories from the first to the last of the modern Olympic Games. Method: In this research, " case study model " is adopted from the screening models and " document analysis method " is used as data collection method. The scope of this study includes 179 competitions and medals which are 76 in Grecoroman, 88 in freestyle, 10 in both of free and Grecoroman style, 5 in women's categories. Results: The results of the survey demonstrates that 98 national wrestlers representing Turkey won 39 medals in freestyle which of them are 18 gold,12 silver, 9 bronze and 86 wrestlers representing Turkey won 24 medals in Grecoroman style which of them are 11 gold, 6 silver and 7 bronze. According to the obtained results Turkey is at the 3th place in the ranking of freestyle best countries and at the 6th place in the ranking of the Grecoroman style best countries as of 2016. Conclusion: From the results, it can be seen that the most important factors affecting the country's rankings are related to economic conditions of countries, development levels, effects of global wars, sports politics, trainer and athlete competences.

Key words: Turkey, Wrestling, Olympics, Grecoroman Style, Freestyle.

SB241

2016 RİO OYUNLARI: ORGANİZASYONEL, YÖNETSEL VE SİYASAL SORUNLAR ÜZERİNE TÜRK MEDYASINDAN OKUMALAR

***[1]Melek Kozak*, [2]Melek Kozak, [3]İbrahim Yıldıran**

[1]Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi,Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Karaman
[2]Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi,Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Karaman
[3]Gazi Üniversitesi,Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

***Email :** melek.kozak@gmail.com, melek.kozak@gmail.com, yildiran@gazi.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı, 5-21 Ağustos 2016 tarihleri arasında Brezilya'nın Rio de Janeiro kentinde düzenlenen Olimpiyat oyunlarını sosyal, ekonomik, kültürel, organizasyonel, yönetsel, siyasal ve sağlığa ilişkin politikalar bakımından incelemektir.

Yöntem: Araştırmada nitel araştırma yöntemleri içerisinde değerlendirilen literatür taraması yöntemi kullanılmış; bu doğrultuda, oyunlar öncesi, esnası ve sonrası yerli, yazılı ve sosyal medyada çıkan konu kapsamındaki haber ve yorumlarla süreli yayın makaleleri, sorunlara ilişkin kodlar oluşturularak değerlendirilmiştir.

Bulgular: Oyunlarda sorunların daha çok sağlık, ekonomi ve organizasyon alanlarında yoğunlaştığını ve bunları güvenlik, beslenme, ulaşım gibi sorunların takip ettiğini göstermektedir. Birincil öncelikli sorun olarak oyunlara damgasını vuran Zika virüsünün insan sağlığı açısından katılımcı sayısını etkileyecek ölçüde büyük bir tehdit unsuru oluşturduğu, üst düzey görevlilerin tutuklanmalarına yol açan yolsuzluklar nedeniyle öngörülen kalite standartlarının çok altında inşa edilen tesislerde aynı zamanda büyük organizasyonel aksaklıkların yaşandığı, dolayısıyla mevcut haliyle Rio Olimpiyat Oyunlarının bu alanlarda daha önceki olimpiyatlardan daha düşük bir profil gösterdiği anlaşılmaktadır.

Sonuç: 2016 Rio Olimpiyatlarındaki sorunlar, olimpiyatlara aday olan ülkelerin yönetim ve organizasyonlarını, IOC ile yaptıkları sözleşme hükümlerine uygun olarak, olimpik ideallerin yaşatılması yanında, katılımcıların sağlık, güvenlik, ulaşım, barınma ve beslenme gibi temel alanlardaki kaygılarını giderecek dikkat ve nitelikte planlamalarının önemini vurgulamaktadır.

Anahtar Kelimeler: Rio Olimpiyatları, sorunlar, medya

2016 RIO GAMES: READINGS ON ORGANIZATIONAL AND MANAGERIAL, POLITICAL ISSUES FROM TURKISH MEDIA

Introduction and Purpose: The aim of this study is to examine the Olympic Games organized in Rio de Janeiro, Brazil from 5 to 21 August 2016 in terms of social, economic, cultural, organizational, managerial, political and health policies.

Method: In the research, literature scanning method evaluated in qualitative research methods was used; in this direction, the issues before, during and after the games, was evaluated editing codes related problems periodical publishing articles with news and comments in scope of the subject social media and national printed media.

Findings: Games indicate that problems are mostly concentrated in the fields of health, economy and organization and these problems are followed by problems such as security, nutrition and transportation. As a primary priority issue, “Zika virus” make one’s mark in games, constitutes a major threat to enough to affect the number of participants in terms of human health, because of the corruption that led to the arrest of high-level officials facilities built under the prescribed quality standards are also experiencing major

organizational disruptions, therefore, it is understood that the Rio Olympic Games in their present situation showed a lower profile in these areas than the previous Olympics.

Result: Problems in 2016 Rio Olympics emphasizes that the importance of qualified and attentive plannings which eliminate participants' main concerns in the basic areas like health, security, transportation, housing and nutrition and the importance of the management and organizations of countries which candidates for the Olympics besides keeping their Olympic ideals alive in accordance with the terms of their contract with the IOC.

Key words: Rio Olympics, problems, media

SB538

LİSE ÖĞRENCİLERİNİN OLİMPİK SEMBOLLERE YÖNELİK FARKINDALIKLARININ İNCELENMESİ

[1]Tuğçe Karaşahinoğlu, [1]İbrahim Yıldıran

[1]GAZİ ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ, ANKARA

Email : *tugce.karasahinoglu@gmail.com, yildiran@gazi.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Bu araştırmanın amacı, bir devlet lisesinde yürütülen proje kapsamındaki olimpik eğitim programına katılan ve katılmayan lise 1. Sınıf öğrencilerinin olimpik sembollere yönelik algılarının incelenmesidir.

Yöntem: Araştırma grubunu, ilgili lisede öğrenim görmekte olan 109 öğrenci oluşturmaktadır. Bunlardan 55'i eğitim programına katılmış, 54'ü ise katılmamıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak; araştırmacılar tarafından oluşturulan, kişisel bilgiler, olimpik sembollere yönelik çoktan seçmeli/açık uçlu sorular ve öğrencilerin çizim yapabilmeleri için ayrılan boş bir alan içeren araştırma formu kullanılmıştır. Katılımcılara olimpik marş ve olimpiyat bayrağını tanıyıp tanıyamama ile ilgili sorular sorulurken, olimpik halkalar ve olimpiyat meşalesine yönelik birer adet açık uçlu soru sorulmuştur. Ayrıca katılımcılardan formda yer alan boş alana olimpik halkaları çizmeleri istenmiştir. Çizimleri değerlendirmek için; halka sayısı, halkaların konumlandırılması, halka renklerinin betimlenmesi, halka renklerinin yerleşimi ve halka geçişlerini puanlamak üzere 5 kategori ve 17 değerlendirme kriterinden oluşan bir rubrik hazırlanmıştır. Verilerin analizinde betimsel istatistik yöntemleri kullanılarak yüzde ve frekans dağılımı hesaplanmıştır.

Bulgular: Araştırma bulgularına göre, katılımcıların %34,9'u olimpik marşı, %70,6'sı ise olimpiyat bayrağını beş farklı marş ve bayrak arasından tanıyabileceğini düşünmektedir. Eğitime katılanların tamamı olimpik halkaları doğru sayıda çizerken, %96,4'ü halka konumlarını ve halka renklerini doğru çizmiş, %54,5'i ise halka renklerini doğru konumlandırmıştır. Eğitime katılmayanların %94,4'ü olimpik halkaları doğru sayıda çizerken, %85,2'si halka konumlarını ve %53,7'si halka renklerini doğru betimlemiştir. Bununla birlikte eğitime katılmayanların yalnızca %9,3'ü halka renklerini doğru konumlandırmıştır. Ayrıca olimpik eğitim programına katılan ile katılmayan öğrencilerin olimpik halkalara yönelik farkındalıkları arasında anlamlı bir farklılık olduğu saptanmıştır, $t(107)=5.98$, $p<.01$. Eğitim programına katılan öğrencilerin farkındalıklarının ($\bar{x}=38,36$) katılmayanlara ($\bar{x}=27,96$) göre daha yüksek düzeyde olduğu görülmüştür.

Sonuç: Olimpik eğitim programına katılan öğrencilerin olimpik sembollere yönelik farkındalıklarının katılmayanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Olimpik sembollerin temsil ettikleri değerler bakımından, olimpiyatlar ve olimpizme yönelik farkındalık yaratmada önemli birer araç niteliği taşıdıkları söylenebilir.

Anahtar kelimeler: Olimpiyat, Olimpik semboller, Farkındalık, Lise öğrencileri, Olimpik eğitim

HIGH SCHOOL STUDENTS' AWARENESS OF OLYMPIC SYMBOLS

Introduction and Aim: The purpose of this study is to examine the Olympic symbols awareness of high school students who participated or not in an Olympic education program under the project conducted in a state high school.

Method: Sample group of the study consisted of 109 students studying at first grade. A research form that include personal information, multiple choice/open ended questions for Olympic symbols, and space for students to draw was used. To evaluate the drawings; a rubric consisting of 17 and 5 categories about the number, the position, the colors and the transitions of rings and the placement of ring colors was created. Percentage and frequency distribution were calculated by using descriptive statistical methods.

Results: 34.9% of the participants recognized the Olympic anthem and 70.6% recognized the flag among the five different anthems and flags. All participants in Olympic education program drew the Olympic rings in the correct number, 96.4% drew the colors and positioned the rings and 54.5% positioned colors of the rings correctly. 94.4% of the students who did not participated in program drew the Olympic rings in the correct number, 85.2% positioned the rings and 53.7% drew the colors correctly. And %9.3% of these students positioned colors of the rings correctly. It was found that there was a significant difference in the awareness between the students who participated education program and not participated, $t(107)=5.98$, $p<.01$. The awareness of students participated in the education program ($\bar{x}$ = 38,36) was higher than those who did not participate ($\bar{x}$ = 27.96).

Conclusion: It was seen that the awareness of students participated in the education program was higher than those who did not participate. The embedded values of Olympic are important in creating awareness of Olympics and Olympism.

Keywords: Olympics, Olympic symbols, Awareness, High school students, Olympic education

SB748

ANTİK-MODERN OLİMPİYAT OYUNLARI VE MODERN OLİMPİYAT OYUNLARINDA TÜRKLER

***[1]Asil Çetinkaya*, [2]T. Osman Mutlu, [3]Ali Ağılönü, [4]Yavuz Öntürk**

[1]Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı, MUĞLA.
[2]Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı, MUĞLA.
[3]Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Anabilim Dalı, MUĞLA.
[4]Düzce Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı, DÜZCE.

***Email :** asilfener09@gmail.com, omutlu1907@hotmail.com, alichom@gmail.com, yavuzonturk@hotmail.com*

ÖZET

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı; Olimpiyat Oyunları'nın başlangıcı ve tarihsel gelişimi ile Oyunlardaki Türk varlığını ortaya koymaktır. Araştırma kronolojik bir devamlılık göstermekte olup, dönemlerini anlatan olaylar tarihsel sıralamalarına göre art arda sıralanmaktadır. Tarih boyunca antik çağlardan günümüze kadar gelen süreçte fiziksel aktivite ve spor, bireylerin hayatında çok önemli bir yere sahip olmaktadır. Yüzyıllardır insanların yaşamında olan ve ortaya çıktığı günden itibaren sürekli gelişen aynı zamanda bulunduğu zaman dilimine göre değişen spor kavramı, antik dönemden bu yana çeşitli geleneksel organizasyonlarla ilerlemeye devam etmektedir.

Yöntem: Çalışma içerik bakımından nitel araştırma yöntemlerinin kapsamında olup 1896-2016 tarihleri arasında yapılan olimpiyat oyunlarındaki Türk varlığı çeşitli kaynaklardan yararlanılarak belge tarama yöntemi yapılandırılmıştır.

Bulgular: Olimpiyat Oyunları'na ilk girdiğimiz tarihten bu yana Türkiye Cumhuriyeti Devleti olarak katıldığımız branşların sayısı ve bu branşlarda aldığımız başarıların oranı oldukça düşük olmaktadır. Modern Olimpiyat Oyunları tarihimizde 1936 Berlin Oyunları'nda güreş ile başlayan başarılarımız 1990'li yıllara kadar yoğun bir şekilde devam etmiş, daha sonrasında bu yoğunluğu halter, boks ve judo gibi branşlar devralmaktadır. Güreş'te aldığımız başarıların temelini ülkemizde kurulmuş olan ve sporcularımızın yetiştirildiği güreş eğitim merkezlerinin oluşturduğu ve olimpiyat oyunlarında ülkece aldığımız başarıların tesadüf değil belli bir sisteme dayalı olarak elde edildiği düşünülmektedir.

Sonuç olarak; Ülkemizde diğer olimpik spor branşları içinde gerekli alt yapı ve eğitmen desteğinin oluşturulması sayesinde, olimpiyat oyunlarında güreş branşında aldığımız sistematik başarıların diğer spor branşlarında da alınmasını sağlayacaktır.

Anahtar Kelimeler: Spor, Olimpiyat Oyunları, Türkler

ANCIENT-MODERN OLYMPIC GAMES AND TURKS IN MODERN OLYMPIC GAMES

SUMMARY

Introduction and Objective: The aim of this study is; The beginning and historical development of the Olympic Games and the Turkish presence in the Games. The research shows a chronological continuity and the events describing the periods are sorted according to their historical order. Throughout history, physical activity and sport have reached a crucial place in the lives of individuals in the process of being up to date from ancient. The concept of sport, which has been in the lives of people for centuries, and which has changed from time to time, constantly evolving from time to time, continues to progress with various traditional organizations since ancient age.

Method: The content of the study was covered by qualitative research methods. The method of document scanning was constructed by taking advantage of various sources of Turkish presence in the Olympic games between 1896-2016.

Findings:. The number and the rate of success in Olympics branches that we joined as Republic of Turkey from beginning of the Olympics is very nominal. In the Modern Olympic Games , Republic of Turkeys sucess has started with wrestling in 1936 Berlin Games.Then, our history continued intensely until the 1990's, after which this density was taken over by branches such as weightlifting, boxing and judo. It is thought that the successes we have achieved in wrestling are based on a certain system, not coincidence, On the other hand, the Wrestling Training Centers has established in our country by our athletes.

As a result; With the creation of the necessary infrastructure and trainers' support within other sports branches in the Olympics in our country, we will succeed in these other branches just like we have succeeded in wrestling.

Key Words: Sport, Olympic Games, Turks

REKREASYON / RECREATION

SB17

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN REKREASYON FARKINDALIK DÜZEYLERİNİN ÇEŞİTLİ PARAMETRELERE GÖRE İNCELENMESİ

[1]Erol Doğan, [1]Yücel Makaracı, [1]Bilge Kaan Yılmaz

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

Email : *eroldogan66@hotmail.com , yucelmkrc@gmail.com, bilgekaan926@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Literatür incelendiğinde, boş zaman deneyiminin bireylere göre farklı anlamlar gösterdikleri anlaşılmaktadır. Bu nedenle bireylerin rekreasyona ya da rekreasyon deneyimine yükledikleri anlamlar da değişkenlik göstermektedir. Bu çalışmanın amacı; Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören öğrencilerin rekreasyon farkındalık düzeylerinin belirlenerek, çeşitli parametrelere göre incelenmesidir. Yöntem: Çalışmaya Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören (2017-2018 Eğitim-Öğretim yılı) 211 erkek (yaş ort: 21,31 yıl ± 1,68) ve 89 kadın (yaş ort: 20,87 yıl ± 1,70) olmak üzere toplamda 300 öğrenci (N=300) gönüllü olarak katılmıştır. Veri toplama aracı olarak Ekinci (2017) tarafından geliştirilen ve toplamda 41 sorudan oluşan 5'li Likert tipi "Rekreasyon Farkındalık Ölçeği" kullanılmıştır. Ölçek; "Haz-Eğlence", "Sosyal Beceri" ve "Kendini Geliştirme" olarak 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Verilerin istatistiksel analizlerinde ikili grup karşılaştırmalarında t test, ikiden fazla grup ortalaması arasındaki farkı test etmek için ise tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanımıştır. Bulgular: Çalışmada yapılan analiz sonucunda, katılımcıların cinsiyet ve yaşına göre yapılan karşılaştırmalarda istatistiki olarak anlamlı bir fark tespit edilirken; sınıfa ve yaşanılan yere göre yapılan karşılaştırmalarda ise anlamlı bir fark görülmemiştir. Sonuç: Sonuç olarak; sportif faaliyetlere katılımda erkeklerin kadınlara göre daha aktif olduğu bilinmekle beraber, rekreasyon farkındalığında da erkekler lehine bir fark olduğu söylenebilir. Yine yaş faktörünün de rekreasyon farkındalığında etkili bir rol oynadığı çalışmamızın önemli sonuçları arasında görülmüştür.

RESEARCHING THE RECREATION AWARENESS LEVELS OF THE STUDENTS OF THE FACULTY OF SPORT SCIENCES ACCORDING TO VARIOUS PARAMETERS

Background and Aim: When the literature is reviewed, it has been understood that leisure time experiences show different meanings according to the individuals. For this reason, the meanings that individuals assign to recreation or recreation experiences show variations as well.Tha aim of this study is to determine the recreation awareness levels of the students studying at the faculty of Sport Sciences and examine them according to various parameters. Methods: A total of 300 volunteer students (N=300) , 211 males (age avarage 21,31 years + 1,68) and 89 females (age avarage 20,87 years + 1,70), studying at the faculty of Yaşar Doğu Spor Sciences (2017-2018 school year) participated in this study. Five point likert Recreation Awareness Scale, developed by Ekinci (2017) and consisted of total 41 questions, was used as data collection tool. Scale is composed of 3 sub dimensions as " Pleasure-Entertainment", Social Skill", and "Self-Development". In the statistical analysis of the data, t- test was used in the binary group comparison and one way analysis of variance (ANOVA) was used to test the difference between avarage of more than two groups. Findings: In consequence of the analysis done in the study, while a statistically significant difference was determined in the comparision according to the sex and age of the participants, but no significant difference was determined in the comparison according to the class and living place . Results: As a result, although it is known that males are more active than females in taking part in sportive activities, it can be said that there is a difference in favor of males in recreation awareness. It was also an important result of our study that age factor played an important role in recreation awareness .

SB20

MACERA YARIŞLARINA KATILAN SPORCULARIN ZİHİNSEL DAYANIKLILIKLARININ İNCELENMESİ

[2]Burak Gürer, [2]Fikret Alıncak, [1]Güçlü Özen

[1]İzmir Demokrasi Üniversitesi - İzmir
[2]Gaziantep Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu - Gaziantep

Email : *burakgurer27@gmail.com, alincakfikret27@gmail.com , guclu1234@yahoo.com*

Giriş ve Amaç: Macera yarışları dayanıklılık ve performans isteyen bir spordur. Macera yarışlarında fiziksel performansın yanında zihinsel dayanıklılıkta önemlidir. Araştırmamızın amacı, macera yarışlarına katılan sporcuların zihinsel olarak dayanıklılık durumlarını incelemektir. Yöntem: Araştırmanın evrenini Türkiye'deki macera yarışçıları, örneklemini ise Aladağlar Sky Trail macera yarışı ve Kaçkar Ultra Maratonuna katılan (75 erkek, 28 kadın) sporcular oluşturmuştur. Veri toplama aracı olarak Sheard ve ark., (2009) tarafından geliştirilen ve Türkçe'ye uyarlaması Altıntaş ve Bayar Koruç (2016) tarafından yapılan sporda zihinsel dayanıklılık ölçeği kullanılmıştır. Ölçek için Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı .67 olarak bulunmuştur. Toplanan veriler istatistiksel paket program (SPSS 22.0) aracılığıyla analiz edilip sonuçlar yorumlanmıştır. Elde edilen verilerin analizinde Independent Samples T testi ve iki gruptan fazla durumda tek yönlü varyans analizi (One Way Anova) testi kullanılmıştır. Bulgular: Cinsiyet, yaş, antrenman sayısı, eğitim durumu ve deneyim değişkenlerine göre anlamlı farklara ulaşılmıştır. Yapılan doğa sporu türüne göre anlamlı fark bulunamamıştır. Sonuç: Buna göre zihinsel dayanıklılığın macera yarışları için önemli olduğu söylenebilir. Macera yarışlarının yapıldığı mevsim, parkur uzunluğu ve arazilerin bu sonuçlara etki ettiği düşünülmektedir. Araştırma sonuçlarının sporcuların zihinsel dayanıklılıklarının arttırılması için antrenörler tarafından değerlendirilmesi önerilmektedir.

INVESTIGATION OF MENTAL TOUGHNESS OF SPORTSMEN PARTICIPATING ADVENTURE RACING

Introduction and aim: Adventure racing are a sport request endurance and performance. In adventure races, in addition to physical performance, it is important in mental toughness. The aim of our research is to examine the mental toughness of the athletes participating in adventure racing. Method: The research population adventure racers in Turkey, sample the Aladağlar Sky Trail adventure race, with participating involved in the Ultra Marathon (75 male, 28 female) athletes. This study was used to mental toughness scale that were adapted to Turkish by Altıntaş and Bayar Koruç (2016) and reformed by Sheard et al. (2009). Cronbach Alpha internal consistency coefficient was .67. The collected data were analyzed by statistical package program (SPSS 22.0) and the results were interpreted. The t-test and One Way Anova analysis were used in the evaluation of the research data. Finding: Significant differences were reached according to gender, age, number of training, educational status and experience variables. No significant difference was found according to the nature sport. Result: Accordingly, it can be said that mental toughness is important for adventure racing. It is thought that the season, the length of the course and the weather affected the adventure races. It is recommended that the results of the research be evaluated by the coaches to increase the mental endurance of the athletes.

SB33

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRENCİLERİNİN DOĞA SPORLARI DERSİ İLE DOĞA YÜRÜYÜŞLERİNE KATILIMINI MOTİVE EDEN SEBEPLERİNİN BELİRLENMESİNİ (Bingöl İl Örneği)

***[1]Oktay Kızar*, [2]Mehmet Kargün, [1]Gamze Y. Araz, [3]Resul Ağırtaş**

[1]Bingöl Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu
[2]Gaziosmanpaşa Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu
[3]Elazığ Milli Eğitim Müdürlüğü

***Email :** oktaykizar@mynet.com, mkargun@gop.edu.tr, gyıldırım@bingol.edu.tr, resulagırtas@mynet.com*

İnsanlar boş zamanlarında, farklı sebeplere bağlı olarak, farklı spor faaliyetleri ile uğraşmaktadırlar. Bu spor dallarından biride doğa sporlarıdır. Kentleşme kültürü ile birlikte doğadan, doğal yaşamdan ayrı kalan ve şehirdeki monoton yaşama adeta mahkûm olan birçok birey günümüzde doğa sporları ile ilgilenerek doğa özlemini gidermekte ve doğayla bütünleşmektedir. Bu çalışma Bingöl Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda öğretmenlik, antrenörlük ve yöneticilik bölümünde eğitim gören öğrencilerin doğa sporları dersi ile doğa yürüyüşlerine katılımını motive eden sebeplerinin belirlenmesini amaçlamaktadır. Bingöl ilinde bulunan beden eğitimi öğrencisi grubundaki toplam 260 öğrenciden rastgele tarama yöntemi ile 87 kişiye uygulanmıştır. Literatür taraması Ekinci, E. tarafından (2012) yılında geçerlilik ve güvenirliliği yapılan Doğa Yürüyüşlerine Katılım Motivasyon Olçeği (DYKMÖ) kullanılmıştır. Elde edilen veriler değerlendirilmesinde SSPS 22.0 istatistik paket programı kullanılarak tasnif edilip, frekans ve yüzde dağılımları ile Anova ve t-testi yapılmıştır. Ortalamalar arasında gözlenen farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için, Scheffé ve LSD ve Tukey testleri uygulanmıştır. Bingöl Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda öğrenim gören öğretmenlik, antrenörlük ve yöneticilik bölümü öğrencilerin doğa sporları dersi ile doğa yürüyüşlerine katılımını motive eden 5 alt boyutunda yetiştiği çevre ile ekonomik durumları arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır (p>0,05). Sonuç olarak Bingöl Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda öğrenim gören öğretmenlik, antrenörlük ve yöneticilik bölümü öğrencilerin doğa dersi ile doğa sporlarına katılımı motive etmede sosyal, zaman, eğitim, gözlem ve sağlık alt boyutlarının önemli bir etken olmadığı söyleyebiliriz. Anahtar Kelimeler: Doğa sporları, motive, katılım, doğa yürüyüşü, Bingöl

DETERMINING THE SEVERITY WHICH MOTIVES PARTICIPATION IN NATURAL SPORTS COURSE AND NATURE SPORTS IN PHYSICAL EDUCATION AND SPORT STUDENTS (BİNGÖL PROVINCE EXAMPLE)

People are dealing with different sports activities in their free time, depending on different reasons. One of these sports is nature sports. Many individuals who are separated from nature and natural life together with urbanization culture and are almost condemned to monotonous life in the city are interested in nature sports today and take nature longing and integrate with nature. The aim of this study is to determine the reasons motivating the participation of students who are trained in teaching, coaching and management in Bingöl University Physical Education and Sports School with nature sports lesson.A total of 260 students in the physical education students group in Bingöl province were applied to 87 students by random screening method. Literature review Ekinci, E. (2012) used Motivation Scale of Participation in Nature Marches (DYKMÖ), which was validated and credible. In the evaluation of the obtained data, SSPS 22.0 statistical package program was used to classify the frequency and percent distributions of Anova and t-test.Scheffé and LSD and Tukey tests were applied to determine which groups the differences observed between the averages are.There was no significant difference between the environment and the economic situation in the 5 sub-dimensions motivating the participation of the students in the courses of the nature sports with the teaching, coaching and management department students of the Bingöl University School of Physical Education and Sports (p> 0,05). As a result, we can say that social, time, education, observation and health sub-dimensions are not important factors in motivating the participation of the students in nature education and nature education in the teachers, coaching and management department of Bingöl University Physical Education and Sports School. Keywords: Nature sports, motive, participation, nature walk, Bingöl

SB53

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN BOŞ ZAMAN DEĞERLENDİRME ALIŞKANLIKLARI VE ZAMAN YÖNETİM BECERİLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Ozan Yılmaz*, [2]Kürşad Sertbaş**

[1]Kocaeli Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı, KOCAELİ
[2]Kocaeli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, KOCAELİ

***Email :** ozanyilmaz57@gmail.com, ksertbas@gmail.com*

Amaç: Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi(SBF) öğrencilerinin boş zaman alışkanlıklarını nasıl değerlendirdikleri ve zaman yönetimi becerilerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Yöntem: Araştırma grubunu, 2016 – 2017 Eğitim – Öğretim yılı içinde Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde eğitimine devam eden 865 gönüllü öğrenci oluşturmuştur. Veri toplama aracı olarak, kişisel bilgi formu, boş zaman değerlendirme anketi ve zaman yönetimi envanteri kullanılmıştır. Verilerin çözümlemesi SPSS 21.0 paket programında yapılmıştır. Çapraz tablolama (cross- tabulation), ki-kare yöntemi, Mann Whitney U Test ve Kruskal Wallis Test kullanılmıştır. Bulgular: SBF öğrencilerinin katıldıkları etkinlik türleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulundu ($p<0.05$). SBF öğrencilerinin boş zamanı daha çok nerede değerlendirdikleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulundu ($p<0.05$). SBF öğrencilerinin ZYE puanları cinsiyet değişkenine göre, "Zaman planlaması", "Zaman tutumları" alt boyutları ve "Genel zaman yönetimi" ilişkin görüşlerinde istatistiksel anlamlı bir farklılık bulundu ($p<0.05$). Bölüm değişkenine göre, "Zaman tutumları" ve "Zaman harcattırıcıları" alt boyutlarına ilişkin görüşlerinde istatistiksel anlamlı bir farklılık bulundu ($p<0.05$). Sınıf değişkenine göre, "Zaman planlaması" alt boyutu ve "Genel zaman yönetimi" ilişkin görüşlerinde istatistiksel anlamlı bir farklılık bulundu ($p<0.05$). Sonuç: SFB öğrencilerinin boş zamanlarında "sportif etkinliklere" katılımı daha çok tercih ettikleri, boş zaman değerlendirmede "güçlük" çektikleri, boş zamanlarını "kampüs dışında" değerlendirdikleri, üniversite ve ilin rekreasyon alanlarının "yeterli olmadığı", SBF öğrencilerin boş zamanlarında en çok tercih ettikleri etkinlik çeşidi "müzik dinlemek" olduğu, etkinliklere "arkadaşlarıyla" katıldıkları, etkinliklerin tercih edilme nedeninin "en iyi yapabildiğim" ve "yeteneklerime uygun olması" olduğu, etkinliklere en çok katıldıkları yerin "spor tesisi" olduğu, etkinliklere "arkadaşlarının" yönlendirmesiyle katıldığı, etkinliklerin bıraktığı etkisinin "mutlu edici" bulduğu, etkinliklere katılmama nedeni "ilgili kurumun bana hitap eden programları olmadığı" ve "ekonomik yetersizlik" olduğu tespit edilmiştir. SBF öğrencilerinin genel zaman yönetim becerileri puanlarının orta düzeyde olduğunu, cinsiyet ve sınıf değişkeni acısından farklılık gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Anahtar Kelimeler: Üniversite öğrencisi, spor bilimleri, boş zaman değerlendirme, zaman yönetimi,

INVESTIGATION OF LEISURE HABITS AND TIME MANAGEMENT SKILLS OF FACULTY OF SPORTS SCIENCES' STUDENTS

Objective:. The aim of this study is to examine the leisure time habits and the time management skills of the students of Kocaeli University Sports Sciences Faculty. Method: The research group consist of 865 volunteer students who continued their education in Kocaeli University Faculty of Sports Science during 2016 – 2017 academic year. As a data collection tool, personal information form, leisure habits questionnaire and time management inventory were used in the research. Mann Whitney U test, Kruskal Wallis Test, Ch-Square and crosstabs are used to analyze the data. Result: Statistically significant differences was found among the types of activities attended by the students participated in the study ($p<0.05$). Statistically significant differences were found between periodicity of visited places to spend perceived leisure time ($p<0.05$). A statistically significant difference was found in terms of "Time planning", "Time attitudes" sub-dimensions and "General time management" according to the gender variables of the TMI scores of the students ($p<0.05$). There was a statistically significant difference in the opinions about the subscales of "Time attitudes" and "Time wasters" according to the variables of the department ($p<0.05$). According to the variable of the class, a statistically significant difference was found in the "Time planning" , "General time management" sub-dimension ($p<0.05$). Conclusion: The students of the Faculty of Sport Sciences prefer to participate in sports activities more in their spare time, they have difficulty in evaluating leisure time, they evaluate their leisure time mostly outside campus, university and provincial recreation areas are not enough, most of the students prefers to listen to music during leisure time, they participate in activities with their friends, the reasons of the prefered activity are to be able to do the best and suits abilities, the impact of the activities are happyness. the reason for not participating in the events is that the

SB68

TÜRK REKREASYON ENDÜSTRİSİNİN MODELİ

[1]Eskişehir Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü

Türkiye'deki rekreasyon endüstrisinin gelişimini yavaşlatan en önemli unsurlardan biri meslek uzmanlarının istihdamında sorun yaratan mesleki yeterlilik çerçevesinin henüz çizilememiş olmasıdır. Mesleki yeterlilik çerçevesinin belirlenmesinde kılavuz unsur ise meslekle ilişkili endüstriyel boyutları tanımlayabilen modeldir. Bu bağlamda araştırmanın amacı Türk rekreasyon endüstrisinin yapısını ortaya koyacak bir modeli önermektir.

Araştırma, nitel araştırma yöntemlerinden biri olan durum çalışması olarak tasarlanmıştır. Araştırmanın evrenini etkinliklerin organizasyonunda rol oynayan unsurlar oluşturmaktadır. Belirlenen evrenin içerisinden ölçüte dayalı örnekleme tekniği ile eğlenceye dayalı rekreatif etkinliklerin düzenlenmesinde rol oynayan ana unsurlar seçilmiştir.

Rekreatif etkinliklerin oluşturulmasında rol oynayan ana unsurlara ilişkin veri toplamak için gözlem, doküman inceleme ve saha notu teknikleri kullanılmıştır. Verilerinin analizi için betimsel analiz tekniğinden yararlanılmıştır. Analiz sonucunda eğlenceye dayalı rekreatif etkinliklerin organizasyonunda rol oynayan ana unsurlar rekreatif işletmeler, rekreatif hizmetler, etkinlik ve aktivitenin yapılandırıldığı temel alanlar, rekreasyon uzmanının hizmet türleri ve dış kaynaklar olarak belirlenmiştir.

Sonuç olarak, uluslararası literatürdeki dört rekreasyon endüstrisi modeli incelenmiş, Türk rekreasyon endüstrisinin yapısı detaylı olarak tartışılmış, Türk rekreasyon endüstrisi ile ilgili ulusal ve uluslararası literatür eksikliğinin giderilmesi için katkı sağlanmış ve Türk rekreasyon endüstrisini temsil edecek bir model önerisi yapılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Türk rekreasyon endüstrisi, Etkinlik ve Aktivite, Rekreasyon uzmanı, İstihdam

TURKISH RECREATION INDUSTRY MODEL

One of the most important factors that have impeded the development of the recreation industry in Turkey creates problems of professional competence framework for the employment of professional experts is not yet drawn. The guiding factor in determining the professional competence framework is a model that can define the industrial dimensions relevant to the profession. In this context, the purpose of this research is to propose a model which presents the structure of the Turkish recreation industry.

The research was designed as a case study which is a qualitative research method. The universe of the study consisted of components that play a role in the organization of the activities. The main components that played a role in the organization of recreational events based on entertainment were chosen among the specified universe by means of the sampling technique based on criteria.

For the purpose of collecting data on the main components that played a role in terms of creating events of recreative. activities in the scope of recreation industry, observation, document review and field notes techniques were employed. For data analysis, the descriptive analysis technique was used. As a result of the analysis, the main components that played a role in the organization of recreational activities based on entertainment were determined as recreational businesses, the main fields that the event and activity are structured, service types of the recreation expert and external sources. As a consequence, the four creation industry models in the international literature were examined, the structure of the Turkish recreation industry was discussed in detail, a contribution was made for eliminating the international and national literature deficiency towards the Turkish recreation industry, and a proposal of a model that will represent the Turkish creation industry was presented.

Keywords: Turkish creation industry, Event and Activity, Recreation expert, Employment

SB107

DANS OKULLARINA ÜYE BİREYLERİN SERBEST ZAMAN İLGİLENİM DÜZEYLERİ İLE PSİKOLOJİK İYİ OLUŞ DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİSİ

[1]Hamdi Alper Güngörmüş, [2]Utku Işık, [1]Selçuk Demirdöğen

[1]MANİSA CELAL BAYAR ÜNİVERSİTESİ, SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ,MANİSA
[2]RECEP TAYYİP ERDOĞAN ÜNİVERSİTESİ, BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEK OKULU,RİZE

Email : *hamdialper@gmail.com, utku.isik@erdogan.edu.tr, isdansbul@gmail.com*

Giriş ve Amaç

Dans, her kültürde farklı bir anlama gönderme yapan ve çeşitliliğiyle zaman içinde taşıdığı veya kendisine atfedilen simgesel anlamların kaymasına uğrayabilen ya da anlam değişikliği yaşayabilen bedensel bir dışavurumdur (Galioğlu, 2007). Psikolojik iyi oluş, yaşamda karşı karşıya kalınan varoluşsal meydan okumaları yönetme olarak tanımlanırken (Ryff ve Keyes, 1995); serbest zaman ilgilenimi, herhangi bir etkinliğe yönelik kişisel ilgi ya da katılım gösterme ve bunun sonucunda alınan zevk, eğlence ve heyecan olarak tanımlanmaktadır (Gürbüz vd., 2015). Bu çalışmanın amacı, dans okullarına üye olan bireylerin psikolojik iyi oluş ve serbest zaman ilgilenim düzeylerindeki demografik farklılıkları tespit ederek; serbest zaman ilgilenim düzeyi ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkiyi belirlemektir.

Yöntem

Manisa ve İzmir'de farklı dans okullarında eğitim alan, basit rastgele örnekleme yöntemi ile seçilen 77 erkek ve 102 kadın olmak üzere toplam 179 kişi (Ortyaş = 24,87 ± 5,80) "Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği"ni (SZİÖ) (Gürbüz vd., 2015) ve "Psikolojik İyi Oluş Ölçeği"ni (PİOÖ) (Telef, 2013) cevaplamışlardır. Verilerin değerlendirilmesinde, tanımlayıcı istatistikiler, bağımsız örneklemler için t- testi, ANOVA ve MANOVA kullanılmıştır. Serbest zaman ilgilenimi ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkinin belirlenmesinde ise Pearson Korelasyon testi kullanılmıştır.

Bulgular

Analiz sonuçlarına göre, katılımcıların "cinsiyet", "refah seviyesi", "medeni durum", "serbest zaman süresi", "serbest zaman değerlendirme güçlüğü", "dans merkezine üyelik süresi" ve "dans merkezinden yararlanma sıklığı" gibi değişkenlerde "PİOÖ" puanlarının anlamlı olarak farklılaşmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$). MANOVA sonuçları, "cinsiyet", "medeni durum", "refah seviyesi" ve" fiziksel aktivitelere katılım sıklığı" değişkenlerinde SZİÖ"nin alt boyutları üzerindeki temel etkisinin anlamlı olduğu; "haftalık serbest zaman süresi", "serbest zaman değerlendirme durumu", "dans merkezine üyelik süresi" ve "dans merkezinden yararlanma sıklığı" gibi değişkenlerde ise temel bir etkisinin olmadığı sonucuna varılmıştır. Bununla birlikte, katılımcıların psikolojik iyi oluş puanları ile serbest zaman ilgilenim alt boyut puanları arasında orta düzeyde pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($p<0,05$).

Sonuç

Sonuç olarak, katılımcıların serbest zaman ilgilenimleri ile psikolojik iyi oluş düzeyleri arasında anlamlı ilişkilere rastlanmıştır.

THE RELATIONSHIP BETWEEN LEVELS OF LEISURE TIME INVOLVEMENT AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF INDIVIDUALS WHO ARE MEMBERS OF DANCE SCHOOLS

Introduction and purpose

Dance is a physical expression that refers to a different meaning in every culture, and can experience the change of meaning or symbolic meaning that it has carried over time with its diversity or attributed to itself. Psychological well-being is defined as the management of existential challenges faced in life; leisure time involvement is defined as personal interest or participation in any activity, and as a result of this, pleasure, entertainment and excitement. The aim of this study was to determine the demographic differences in levels of psychological well-being and leisure time involvement of individuals who are members of dance schools.

Method

A total of 179 subjects (Xage = 24,87 ± 5,80), 77 men and 102 women selected by simple random sampling method, were included in the “A Modified Involvement Scale” (MIS) and "Psychological Well-Being” (PWBS) answered in different dance schools in İzmir and Manisa province. In the evaluation of the data, descriptive statistics, t-test for independent samples, ANOVA and MANOVA were used. The Pearson Correlation test was used to determine the relationship between leisure time invovement and psychological well-being.

Results

The results of the analysis showed that; no signidicantly differences between "PWBS" score and "gender", "income", "marital status", "free time", "free time evaluation difficulty", "duration of membership to dance center" ($p > 0.05$). MANOVA results show that; signidicantly differences between "MIS" and "gender", "marital status" and "income status” were found. But, "Free time duration", "free time evaluation difficulty", "duration of membership in the dance center" and "frequency of using the dance center" were not found significantly differences with MIS. However, there was a significant positive correlation between the psychological well-being scores and the leisure time involvement subscale scores of the participants. ($p < 0.05$)

Result

As a result, there were significant associations between the participants' leisure time involvement and psychological well-being.

SB108

REKREASYONEL AMAÇLI KAYAK YAPAN BİREYLERDE SERBEST ZAMAN DOYUMU VE PSİKOLOJİK İYİ OLUŞ İLİŞKİSİ

[2]Utku Işık, [1]Hamdi Alper Güngörmüş

[1]MANİSA CELAL BAYAR ÜNİVERSİTESİ, SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ, MANİSA
[2]RECEP TAYYİP ERDOĞAN ÜNİVERSİTESİ, BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOKULU,RİZE

Email : *utku.isik@erdogan.edu.tr, hamdialper@gmail.com*

Giriş ve Amaç

Kayak geçmişten günümüze geldiği süreç içerisinde hem rekreatif bir etkinlik alanı hem de olimpik bir branş olarak dünyada oldukça popüler hale gelmiştir (Tanyeri, 2000; Lind ve Sanders, 2004). Ülkemizde son yıllarda tesisleşme ve ulaşım kolaylıklarıyla beraber kış sporlarına ilginin arttığını görmekteyiz. Rekreasyonel aktivitelerin hem fizyolojik hem de psikolojik sağlığa olumlu etkileri birçok çalışmada ortaya konmuştur. Çalışmanın amacı, rekreasyonel amaçlı kayak yapan bireylerinin psikolojik iyi oluş ve serbest zaman doyum düzeylerindeki demografik farklılıkları tespit etmek ve serbest zaman doyumu ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkiyi belirlemektir.

Yöntem

Kayseri Erciyes Kayak Merkezi'nde rekreasyonel amaçlı kayak yapan bireylerden, basit rastgele örnekleme yöntemi ile seçilen 118 erkek (Ortyaş = 22,70 ± 3,40) ve 84 kadın (Ortyaş= 22,19 ± 3,33) olmak üzere toplam 202 kişi (Ortyaş = 22,49 ± 3,37) "Serbest Zaman Doyum Ölçeği"ni (SZDÖ) (Gökçe, 2008) ve "Psikolojik İyi Oluş Ölçeği"ni (PİOÖ) (Telef, 2013) cevaplamışlardır. Verilerin değerlendirilmesinde, tanımlayıcı istatistikiler, bağımsız örneklemler için t-testi, ANOVA ve MANOVA kullanılmıştır. Serbest zaman doyumu ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkinin belirlenmesinde ise Pearson Korelasyon testi kullanılmıştır.

Bulgular

Analiz sonuçları, "PİOÖ" puanı ile katılımcıların "cinsiyet", "gelir", "medeni durum" ve "spor merkezlerine üyelik durumu" değişkenine göre anlamlı olarak farklılaşmadığı ($p>0,05$), ancak "spor merkezlerine üyelik durumu" değişkenine göre anlamlı olarak farklılaştığı tespit edilmiştir. Ayrıca yapılan ANOVA testi sonuçlarına göre "yaş" ve "kayak yapma sıklığı" değişkenine göre de anlamlı farklılıklar ortaya çıkmıştır ($p<0,05$). MANOVA sonuçları, "cinsiyet", "spor merkezlerine üyelik durumu" ve "kayak yapma sıklığı" değişkeninin "SZDÖ"nin alt boyutları üzerindeki temel etkisinin anlamlı olduğu ve "medeni durum" değişkenine göre ise temel etkisinin olmadığı sonucuna varılmıştır. Bununla birlikte, katılımcıların psikolojik iyi oluş puanları ile serbest zaman doyum puanları arasında orta düzeyde pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($p<0,05$).

Sonuç

Sonuç olarak, katılımcıların psikolojik iyi oluş düzeylerinin genel anlamda yüksek olduğu ve kayak organizasyonlarına katılımla birlikte katılımcıların en çok "fiziksel", "eğitimsel" ve "sosyal" olarak doyuma ulaştıkları söylenebilir.

THE RELATIONSHIP BETWEEN LEISURE SATISFACTION AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF INDIVIDUALS WHO ARE SKIING FOR RECREATIONAL-PURPOSE

Introduction and purpose

Skiing has become a very popular activity both as a recreational activity and as an Olympic sport scene in the process of dating from the 1800s (Lind, Sanders, 2011; Tanyeri, 2000). Psychological well-being is defined as the management of existential challenges faced in life; leisure satisfaction can be evaluated as the perceived level of conscious or unconscious completion of the free time requirement (Demir et al., 2013). The purpose of this study is to determine the demographic differences in psychological well-being and leisure satisfaction levels of ski-minded individuals for recreational purposes and to determine the relationship between leisure satisfaction and psychological well-being.

Method

A total of 202 persons (118 women and 84 women) selected by simple random sampling method (Xage = 22,49 ± 3,37) were included in the "Leisure Satisfaction Scale" (LSC) (Gökçe, 2008) and the "Psychological Well-Being Scale" (PWBS) (Telef, 2013) answered at Kayseri Erciyes Ski Center. In the evaluation of the data, descriptive statistics, t-test for independent samples, ANOVA and MANOVA were used. The Pearson Correlation test was used to determine the relationship between leisure satisfaction and psychological well-being.

Results

The results of the analysis showed that the participants did not significantly differences with respect to the variables of "gender", "income", "marital status" and "membership status of sports centers" with "PWBS" score ($p > 0,05$). There were significant differences according to the variables of "age" and "skiing frequency" ($p < 0,05$). MANOVA results showed that the main effect of "gender", "membership status of sports centers" and "frequency of skiing" on the subscales of "LSC" was meaningful and there was no basic effect according to the "marital status" variable. However, there was a significant positive correlation between the psychological well-being scores and leisure satisfaction scores. ($P < 0.05$)

Conclusion

It can be said that those participating in skiing organizations are mostly satisfied with "physical", "educational" and "social".

SB129

BOŞ ZAMAN ETKİNLİĞİ OLARAK RAMAZAN EĞLENCELERİNE RETRO TEMELLİ BİR YAKLAŞIM

***[1]Gözde Yetim*, [1]Günnur Hastürk, [2]Metin Argan, [1]Gözde Yetim**

[1]Anadolu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eskişehir
[2]Anadolu Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Eskişehir

***Email :** gozdeey03@hotmail.com, gunnurkoseoglu@anadolu.edu.tr, margan@anadolu.edu.tr, gozdeey03@hotmail.com*

Giriş ve Amaç: Günümüzde, retro kavramı, unutulmuş ya da unutulmaya yüz tutmuş ürünlerin canlandırılarak yeniden talep oluşturulmasını sağlayabilmek amacıyla pazarlama değişkeni olarak kullanılmaktadır. Bu çalışmanın amacı,Ramazan etkinlikleri bağlamında nostalji eğilimi faktörlerini ortaya koyarak, bu faktörlerin katılım davranışları ve demografik özelliklere göre farklılaşma durumunu incelemektir.

Yöntem: Bu doğrultuda araştırma, kolayda örnekleme yöntemi ile Özdilek Alışveriş Merkezi'nde düzenlenen Ramazan etkinliklerine katılan 228 kişi ile gerçekleştirilmiştir. Elde edilen veriler SPSS23 programında analiz edilmiştir.

Bulgular: Araştırma doğrultusunda yapılan faktör analizinde; kişisel nostalji, hatıra duyumsama, geçmiş özlemi, canlandırılmış nostalji ve kaçış olarak beş faktör ortaya çıkmıştır. Faktörlerin farklılaşma durumlarına ilişkin t-testi ve ANOVA'dan yararlanılmıştır. Yapılan t-testi analizi sonucunda, hatıra duyumsama ve canlandırılmış nostalji faktörleri cinsiyete göre farklılık ($p< 0.05$) göstermektedir. Medeni durum ($p > 0.05$) haricindeki diğer demografik özelliklerde de faktörlere göre farklılaşma($p< 0.05$) olduğu görülmektedir. Bunun yanında, retro aktiviteler arasında en fazla Hacivat-Karagöz ve gölge oyunlarına katılım sağlandığı bulunmuştur.

Sonuç:Hatıra duyumsama ve canlandırılmış nostalji faktörleri, kadın katılımcıların lehine anlamlı bir farklılık göstermektedir. Dolayısıyla, kadınların geçmiş ile ilgili daha duygusal bağlar kurduğu yönünde bir çıkarım yapılabilir. Canlandırılmış nostalji faktöründe, üniversite mezunları lise mezunlarına göre anlamlı farklılık göstermek ile beraber, 36-45 yaş grubunda 46-55 yaş grubuna göre anlamlı farklılık görülmektedir. Bunun yanında, medeni durum hiçbir faktörde anlamlı farklılık göstermemiştir.

Anahtar Kelimeler: Retro, Retro Boş Zaman, Nostalji, Ramazan, Boş Zaman

A RETRO-BASED APPROACH TO RAMADAN ENTERTAINMENT AS A LEISURE ACTIVITY

Introduction and Aim: Nowadays, the concept of retro is used as a marketing variable in order to begin to be forgotten or forgotten products and to create demand again. The aim of this study is to examine the state of differentiation according to participation behaviors and demographic characteristics, revealing the factors of nostalgia tendency based on Ramadan activities.

Method: In this direction, the research was carried out with 228 people participating in the Ramadan activities organized by Ozdilek Shopping Center with convenience sampling method. The obtained data were analyzed in the SPSS23 program.

Findings: In the factor analysis carried out in the research direction five factors have emerged; personal nostalgia, memory sensation, past longing, virtual nostalgia and escape. The t-test and the ANOVA on the differentiation of the factors were used. As a result of the t-test analysis, the memory sensation and virtual nostalgia factors differ ($p < 0.05$) according to gender. It is seen that there are significant differences ($p < 0.05$) in the demographic characteristics except the marital status ($p > 0.05$) according to the factors. Besides, most of the activities that are organized are participating in the Hacivat-Karagöz and shadow play.

Result: Memory sensation and virtual nostalgia factors show a significant difference in favor of female participants. Therefore, it can be deduced that women have more emotional connections with the past. In terms of virtual nostalgia, university graduates differ significantly from high school graduates, and a significant difference in the 36-45 age group compared to the 46-55 age group. Besides all these, marital status did not show any significant difference in any factor.

Keywords: Retro, Retro Leisure, Nostalgia, Ramadan, Leisure

SB156

SERBEST ZAMAN İLGİLENİM DÜZEYİNİN ELİT SPORCULARIN YAŞAM DOYUMLARI ÜZERİNE ETKİSİ

[2]Emre Yamaner, [2]Gül Yamaner, [1]Derya Sarışık

[1]Gençlik Ve Spor Genel Müdürlüğü, Ankara
[2]Hitit Üniversitesi, Çorum

Email : *emreyamaner@hitit.edu.tr, gulyagar@hitit.edu.tr, deryacetin_fb@hotmail.com*

Amaç: Elit düzeyde spor ile uğraşan bireylerin, yoğun spor yaşantılarından ayırmış oldukları zaman içerisinde serbest zaman etkinlikleri ile uğraşarak yaşam doyumlarını arttırmaları gerekmektedir. Bu sebeple, elit düzeyde spor yapan bireylerin serbest zamana olan ilgilerinin yaşam doyumları üzerine ne derece etkili ve önemli olduğunu belirlemek amaçlanmaktadır. Yöntem: Çalışmaya elit düzeyde spor ile uğraşan 248 (OrtYAŞ=19,05±1,824) sporcu katılmıştır. Katılımcıların serbest zaman ilgilenim düzeyleri için; Kyle ve ark. (2007) geliştirdiği ve Gürbüz ve ark. (2015) tarafından Türkçeye adaptasyonu sağlanan "Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği" ve yaşam doyumları düzeyini belirlemek için; Diener ve ark. (1985) tarafından geliştirilen ve Köker (1985) tarafından Türkçe adaptasyonunu sağlayan "Yaşam Doyumu Ölçeği" kullanılmıştır. Bulgular: Serbest zaman ilgilenim ile yaşam doyumu arasındaki ilişki, Pearson Korelasyon analizi belirlenmiş ve aralarında pozitif doğrusal bir ilişki ($r=0.594$; $p<0.05$) olduğu saptanmıştır. Yapılan korelasyon analizi sonucu, sporcuların serbest zaman ilgilenim düzeyinin yaşam doyumunu ne derece etkilediğini Doğrusal Regresyon analizi ile test edilmiş ve serbest zaman ilgilenimin yaşam doyumu %35 ($R=.594$, $R2=.353$, $F=134.426$, $p<.01$) açıkladığı saptanmıştır. Sonuç: Serbest zaman ilgilenim düzeyi elit sporcularda ne kadar artarsa ve önem verilirse, sporcuların yaşam doyumları o derece artacaktır. Bu sebeple aktif spor sporcu bireylerin, serbest zamanlarını daha etkin bir şekilde değerlendirmeleri önerilmektedir. Anahtar Kelimeler: İlgilenim, Doyum, Serbest zaman, Sporcu

THE EFFECT OF LEISURE INVOLVEMENT LEVELS ON THE LIFE SATISFACTION OF ELITE ATHLETES

Purpose: Individuals who engage in sports at an elite level need to increase their life satisfaction with leisure time activities within the time allocated from their intense sports life. Thus, it is aimed to determine the effect and importance of leisure time involvement of individuals who do sports at an elite level on their life satisfaction. Method: The study included 248 (MeanAGE=19,05±1,824) athletes engaging in sports at an elite level. While leisure time involvement levels of the participants were determined using "Leisure Time Involvement Scale" which was developed by Kyle et al. (2007) and adapted into Turkish by Gürbüz et al. (2015); their life satisfaction levels were determined using "Life Satisfaction Scale" which was developed by Diener et al. (1985) and adapted into Turkish by Köker (1985). Findings: The relationship between leisure time involvement and life satisfaction was determined with Pearson Correlation analysis and it was determined that there was a positive linear relationship between them ($r=0.594$; $p<0.05$). As a result of the correlation analysis, the effect of leisure time involvement of athletes on their life satisfaction was tested with Linear Regression analysis and it was determined that leisure time involvement explained 35% of life satisfaction ($R=.594$, $R2=.353$, $F=134.426$, $p<.01$). Conclusion: The higher the leisure time involvement levels of elite athletes and the attention paid to the leisure time involvement are, the higher the life satisfaction levels will become. Thus, it is recommended for active athletes to evaluate their leisure time more efficiently. Keywords: Involvement, Satisfaction, Leisure time, Athlete

SB160

REKREATİF ETKİNLİKLERİN YAŞLILARIN MUTLULUK VE MENTAL İYİ OLUŞ DÜZEYLERİNE ETKİSİ

***[1]Zekiye Başaran*, [1]Furkan Çalışkan, [1]Serap Çolak, [1]Rıza Erdal**

[1]Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi KOCAELİ

***Email :** zekiye.basaran@kocaeli.edu.tr, furkanclskn9@gmail.com, srpclk@gmail.com, rizaerdal@mynet.com*

ÖZET Giriş ve Amaç: İyi ve güzel bir yaşam herkesin isteğidir. Hayatın her aşamasında bunun için mücadele verilir. Bu mücadeleyi güzelleştiren, zevkle yapılmasını sağlayan faaliyetlerden biri de rekreatif etkinliklerdir. Bu aktiviteler yaşamı zenginleştirip hoşça vakit geçirmeyi sağlarken, kişilerin sağlıklı ve mutlu olmalarına da yardımcı olmaktadır. Bu çalışmanın amacı da Rekreatif Faaliyetlerin Yaşlıların Mutluluk ve Mental İyi oluş düzeylerine Etkisini incelemektir. Yöntem: Araştırmanın örneklemini 55-74 yaş aralığında Kocaeli Huzurevinde yaşayan 3 bayan ve 12 erkek toplam 15 yaşlı birey oluşturmuştur. Çalışmada tek gruplu deneysel araştırma deseni kullanılmıştır. Toplam 10 hafta, haftada 2 gün ve günde 90 dakika çalışılmıştır. Programı, bocce takımı oluşturma ve Bocce antrenmanına yönelik fiziksel egzersizler ile film izleme içermiştir. Veriler, Oxford mutluluk ölçeği (Doğan & Sapmaz, 2012) ve Warwick-Edinburgh (Kendal, 2015) mental iyi oluş ölçeği ile elde edilmiştir ve SPSS 25 paket programıyla 0,05 anlamlılık düzeyinde analiz edilmiştir. Normal dağılım gösteren verilere Paired Sample t test, Independent t testi ile korelasyon testi uygulanmıştır. Bulgular: Çalışmanın sonunda; Yaşlılar İçin Mutluluk ölçeğinin ön test (77,13±9,66) / son test (146,40±3,90) toplam puanları karşılaştırıldığında artış meydana gelmiş ve bu artış istatistiksel olarak da anlamlı bulunmuştur (p=,000). Yine mental iyi oluşun ön test (34,86±2,97) / son test (65,60±3,01) toplam puanları karşılaştırıldığında artış meydana gelmiş ve bu artış da istatistiksel olarak da anlamlı bulunmuştur (p=,000). Cinsiyet ve huzurevinde kalınan süre açısından fark bulunmazken, yaş ile mutluluk ve mental iyi oluş arasında fark saptanmıştır. Mutlulukla mental iyi oluş arasında ise ilişki tespit edilmiştir. Sonuç olarak; uygulanan rekreatif faaliyetlerin, yaşlıların mutluluk ve mental iyi olma durumları üzerinde olumlu etkisi olmuştur. Bu tür rekreasyon faaliyetlerine katılmak onların mutluluklarını artıracak, hayata bağlanmalarına, ve daha sağlıklı bir yaşam sürmelerine yardımcı olacaktır. Anahtar Kelimeler: Yaşlı, Mutluluk, Mental iyi oluş, Rekreasyon

EFFECTS OF RECREATIONAL ACTIVITIES ON HAPPINESS AND MENTAL WELL-BEING OF ELDERLY

Introduction and Aim: A good and beautiful life is what everyone wants. Recreational activities are contribute to enrich and enjoy life, helping people to be healthy and happy. The purpose of this study is to examine the effect of recreational activities on the happiness and mental well-being of the elderly. Metot: The sample of the study consisted of total 15 elderly individuals living in Kocaeli Rest Home. A single group experimental study design was used in the study. It studied total 10 weeks, 2 days a week and 90 minutes a day. The program included physical exercises for bocce training. The data were obtained with Oxford happiness scale (Dogan&Sapmaz, 2012) and Warwick-Edinburgh mental well-being scale (Kendal, 2015), and analyzed with SPSS 25 package program at 0,05 significance level. Paired Sample t test, Independent t test, and Correlation analysis were used for data. Result: At the end of the study; The happiness scale showed an increase when the total scores of the pretest (77,13 ± 9,66) / post test (146,40 ± 3,90) were compared and this increase was statistically significant (p =. 000). Again, when the total scores pre-test (34,86 ± 2,97) / posttest (65,60 ± 3,01) of the mental well-being were compared, it showed an increase, and this increase was also statistically significant (p =. 000). While there was no difference in terms of gender and length of stay in rest home, there was a difference between age and happiness and age and mental well-being. The relationship between happiness and mental well-being has been determined. Conclusion: As a result, recreational activities positively effected on happiness and mental well being of the elderly. Participating in such recreational activities will increase their happiness, to connect to the life, and help them lead a healthier life. Keywords: Elderly, Happiness, Mental Well-Being, Recreation

SB171

PİLATES KATILIMCILARININ SERBEST ZAMAN MOTİVASYONU VE SERBEST ZAMAN TATMİNİNİN İNCELENMESİ

***[1]Harun Ayar*, [1]Aydın Pekel, [2]Mustafa Can Koç**

[1]İstanbul Gelişim Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, İSTANBUL
[2]Mersin Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, MERSİN

***Email :** hayar@gelisim.edu.tr, apekel@gelisim.edu.tr, mckoc@mersin.edu.tr*

Amaç: Bu çalışmada, pilates egzersizine katılan bireylerin serbest zaman motivasyonunu ve serbest zaman tatmin düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Materyal ve Metod: Araştırmanın evrenini İstanbul ili Anadolu yakası pilates merkezleri üyeleri oluştururken, örneklemini Anadolu yakasında bulunan pilates stüdyolarında egzersiz yapan 200 kişi oluşturmaktadır. Veriler kişisel bilgi formu, Serbest Zaman Tatmin Ölçeği (SZTÖ) ve Serbest Zaman Motivasyon Ölçeği (SZMÖ) anket formunda katılımcılara yüzyüze görüşme formatında uygulanmıştır. Veriler bilgisayar ortamında SPSS (statisticalPackageforSocialSciences) 24 paket programında analiz edilmiştir. Tanımlayıcı veri analizinde; frekans, yüzde, ortalama, standart sapma analizlerinden yararlanılmış ve verilerin istatistik analizde Anova testi ve T testi kullanılmıştır. Değişkenlerdeki farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığına bakmak için post-hoc test yapılmış ve motivasyonun tatmin üzerindeki etkisine bakmak için Regresyon analizi yapılmıştır. Verilerin istatistiksel analizinde ve yorumlarda ($p<0,05$) anlamlılık düzeyi dikkate alınmıştır. Bulgular: Katılımcıların cinsiyet değişkenlerine göre serbest zaman motivasyonu ve serbest zaman tatmini arasında anlamlı farklılıklar görülmemiş, yaş değişkeninin serbest zaman motivasyonu ile arasında anlamlı bir ilişki görülmüştür. Katılımcıların medeni durumu, egzersiz süresi ve egzersize kimlerle katıldığı ile ilgili serbest zaman motivasyonu ve tatminlerinin analizi sonucunda anlamlı farklılıklar görülmüştür. Sonuç: Motivasyon değişkenlerinin tatmin değişkenleri üzerinde bir etkisi olup olmadığını araştırmak üzere çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Bulgular, değişkenler arasındaki çoklu doğrusal regresyon modelinin bütün değişkenler için anlamlı olduğunu göstermektedir. Sonuç olarak katılımcıların serbest zaman motivasyonlarının, serbest zaman tatmin düzeylerini etkilediği ortaya çıkmıştır. Anahtar kelimeler:Pilates, Serbest zaman motivasyon, Serbest zaman tatmin

INVESTIGATION OF FREE TIME MOTIVATION AND FREE TIME ATTENTION OF PILATES PARTICIPANTS

Objective: Inthisstudy, it was aimed to examine the leisure motivation and leisure satisfaction levels of the individuals participating in Pilates exercise. Materials and Methods: While the universe of the study was composed of Pilates centers in Istanbul province Anatolian side, the sample consisted of 200 people exercising in pilates studios located on the Anatolian side. The data, personalin formation form, Leisure Satisfaction Scale (LSS) and Leisure Motivation Scale (LMS) were applied in a questionnaire format in the face to face interview format.The data were analyzed on a computer environment SPSS 24 (Statistical Pack age for Social Sciences) pack age program. In the descriptive data analysis; frequency, percent, mean, standard deviation analyzes were used and Anova test and T test were used in statistical analysis of data. A post-hoc test was conducted to look at which groups the differences in the variables originated and a regression analysis was performed to look at the effect of motivation on satisfaction. Statistical analysis of the data and interpretations ($p <0.05$) were taken in to account. Findings:There was no significant difference between leisure motivation and leisure satisfaction according to gender variables of participants, and a significant relationship was found between age variable and leisure motivation. Significant differences were observed as a result of the analysis of leisure motivation and satisfaction with participants' marital status, duration of exercise, and the people that the participants attent the exercises together. Conclusion: Multiple regression analysis was conducted to investigate whether motivation variables had an effect on satisfaction variables. Findings show that the multiple linear regression model between variables is significant for all variables. As a result, it has been revealed that the participants' leisure motivations affect their leisure satisfaction levels. Keywords:Pilates, Leisure motivation, Leisure satisfaction

SB172

CROSSFİT EGZERSİZİNE KATILAN BİREYLERİN REKREASYONEL ETKİNLİKLERE YÖNELİK İLGİLENİM VE MUTLULUK DÜZEYLERİNİN BELİRLENMESİ

***[1]Harun Ayar*, [1]Aydın Pekel, [1]Taner Atasoy**

[1]İstanbul Gelişim Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, İSTANBUL

***Email :** hayar@gelisim.edu.tr, apekel@gelisim.edu.tr, tatasoy@gelisim.edu.tr*

Bu araştırmanın amacı, çeşitli crossfit merkezlerine üye olan bireylerin rekreasyonel etkinliklere yönelik ilgilenim ve mutluluk düzeylerinin belirlenmesidir.

Materyal ve Metod: Araştırmaya, İstanbul ilinde 4 farklı Crossfit merkezinde bulunan toplam 100 (75 erkek, 25 kadın) birey katılmıştır. Araştırmada, Kyle ve diğeleri (2007) tarafından geliştirilen ve Türkçe uyarlaması Gürbüz ve diğerleri (2015) tarafından yapılan "Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği: SZİÖ (A Modified Involvement Scale: MIS)" ve Hills ve Argyle (2002) tarafından geliştirilen ve Türkçe uyarlaması Doğan ve Akıncı Çötok (2010) tarafından yapılan "Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu: OMÖ-K (The Oxford Happiness Questionaire Short Form: OHQ-SF) kullanılmıştır.Verilerin analizinde; katılımcıların demografik özelliklerine göre, serbest zaman ilgilenimleri ve mutlulukları arasındaki farklılıkları ortaya koymak amacıyla Descriptive, Mann- Whitney U ve Kruskal-Wallis testleri uygulanmıştır.

Araştırma bulgularında; Mann-Whitney U test sonuçlarında "cinsiyet" değişkenine göre SZİÖ toplam puanında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Kruskal-Wallis test sonuçlarında "yaş", "medeni durum", "eğitim", "aylık gelir" değişkenlerine göre SZİÖ toplam puanlarında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Kruskal-Wallis test sonuçlarında "haftalık spor merkezine gelme" ve "günlük harcanan zaman" değişkenlerine göre SZİÖ toplam puanlarında anlamlı bir fark bulunmuştur ($p<0,05$). Mann-Whitney U test sonuçlarında "cinsiyet" değişkenine göre OMÖ-K toplam puanında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Kruskal-Wallis test sonuçlarında "yaş", "medeni durum", "eğitim", "aylık gelir", "haftalık spor merkezine gelme" ve "günlük harcanan zaman" değişkenlerine göre OMÖ-K toplam puanlarında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Bu araştırmanın verileri incelendiğinde, crossfit merkezine giden katılımcıların beceri düzeyleri arttıkça daha çok egzersize yöneldikleri ve rekabetten çok grup olarak yapılan egzersizde daha motive olmuş, ilgilenim ve mutluluklarının arttığı, bu artış ile doğru orantılı olarak egzersiz süresinde de artış olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

DETERMINATION OF INTEREST AND HAPPINESS LEVELS FOR RECREATIONAL ACTIVITIES OF INDIVIDUALS AT THE CROSSFIT EXERCISE

The aim of this research is to determine the level of interest and happiness for recreational activities of individuals who are members of various crossfit centers.

Materials and Methods: A total of 100 (75 male, 25 female) individuals in four different crossfit centers in Istanbul participated in the research. A Modified Involvement Scale (MIS) developed by Kyle et al. (2007) and adapted to Turkish by Gürbüz et al. (2015) and The Oxford HappinessQuestionnaire Short Form (OHQ-SF) developed by Hills and Argyle (2002) and adapted to Turkish form by Doğan and AkıncıÇötok were used in the study.In the analysis of the data; Descriptive, Mann-Whitney U and Kruskal-Wallis tests were applied to demonstrate the differences between leisure interests and happiness according to the participants' demographic characteristics.

In the research findings; Mann-Whitney U test results weren't found a significant difference in the MIS total score compared to the "gender" variable.The Kruskal-Wallis test results weren't found a significant difference in the MIS total scores according to the variables of "age", "marital status", "education", "monthly income". Kruskal-Wallis test results were found a significant difference in MIS total

scores according to "come to the weekly sports center" and "daily spending time" variables (p <0,05). Mann-Whitney U test results weren't founda significant difference in OHQ-SFtotal score according to the "gender" variable. There was not found significant difference in the total scores of OHQ- SF according to the variables of "age", "marital status", "education", "monthly income", "come to the weekly sports center" and "daily time spent" in Kruskal-Wallis test results. When the data of this study were examined, it was concluded that the participants who went to the center of crossfit were more motivated and more interested and more happiness in the exercises made as a group and more of the competitions than the competitors, as the skill levels increased.

SB176

SPORCULARIN ZAMAN YÖNETİMLERİ VE SERBEST ZAMANDA SIKILMA ALGILARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

***[1]Merve Karaman*, [1]Metin Yaman, [2]Akan Bayrakdar, [3]Mehmet Güçlü, [1]Erdal Zorba**

[1]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA
[2]Bingöl Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, BİNGÖL
[3]Bartın Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, BARTIN

***Email :** mervekaraman_@hotmail.com.tr, metinyaman@gazi.edu.tr, akanbayrakdar@gmail.com, mguclun@gmail.com, erdalzorba@hotmail.com*

Giriş ve Amaç

Zaman alıp satılmaz, biriktirilmez, başkasından aşırılmaz, depolanmaz, üretilmez, çoğaltılamaz ya da değiştirilemez. Zamanı yenilemek mümkün olmadığından, bütün kaynakların en değerli olanıdır (Lois and Schreiber, 1989). Sporcuların başarıyı yakalamaları için zaman kullanımları çok önemlidir. Bu çalışmanın amacı, sporcuların zaman yönetimleri ve serbest zamanda sıkılma algıları arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

Yöntem

Çalışmaya 556 sporcu katılmıştır. Araştırmada verilerin toplanmasında Alay ve Koçak (2002) tarafından Türkçe' ye uyarlanmış "Zaman Yönetimi Anketi" ve Kara, Gürbüz ve Öncü (2014) tarafından Türkçe' ye uyarlanmış "Serbest Zamanda Sıkılma Algısı Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin analizinde bağımsız tek örneklem testi, tek yönlü varyans analizi ve korelasyon analizi kullanılmıştır.

Bulgular

Analizlere bakıldığında sporcuların serbest zamanda sıkılma algısı (SZSA) puanları cinsiyet, yaş ve spor branşına göre değişmektedir. Sporcuların zaman yönetimi puanları ise yaş ve spor branşına göre değişmektedir. Yapılan korelasyon analizine göre sporcuların serbest zamanda sıkılma algıları ile zaman yönetimi arasında negatif yönlü zayıf bir ilişki bulunmaktadır. Bununla birlikte sporcuların SZSA ölçeğinden en yüksek puanı doyum alt boyutunda aldığı, zaman yönetimi ölçeğinden en yüksek puanı zaman planlama alt boyutundan aldıkları ve zaman yönetimi ile SZSA düzeylerinin orta düzeyde olduğu görülmektedir.

Sonuç

Araştırma sonuçlarına göre sporcuların SZSA ve zaman yönetimlerinin orta düzeyde olduğu, erkeklerin kadınlardan, genç yetişkinlerin yetişkinlerden, futbolcuların voleybol, halk oyunları ve orientring yapanlardan serbest zamanda sıkılma algıları daha yüksekken, genç yetişkinlerin yetişkinlerden, halk oyunları ile uğraşanların, futbol, voleybol ve orientring sporcularından zaman yönetimleri daha kötüdür. Ayrıca sporcuların serbest zamanda sıkılma algıları arttıkça zaman yönetimlerinin kötüleşmekte olduğu söylenebilir.

Kaynaklar

Alay, S. & Koçak, S. (2002). Validity and reliability of time management questionnaire. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 22, 9–13. Kara, F. M., Gürbüz, B. & Öncü, E. (2014). Leisure Boredom Scale: the Factor Structure and the Demographic Differences. The Turkish Journal of Sport and Exercise. 16(2): 28-35.

A STUDY OF THE RELATION BETWEEN TIME MANAGEMENT OF ATHLETES AND THEIR BOREDOM SENSATION IN LEISURE TIME

Introduction and Aim

Time use is very critical for athletes to succeed. The aim of this study was to investigate the relation between time management of athletes and boredom sensation in leisure time. Method

556 athletes participated in the study. “Time management questionnaire”, adapted to Turkish by Alay and Koçak (2002), and “Leisure Boredom Scale”, adapted to Turkish by Kara, Gürbüz and Öncü (2014) were used in the study. One sample test, one-way analysis of variance and correlation analysis were used for data analysis.

Results

Considering the analyses, the scores of leisure boredom sensation of the athletes varied based on gender, age and sports branch. Time management scores of the athletes varied by age and sports branch. According to the correlation analysis performed, there was a weak, negative relation between boredom sensation and time management of the athletes. Moreover, the athletes received the highest score in the satisfaction sub dimension in SZSA scale, they received the highest score in the time planning sub dimension in the time management scale and it was seen that their SZSA levels were average by using the time management method.

Conclusion

According to the study results, SZSA and time management of the athletes were average, and boredom sensation in leisure time was more severe in men in comparison to women, it was more severe in young adults in comparison to adults, it was more severe in soccer players in comparison to volleyball players, folk dancers and orienting athletes. Time management methods of young adults were worse than those of adults, and time management methods of folk dancers were worse than those of soccer players, volleyball players and orienting athletes. Moreover, it can be said that as the athletes’ boredom sensation in leisure time increased, their time management methods became worse.

SB332

REKREASYONEL ETKİNLİKLERE KATILIMDA ALGILANAN SOSYAL DESTEK: ÖĞRENCİLER ÜZERİNE BİR UYGULAMA

[2]Hüseyin Gümüş, [1]Ayşe Aslı Honça, [3]Turan Çetinkaya

[1]Kastamonu Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Kastamonu
[2]Mersin Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Mersin
[3]Ahi Evran Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Kırşehir

Email : *hgumus@mersin.edu.tr, a.asliyuzgenc@gmail.com, turan.cetinkaya@windowslive.com*

ÖZET

Giriş ve amaç

Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin rekreasyonel etkinliklere katılımda algıladıkları sosyal destek düzeyinin incelenmesidir.

Yöntem

Araştırmaya 3 farklı üniversiteden kolayda örnekleme yoluyla seçilen 536 birey gönüllü olarak katılmıştır. Veri toplama formu olarak Yıldırım (1997) tarafından geliştirilen ve 2004 yılında revize edilen Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ASDÖ-R) ve Gümüş & Alay Özgül tarafından (2017) geliştirilen Rekreasyon Alanı Tercih Etkenleri (RATE) ölçekleri kullanılmıştır. ASDÖ-R ölçeği; aile, arkadaş ve öğretmen olmak üzere 3 alt boyut ve toplam 50 maddeden oluşmaktadır. RATE ise toplam 24 madde olup Sportif Çeşitlilik, Personel, Konum, Fiziki İmkânlar ve Aktivite alt boyutlarından oluşmaktadır. Verilerin analizinde betimsel istatistiklerin yanı sıra değişken sayısına bağlı olarak iki grup için Bağımsız Örneklem T Testi (Independent Samples T Test), ikiden fazla grup için Tek Yönlü Varyans Analizi (One Way ANOVA) kullanılmıştır. Yapılan varyans analizi sonucunda elde edilen farkların hangi gruplardan kaynaklandığının tespiti için çoklu karşılaştırma testlerinden Tukey testi kullanılmıştır.

Bulgular ve Sonuç

Öğrencilerin rekreasyonel etkinliklere katılımda algılanan sosyal destek ölçeği puan ortalamalarında en etkili faktör arkadaş desteği (2,690±0,372) olurken en düşük etkiye sahip faktör öğretmen desteği (2,033±0,535) olmuştur. Toplam puan ortalamaları ise 2,441±0,274 olarak hesaplanmıştır. Rekreasyon alanı tercih etkenleri ölçeğinde ise en etkili faktörler sportif çeşitlilik (4,448±0,776) ve personel (4,128±0,681) olurken onu sırasıyla fiziki imkânlar (3,736±0,562), konum (3,185±0,647) ve aktivite çeşitliliği (3,074±0,586) izlemiştir. Ayrıca araştırma grubunun cinsiyet değişkeni ve konaklama durumu değişkenine göre algılanan sosyal destek düzeyinde anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Öğrencilerin rekreasyonel etkinliklere katılımda en yüksek düzeyde desteği arkadaşlarından sağladıkları, öğretmenlerinden algıladıkları desteğin ise en düşük düzeyde olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Devlet yurtlarında kalan öğrencilerin diğer öğrenci gruplarına oranla belediyeler tarafından yaptırılan rekreasyon alanlarını daha sık kullandıkları söylenebilir. Tüm öğrenci gruplarının rekreasyon alan tercihinde en çok önem verdikleri kriterin rekreasyon alanının sağladığı sportif çeşitlilik imkanının olduğu tespit edilmiştir.

SOCIAL SUPPORT PERCEIVED IN PARTICIPATION IN RECREATIONAL ACTIVITIES: AN APPLICATION ON STUDENTS

ABSTRACT

Introduction and aim:

The aim of this study is to examine the level of social support perceived by university students during participation in recreational activities.

Method:

536 volunteers selected by convenience sampling from 3 different universities participated in the study. The Perceived Social Support Scale (PSSS) developed by Yıldırım (1997) and revised in 2004 and the RATE Scale of Recreation Area Preference Factors (RATE) developed by Gümüş & Alay Özgül (2017) was used as a data collection form. The PSSS scale is comprised of 3 sub-dimensions consisting of family, friends and teachers and a total of 50 articles. RATE is comprised of 24 articles in total and includes the sub-dimensions of Sportive Variety, Personnel, Location, Physical Facilities and Activity. In the analysis of the data, Independent Samples T Test for two groups and One Way ANOVA for more than two groups were used depending on the number of variables as well as descriptive statistics. The Tukey test was used as a multiple comparison test to determine the groups from which the differences obtained from the variance analysis were derived.

Findings and Conclusion

While the support by friends turned out to be the most effective factor (2,690 ± 0,372) on average for the social support scale perceived in participation in recreational activities of the students, teacher support had the least effect (2,033 ± 0,535). The average of the total scores was calculated as 2,441 ± 0,274. In the scale for recreation area factor preferences the most effective factors were sportive variety (4,448±0,776) and personnel (4,128±0,681) which were followed by physical facilities (3,736±0,562), location (3,185±0,647) and activity variety (3,074±0,586), respectively. Furthermore, significant differences were found in the level of social support perceived by the study group according to the gender and accommodation status variables. It has been concluded that the students perceived the highest level

SB349

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE İNTERNET BAĞIMLILIĞI VE SERBEST ZAMAN DOYUM DÜZEYİ

***[1]Efecan Tezcan*, [1]Yeşim Bayrakdaroğlu**

[1]Gümüşhane Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Gümüşhane

Email : *efecantezcan@gmail.com, yesimsongun@gumushane.edu.tr*

Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı ve serbest zaman doyum düzeylerini çeşitli değişkenlere göre incelemektir. Bu amaç doğrultusunda Gümüşhane Üniversitesi'nde öğrenim gören 560 spor yapan üniversite öğrencisi çalışmaya gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın veri toplama şunlardır, a) araştırmacı tarafından hazırlanmış kişisel bilgi formu, b) Young (1996) tarafından geliştirilen ve Bayraktar (2001) tarafından Türkçe uyarlanan "İnternet Bağımlılık Ölçeği (İBÖ), c) Gökçe ve Orhan (2011) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan Beard ve Ragheb'e (1992) ait "Serbest Zaman Doyum Ölçeği (SZDÖ)." İstatistiksel analizlerde; normal dağılım için normallik testi, parametrik gruplarda karşılaştırma için ANOVA, parametrik olmayan gruplarda karşılaştırma için Mann Whitney U ve Kruskal Wallis testleri kullanılmıştır. Düzenli olarak spor yapma, lisanslı sporcu olma ve internetin kullanım amacı değişkenleri açısından SZD düzeylerinde anlamlı farklılığa rastlanmıştır ($p<0,05$). Ayrıca IB açısından internette geçirilen süre ve internetin kullanım amacı değişkenlerinde spor yapan öğrenciler için anlamlı farklılık vardır ($p<0,05$). Sonuç olarak SZD ve IB düzeyi spor yapan kişilerde daha yüksektir. Spor yapma SZD düzeyine olumlu etki eder.

INTERNET ADDICTION AND LEISURE SATISFACTION LEVEL IN UNDERGRAD STUDENTS

The objective of this survey model study is to examine the internet addiction and leisure satisfaction levels of the undergrad students for various variables. For this purpose, 560 sporting undergrad students of Gümüşhane University participated in the study in a voluntary base. The data collecting materials of the study are in the following, a) Personal Information Form (PIF) prepared by the researchers, b) "Internet Addiction Scale (IAS)," developed by Young (1996) and adapted to Turkish by Bayraktar (2001), and c) "Leisure Satisfaction Scale (LSS)" which belongs to Beard and Ragheb (1992), adapted to Turkish by Gökçe and Orhan (2011). In statistical analysis; normality test for normal distribution, ANOVA for comparison in parametric groups, and Mann Whitney U and Kruskal Wallis tests were utilized in nonparametric groups. There were significant differences in LS levels for the variables of doing regular sport, being a licensed athlete, and aim of using internet ($p<0,05$). Moreover, for the IA, there were significant differences in the variables of time spent on internet and aim of using internet ($p<0,05$). As a result, the level of LS and IA is higher in sporting undergrad students. It can be said that doing sport is a positive factor on LS.

SB407

REKREASYON ODAKLI İŞ YAŞAM KALİTESİ ÖLÇEĞİNİN GELİŞTİRİLMESİ

[1]Anıl Onur Mercanoğlu, [1]Kerem Yıldırım Şimşek

[1]Eskişehir Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü

Email : *aomercanoglu@anadolu.edu.tr, keremys@anadolu.edu.tr*

Giriş ve Amaç

İş yaşam kalitesi, kalifiye ve nitelikli iş gücündeki devamlılığı sağladığı için rekabetçi iş dünyasında ayakta kalmayı kolaylaştırmaktadır. Yüksek iş yaşam kalitesi, kurumsal amaçları etkin ve verimli bir şekilde yerine getirmeye yardımcı olmaktadır. Bu yüzden çalışanların iş yaşam kalitesini yükseltmek için rekreasyon aktiviteleri kullanılmaktadır. Bu bağlamda araştırmanın amacı, işyerinin rekreasyon odaklı iş yaşam kalitesine sahip olup olmadığını değerlendirebilecek bir ölçüm aracının geçerliğini ve güvenirliğini kanıtlamaktır.

Yöntem

Bu araştırma metodolojik bir çalışmadır. Araştırmanın örneklemini Anadolu Üniversitesi çalışanlarından kolayda örnekleme yöntemi ile seçilen 193 kişi oluşturmaktadır. Elde edilen veriler aracılığıyla ölçeğin içerik geçerliği, yapı geçerliği, yakınsak geçerliği, ıraksak geçerliği ve güvenirliği test edilmiştir.

Bulgular

Analiz sonucunda madde kapsam geçerliği indekslerinin 0,83 ile 1 arasında ve ölçek kapsam geçerliği indeksinin 0,98 olduğu tespit edilmiştir. AFA sonucuna göre 5 boyutlu, 23 maddeli ve açıklanan varyansı 70.914 olan bir yapı elde edilmiştir. Ortaya çıkan yapı DFA ile test edilmiş ve uyum indekslerinin referans değerlere uygun olduğu gözlemlenmiştir (x2=421,44; df=218; x2/df=1,933; RMR=0,078; GFI=0,84; AGFI=0,79; CFI=0,97; NFI=0,94; IFI=0,97; RMSEA=0,072). Güvenirlik sınanması sonucunda ölçeğin test-tekrar test korelasyon değeri 0.831, Cronbach's Alpha değeri 0.924'dür. Madde toplam korelasyon değerleri en düşük=0.437, en yüksek=0.754 aralığında sıralandığı saptanmıştır.

Sonuç

Analizler sonucunda ortaya çıkan 5 boyut ve 23 maddeye sahip ölçeğin geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu kanıtlanmıştır. Çalışanların rekreasyon odaklı iş yaşam kalitesinin hangi düzeyde olduğu ve nasıl algıladığı konusunda bir bilgiye sahip olmak için bu ölçekten yararlanılabilir. Bunun yanı sıra ölçek, çalışanların rekreasyonel olanaklarını düzenlemek veya geliştirmek konusunda işyerine temel bilgiler verebilir.

DEVELOPMENT OF RECREATION ORIENTED QUALITY OF WORK LIFE SCALE

Introduction and Purpose

The quality of work life makes it easier to survive in a competitive business world, because of it ensures continuity of qualified work force. High quality of work life helps to fulfill organizational goals effectively and efficiently. Therefore, recreational activities are used to improve the quality of work life of employees. In this context, the aim of the research is to prove the validity and reliability of a measurement tool that can evaluate the workplace's recreation oriented quality of work life.

Method

This research is a methodological study. The sample of the research consists of 193 employees of Anadolu University who were selected by convenience sampling method. Through the obtained data, the content validity, construct validity, convergent validity, divergent validity, and reliability of the scale were tested.

Findings

As a result of the analysis, it was determined that the content validity indexes of the item scope are between 0,83 and 1 and the scale content validity index is 0,98. According to the results of AFA, a structure with 5 dimensions, 23 items was obtained and structure's explained variance percentage is 70,914. The resulting structure was tested with DFA and fit indexes were observed to be appropriate the reference values (x2=421,44; df=218; x2/df=1,933; RMR=0,078; GFI=0,84; AGFI=0,79; CFI=0,97; NFI=0,94; IFI=0,97; RMSEA=0,072). As a result of the reliability test, the test-retest correlation value of the scale is 0.831, Cronbach's alpha value is 0.924. Item total correlation values are listed in min=0,437, max=0,625.

Conclusion

As a result of the analyzes, it has been proved that the scale with 5 dimensions and 23 items is a valid and reliable measuring instrument. This scale can be used to gain an understanding of the level of recreation oriented quality of work life and how employees perceive it. Besides, the scale can give basic information to the workplace in order to organize

SB409

SAĞLIKLI YAŞAM VE SPOR MERKEZİ ÜYELERİNİN SPOR MARKASINA YÖNELİK TUTUMLARI

[1]Gaziantep Üniversitesi,Gaziantep

Email :

Bu araştırma "Sağlıklı Yaşam ve Spor Merkezleri Üyelerinin Spor Markasına Yönelik Tutumlarını" belirlemek amacı ile hazırlanmıştır. Bu araştırma için betimleme araştırma yönteminden yararlanılarak bilgiler toplanmıştır. Bu çalışmanın evrenini Gaziantep ilindeki Sağlıklı Yaşam ve Spor Merkezleri Üyeleri oluşturmaktadır. Araştırmaya kendi isteği ile toplam 733 kişi katılmıştır.

Veri toplama aracı olarak daha önce Polat (2007) tarafından geliştirilen “Marka Tutum Anketi (MTA)” anketi kullanılmıştır. MTA iki bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde katılımcıların kişisel özelliklerini sorgulayan ifadeler bulunurken, ikinci bölümde katılımcıların spor markasına yönelik tutumlarını değerlendiren 20 maddeden oluşan ölçek kullanılmıştır. Ölçek altı alt boyuttan oluşmaktadır bunlar ise; Marka ve Reklam, Marka İle Özdeşleşme, Markayı Önemseme, Marka Tercihi, Marka Menşei, Marka ve Sosyal İlişkilerdir. İstatistiksel analizler için SPSS 22.0 paket programı kullanılmış. Tüm verilerin aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri hesaplanmıştır, Sürekli değişkenlerin normal dağılıma uygunluk kontrolünde Kolmogorov Smirnov testi kullanılmış ve çalışma normal dağılıma sahip, İki bağımsız grup karşılaştırılmasında t-testi, İkiden fazla bağımsız grubun karşılaştırılmasında ANOVA ve Tukey çoklu karşılaştırma testleri kullanılmıştır. Ölçeklerin iç tutarlılığına Cronbach Alpha değerleri ile bakılmıştır ve Cronbach’s Alpha iç tutarlılık değerleri, Taplam ölçek için 0.68 (Alt boyutlar ise 0.64 ile 0.72 arasında değişmektedir).

Araştırma sonucunda: Kişisel bilgiler tablo 1'de verilmiş olup, Cinsiyete göre Marka ve Reklam, Marka Tercihi, Markayı Önemseme, Marka Menşei ve Marka ile Özdeşleşme alt boyutları arasında anlamlı fark olduğu, Yaş ile Marka Tercihi ve Marka ile Özdeşleşme alt boyutları arasında anlamlı fark olduğu, Katılımcıların Satın alma düşüncesi ile Marka ve Sosyal İlişkiler, Marka Tercihi, Birkaç yere daha bakar yoksa başka bir markayı satın alırım önerisi arasında anlamlı fark olduğu, Katılımcıların spor markası tercihleri ile Marka ve Reklam, Marka ve Sosyal İlişkiler, marka tercihi ve Markayı Önemseme alt boyutları arasında anlamlı fark olduğu görülmektedir.

Anahtar kelimeler: Sağlıklı Yaşam, Spor, Marka,Tutum.

HEALTHY LIFE AND SPORTS CENTER MEMBERS 'SPIRIT FOR THE SPORTS BRAND

This research was prepared with the aim of determining "Attitudes of Healthy Life and Sport Centers Members towards Sports Brand". For this research, information was collected by using descriptive research method. The universe of this work is the members of Healthy Life and Sports Centers in Gaziantep province. A total of 733 people participated in the survey voluntarily.

The "Brand Attitude Questionnaire (MTA)" questionnaire developed by Polat (2007) was used as data collection tool. The MTA consists of two parts. In the first part, there were expressions questioning the personal characteristics of the participants. In the second part, a scale consisting of 20 items was used to evaluate the participants' attitudes towards the sports brand. The scale consists of six sub-dimensions; brand and advertising, brand identification, brand importance, brand preference, brand origin, brand and social relations.

SPSS 22.0 package program was used for statistical analysis. The Kolmogorov Smirnov test was used for the normal distribution fitness of continuous variables and the study had normal distribution, t-test was used for comparing two independent groups, ANOVA and Tukey multiple comparison tests were used for comparison of more independent groups. The internal consistency of the scales was assessed with Cronbach Alpha values and the internal consistency values of Cronbach's Alpha were 0.68 for the Total scale (between 0.64 and 0.72 for the subscales).

As a result of the research: The personal information is given in Table 1 and it is shown that there is a meaningful difference between Brand and Advertisement, Brand Preference, Brand Preference, Brand Origination and Brand Identification by the Seniors sub-dimensions of the Brand and Preference and Brand Identification Branding and Social Relations with Branding and Social Relations, Brand Preference, Bamboo Marking, Branding and Social Relationships, Brand Preferences and Branding with Participants 'Branding Preferences, Participants' Branding Preferences, sub-dimensions.

Key words: Healthy Life, Sport, Brand, Attitude

SB441

SEDANTERLERİN SPOR MERKEZLERİNDEN BEKLENTİLERİNİN ARAŞTIRILMASI

[1]Selahattin Koç, [2]Mehmet İmamoğlu, [3]Mehmet Türkmen, [4]Osman İmamoğlu

[1]Gaziantep Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Oklu
[2]Milli Eğitim Bakanlığı, Bilişim Teknolojileri Öğretmeni
[3]Muş Alpaslan ÜniversitesiBedenEğitimive Spor Yüksekokulu
[4]OMÜ YaşarDoğu Spor BilimleriFakültesi

Email : *skoc23@hotmail.com, , ,*

Bu araştırmanın amacı; Sedanter bireylerin spor merkezlerinden beklentileri karşılanma düzeyinin incelenmesidir. Çalışmaya gönüllü olarak katılan 526 kişinin 176'si kadın ve 350'si erkektir.Araştırmada Bingöl (2010)'ün "Spor merkezlerinden beklentilerin karşılanma düzeyi ölçeği" kullanılmıştır. Verilen cevaplar arasındaki anlamlı farklılık t-test ve ANOVA ve LSD testleri ile belirlenmiştir. Toplam ölçekte Kadınların spor merkezlerinden beklentilerinin karşılanma düzeyleri 73,03 ve erkeklerin 69,81 olarak bulunmuştur. Bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (p<0,001). Cinsiyete göre sedanterlerin estetik görünüm, sosyalleşme sağlık ve personel ölçek alt başlık altında toplanan maddelerinde anlamlı farklılık bulunmuştur (p<0,05 ve p<0,001). Cinsiyete göre motor beceri ve kişisel gelişim ölçek alt başlık maddelerinde ise anlamlı farklılık bulunmamıştır (p>0,05). Gelir durumuna göre alt boyutlarda ve toplam ölçek puanında anlamlı farklılık bulunmuştur (p<0,05 ve p<0,001). Sonuç olarak; Sedanterlerin spor merkezlerinden beklentilerinin karşılanma düzeyi iyi olarak kabul edilebilirse de daha fazla beklentilerin olduğu görülmüştür. Daha iyi olması için spor merkezleri açılırken yaş grupları dikkate alınmalı ve mevcut olanlar katılımcıların beklentileri doğrultusunda reorganizasyona gitmelidirler.

SEDANTERS INVESTIGATION OF EXPECTATIONS FROM SPORTS CENTERS

The purpose of this study; it is analyze that the level of satisfy of expectation of sedentary individuals from sports centers. Of the 526 persons voluntarily participating in the study, 176 were women and 350 were male. In this study Bingöl(2010)'s 'the scale of level of satisfaction of expectations by sports centers' was used. Significant differences between the responses were determined by t-test and ANOVA and LSD tests. At the total scale, the level of satisfy of expectation of women's sports centers were found to be 73.03 and men 69.8. This difference was found statistically significant (p<0.001). Significant differences were found in the subscales of aesthetic appearance, socialization, health and personnel scales of sedentary according to gender (p<0.05 and p<0.001). There was no significant difference in motor skills and individual development scale subheading according to gender (p>0.05). Significant differences were found in subscales and total scale scores according to income status (p<0.05 and p<0.001). As a result; even if sedentary individuals the level of satisfy of expectations from sports centers is considered good, it is seen that there are more expectations. In order to be better, age groups should be considered when sports centers are opened and existing ones should go to reorganization in the direction of participant's expectations.

Key words: sedentary, fitness, expectation

SB442

FARKLI ALANLARDA EĞİTİM ALAN ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN REKREASYONEL FİZİKSEL AKTİVİTELERE KATILIM ENGELLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

***[1]Selahattin Koç*, [2]Gülten İmamoğlu, [3]Özlem Demirtaş, [4]Süleymen Gönülateş**

[1]Gaziantep Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Oklu
[2]OMU Güzel Sanatlar Fakültesi Resim Anasanat Dalı/SAMSUN
[3]Hitit Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi/ÇORUM
[4]Pamukkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi/DENİZLİ

Email : *skoc23@hotmail.com, , ,*

Bu çalışmanın amacı Farklı alanlarda eğitim alan Üniversite öğrencilerinin Rekreasyonel fiziksel aktivitelere katılım engellerinin incelenmesi ve karşılaştırılmasıdır. 157 kadın ve 173 erkek üniversite öğrencisinin doldurduğu Rekrasyon Faaliyetlerine Katılımı Engelleyen Unsurlar anketi değerlendirilmiştir. İstatistiksel işlemlerde t-test, tek yönlü varyans analizi ve LSD tersleri kullanılmıştır. Cinsiyete göre rekreasyonel aktivitelere katılım engellerinin karşılaştırılmasında kadın ve erkekler arasında; alanların durumu, ekonomik durum, yan nedenler ve fizyolojik nedenler alt boyutlarında anlamlı düzeyde farklılık görülmüştür ($p<0,05$ ve $p<0,001$). Okuduğu fakülteye göre rekreasyonel aktivitelere katılım engellerinin karşılaştırılması sonucunda alanların durumu, yan nedenler, organizasyonel unsurlar ve fizyolojik nedenler alt boyutlarında anlamlı düzeyde farklılık görülmüştür ($p<0,05$ ve $p<0,001$). Gelir durumuna göre Negatif içsel deneyimler, yan nedenler, ruhsal ve fizyolojik nedenler alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0,05$ ve $p<0,001$). Sonuç olarak; rekreasyon faaliyetlerini etkileyen değişkenlerinin tümünde erkeklerin değerlendirmelerinin daha olumlu olduğu bulunmuştur. Genel olarak orta gelir düzeyinde olanların rekreasyon engellerine daha olumlu yaklaştıkları söylenebilir. Rekreasyonel fiziksel aktivitelere katılım konusunda her alanda eğitim alan insanlara seminerler düzenlenmelidir.

Anahtar kelimeler:Boş zaman, Engeller, Rekreasyona Katılım veAlgı

COMPARISON OF RECREATIONAL PHYSICAL ACTIVITY PARTICIPATION CONSTRAINTS IN UNIVERSITY STUDENTS WHO DIFFERENT FIELDS OF EDUCATION

In this study, it is aimed to examine and compare the factors that prevent the participation of recreational physical activity in university students who different fields of education. 157female and173 male students were evaluated. In this context "participation scale for recreational activities" was used. Independent t-test, One-way variance analysis and LSD tests wereused. Accordingly, factors determining participation to recreation activities are physiological features, condition of recreational places, negative personal experiences, economic situation, side facets, organizational facets and psychological situation.In comparison of participation constraints to recreational activities according to gender; There was a significant difference in the status of the areas, economic status, side elements and physiological causes sub-dimensions ($p <0,05$ and $p <0,001$). As a result of comparison of participation constraints to recreational activities according to faculty; There was a significant difference in the status of the areas, side causes, organizational elements and physiological causes sub-dimensions ($p <0,05$ and $p <0,001$). There were statistically significant differences in negative internal experiences, side effects, psychological and physiological reasons subscales according to income status ($p <0,05$ and $p <0,001$). As a result; it has been found that male evaluations are more positive in all of the variables affecting recreational activities. Generally, it can be said that those who are middle income have more positive attitudes towards recreational barriers. Recreational people in all areas of education seminars on participation in physical activity should be regulated. Keywords: Leisure, Constraints, RecreationParticipationandPerception

SB453

KAMU ÇALIŞANLARININ SERBEST ZAMAN FİZİKSEL AKTİVİTE KISITLAYICILARI ÖZELLİKLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Fatih Murathan*, [1]Aykut Dündar, [1]Mehmet Kartal, [1]Gamze Murathan**

[1]ADIYAMAN ÜNİVERSİTESİ, BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOKULU, ADIYAMAN

***Email :** fmurathan@gmail.com, adundar@gmail.com, , gmurathan@adiyaman.edu.tr*

ÖZET Fiziksel aktivite, modern toplumlarda serbest zaman aktiviteleri değerlendirme araçları içerisinde önemli bir yer tutmaktadır. Bunun başlıca nedeni sporun temel nitelikleri ve günümüz toplumunda spora ve fiziksel aktivitelere duyulan ihtiyaçtır. Bu aktiviteler spor kavramı içerisinde, yarışma ya da kazanma gibi bir hedef taşımadan, kişisel performansı geliştirmek, sağlıklı yaşamak ve kilo kontrolünü sağlamak gibi önemli amaçları içermektedir. Bu bilgiler ışığında, bu araştırmada Adıyaman ilinde çeşitli kamu kurumlarında görev yapan kamu çalışanlarının serbest zaman fiziksel aktivite kısıtlayıcıları özelliklerini belirlemek ve çeşitli değişkenler açısından etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaçla araştırmaya 218 erkek 199 kadın kamu çalışanı gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Öcal (2012) tarafından geliştirilen Serbest Zaman Fiziksel Aktivite Kısıtlayıcıları Ölçeği (SZFA-K) ve kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Elde edilen veriler SPSS 22.0 Paket programına kaydedilerek hata kontrolleri, tabloları, istatistiksel analizleri bu program aracılığı ile yapılmıştır. Sonuçlar % 95'lik güven aralığında, anlamlılık $p<0.05$ düzeyinde değerlendirilmiştir. Araştırma sonucunda Adıyaman ilinde görev yapan kamu çalışanlarının serbest zaman fiziksel aktivite kısıtlayıcıları ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları 4,07±233,12 olarak tespit edilmiştir. Bu durum, Adıyaman ilinde sportif tesis sayısının azlığı ve sosyo-ekonomik düzeyin düşük olması ile açıklanabilir. Araştırma sonucunda serbest zaman fiziksel aktivite kısıtlayıcıları ölçeği alt boyutlarından tesis (x=4,12), zaman(x=3,37) ve sosyal çevre(x=3,68) alt boyutlarında cinsiyet durumlarına göre anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0,05$). Bu durumun kadın çalışanlar lehine yüksek olması, araştırmanın yapıldığı bölgenin Güneydoğu ili olan Adıyaman olması ve bu bölgenin kültürel ve toplumsal yapısından kaynaklandığı sonucu ile açıklanabilir. Anahtar Kelimeler: Serbest Zaman, Fiziksel Aktivite Kısıtlayıcıları, Kamu Çalışanı, Adıyaman

INVESTIGATION OF THE LEISURE TIME PHYSICAL ACTIVITY CONSTRAINTS CHARACTERISTICS OF PUBLIC EMPLOYEES

Physical activity has an important place in leisure time activities assessment tools in modern societies. The main reason for this is the basic qualities of sport and the need for sports and physical activities in today's society. These activities include important objectives such as promoting personal performance, living well, and providing weight control, within a sport concept, except from a goal such as competition or winning. In the light of this information, it was aimed to determine the characteristics of the leisure time physical activity constraints characteristics of public employees working in various public institutions in Adıyaman and investigate its effect in terms of various variables. For this purpose, 218 male and 199 female public employees participated in the research as voluntarily. As a data collection tool, Leisure Time Physical Activity Constraints (LTPA-C) developed by Öcal (2012) and personal information form were used in the study. The obtained data were recorded in SPSS 22.0 package program and error checks, tables and statistical analyzes were performed via this program. The results were assessed at a 95% confidence interval and at a significance level of $p <0.05$. As a result of the research, the average scores of the public employees working in Adıyaman province obtained from leisure time physical activity constraints scale was determined as 4,07 ± 233,12. This situation can be explained by the low number of sportive facilities and low socio-economic level in Adıyaman province. As a result of the research, significant differences were found in the subscales of leisure time physical activity constraints scale of Facilities (x = 4,12), Time (x = 3,37) and Society (x = 3,68) according to gender status ($p<0,05$). Keywords: Leisure Time, Physical Activity Constraints, Public Employee, Adıyaman Province

SB455

REKREATİF OLARAK TANGO YAPAN BİREYLERİN CİDDİ BOŞ ZAMAN PERSPEKTİFLERİ

[1]Beyza Merve Akgül, [1]Beyza Akbulut, [1]Tebessüm Ayyıldız Durhan, [1]Şenol Göral, [2]Ali Selman Özdemir, [1]Suat Karaküçük

[1]Gazi Üniversitesi, ANKARA
[2]Bülent Ecevit Üniversitesi, ZONGULDAK

Email : *beyzakgulgazi@gmail.com, , tebessumayyildiz@gmail.com, senolgoral@gmail.com, ozdemiraliselman@gmail.com, ksuat@gazi.edu.tr*

Bu araştırmanın amacı Tango dansçılarının ciddi boş zaman düzeylerini ve bu düzeyi belirli değişkenlerin ne doğrultuda etkilediğini değerlendirmektir. Bu bağlamda araştırmaya Ankara'da özel kurslarda rekreatif anlamda Tango faaliyetlerine katılan 297 birey katılmış, araştırmanın verileri Gould ve diğerleri (2008) tarafından geliştirilen, Akgül ve diğerleri (2016) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Ciddi Boş Zaman Envanteri (Serious Leisure Inventory and Measure / SLIM) ile toplanmış, araştırmanın analizinde betimleyici istatistikler, bağımsız örneklem t testi ve Anova'dan yararlanılmıştır. Elde edilen bulgulara göre katılımcıların ciddi boş zaman puanları yüksek, kendince eğlenmek alt boyutu en yüksek, uğraşla özdeşim alt boyutu en düşük ortalamalara sahiptir. Katılımcıların cinsiyet, yaş ve algıladıkları refah değişkeni ile ciddi boş zaman envanteri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Ancak genel olarak bakıldığında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde olmamasına karşın, kadın katılımcıların, 25 yaş altı yaş grubunda olanların, refah seviyelerini iyi olarak algılayanların diğer gruplara göre daha yüksek ciddi boş zaman puanları ortaya koyduğu görülmektedir. Diğer yandan katılımcıların tango yapma süreleri ile ciddi boş zaman ölçeği arasındaki analiz sonucunda finansal geri dönüş alt boyutunda 5 ila 7 yıl arası tango yapanların lehine anlamlı farklılık olduğu, verimli boş zamana sahip olduklarını ifade edenlerin lehine rekreasyon, grup başarıları ve grup idamesi alt boyutları arasında anlamlı ilişki saptanmıştır. Aynı zamanda uluslararası yarışmalara katıldığını ifade eden katılımcıların lehine ciddi boş zaman envanteri arasında anlamlı farklılıkların bulunduğu araştırma bulgularındandır. Tango dansıyla ilgilenen katılımcıların ciddi boş zaman düzeylerinin yüksek olduğu, belirli değişkenlerin bu düzeyi etkilediği araştırma sonucunu oluşturmaktadır.

SERIOUS LEISURE PERSPECTIVES OF INDIVIDUALS IN RECREATIONAL TANGO

The purpose of this research is to assess the level of leisure time for Tango dancers and how they affect this level in relation to certain variables. In this context, 297 individuals who participated in the Tango activities in a recreational sense in private courses in Ankara participated in the study. The data of the study were collected by the Serious Leisure Inventory and Measure (SLIM) developed by Gould et al. (2008), adapted to Turkish by Akgül and others (2016), descriptive statistics, independent sample t test and Anova were used in the analysis of the study. According to the findings obtained, participants had high serious leisure level, highest fun subscale, and lowest mean subscale. There was no statistically significant difference between participants' gender, age, and welfare variables perceived and the serious leisure inventory. However, although it is not statistically significant in general, it is seen that those who are under 25 years of age have a higher level of serious leisure points than those of other groups. On the other hand, as a result of the analysis between the participants' duration of tango and the serious leisure inventory, it is found that there is a meaningful difference in the financial return sub-dimension in favor of those who does tango from 5 to 7 years, meaningful difference in favor of recreation, group achievement and group management sub- relationship. Therewithal, research findings reveal that there are significant differences between serious leisure inventory in favor of participants attending international competitions. Participants interested in tango dance were found to have a high level of serious leisure, and certain variables were found to influence this level.

SB456

YEŞİL ÖĞRENCİ PROJESİ'NDE YER ALAN EKOREKREASYON FAALİYETLERİNİN KATILIMCILAR AÇISINDAN İNCELENMESİ

[1]Beyza Merve Akgül, [1]Tebessüm Ayyıldız Durhan, [1]Çağrı Arı, [1]Suat Karaküçük

[1]Gazi Üniversitesi, ANKARA

Email : *beyzakgulgazi@gmail.com, tebessumayyildiz@gmail.com, cagri.ari1989@gmail.com, ksuat@gazi.edu.tr*

Bu araştırmanın amacı Gazi Üniversitesi BAP olarak hayata geçen "yeşil öğrenci projesi"ne katılan öğrencilerin katıldıkları etkinlikler vasıtasıyla çevre okuryazarlığı, çevre etiği farkındalığı, çevre duyarlılığı ve ekosentrik, antroposentrik, antipatik tutum düzeylerindeki değişimi gözlemlemektir. Projenin örneklem grubunu 2017-2018 bahar döneminde Rekreasyon bölümünde okuyan 48 öğrenci oluşturmaktadır. Proje kapsamında "sportif" ,"kültürel" ve "sosyal" olmak üzere üç başlık altında toplam altı adet etkinlik düzenlenmiştir. Etkinlikler Gazi Üniversitesi Genç Tema öğrenci topluluğu, Tema Vakfı Ankara Temsilciliği, Doğa Sporları Kulübü ve Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencileri ve öğretim elemanlarıyla gerçekleştirilmiştir. Kültürel etkinlik olarak Tema Vakfı ziyareti yapılarak "çevre farkındalığı ve çevrede yapılan etkinlikler" üzerine seminer düzenlenmiştir. Sosyal etkinlik olarak "Doğa Tarihi müzesi" rehber eşliğinde gezilmiş ve "200 adet fidan dikim etkinliği" düzenlenmiştir. Sportif etkinlik olarak trekking, oryantring ve plogging etkinlikleri planlanmıştır. Etkinliklere başlarken ön test, etkinlikler tamamlandığında ise son test yapılmıştır. Elde edilen verilerin değerlendirilmesinde betimleyici istatistikler, paired sample t test ve repeated measure testlerinden yararlanılmıştır. Araştırmanın bulgularına bakıldığında, katılımcıların çoğunluğunun erkek(%64,6), 1. Sınıf öğrencisi (%56,3) ve daha önce sosyal sorumluluk projelerine katılmış olan (%60,4) öğrencilerden oluştuğu, çevre okuryazarlığı (%3,19), çevre etiği farkındalığı (%1,78), çevre duyarlılığı (%0,95) ve ekosentrik, antroposentrik, antipatik tutum toplam puanlarında (%4,2) gelişim gözlemlenmiştir. Katılımcıların cinsiyet, sınıf ve daha önce sosyal sorumluluk projelerine katılmış olma durumları ile ölçüm araçları arasındaki karşılaştırmalarda çevre okuryazarlığında daha önce sosyal sorumluluk projesine katılmış olanların lehine anlamlı farklılık bulunmaktadır. Diğer taraftan anlamlı farklılık olmamasına karşın ölçüm araçları ve değişkenler arasındaki analizler sonucunda katılımcıların çevre parametrelerinde genel olarak pozitif yönlü gelişim gözlemlenmektedir. Sonuç olarak yeşil öğrenci projesinin katılımcıların çevre okuryazarlığı, çevre etiği farkındalığı, çevre duyarlılığı ve ekosentrik, antroposentrik ve antipatik tutumları üzerinde olumlu etkisi olduğu söylenebilir.

ANALYSIS OF ECORECREATION ACTIVITIES IN GREEN STUDENTS PROJECT IN TERMS OF PARTICIPANTS

The aim of this research is to observe the changes in environmental literacy, environmental awareness, environmental awareness and ecocentric, anthropocentric, and antipatic attitudes through the activities attended by students participating in the "green student project",which is considered to be Gazi University BAP.The sample group of the project consists of 48 students studying in the recreation department during the spring semester of 2017-2018.Within the scope of the project,six events were organized under three titles as "sportive","cultural" and "social".Activities were conducted with Gazi University Young Tema student group,Tema Foundation Ankara Representative,Nature Sports Club and Gazi University Sports Sciences Faculty Students and instructors.A seminar on "environmental awareness and activities in the environment"was organized by visiting Tema Foundation as a cultural event.As a social activity,"Natural History Museum" was visited with a guide and "200 sapling planting activities" were arranged.Trekking,orientring and plogging activities are planned as sportive activities.Pre-tests were started at the events, and final tests were done when the events were completed.Descriptive statistics, paired sample t test and repeated measure tests were used in the evaluation of the obtained data.According to the findings,the majority of the participants were male(64.6%),first class(56.3%) and formerly participated in social responsibility projects(60.4%),environmental literacy(3.19%),environmental awareness(1.78%),environmental awareness(0.95%) and ecocentric,anthropocentric, antipatik attitude total scores(4.2%).Comparisons of participants' gender,class and previous participation in social responsibility projects and measurement instruments have significant differences in favor of those who have previously participated in the social responsibility project in environmental literacy.Although there is no significant difference from the other side,

as a result of the analysis between the measurement tools and the variables, a generally positive development is observed in the environmental parameters of the participants.As a result, it can be said that the green student project has a positive impact on environmental literacy, environmental awareness, environmental awareness and ecocentric, anthropocentric and antipatic attitudes.

SB481

DOĞA YÜRÜYÜŞLERİNE KATILAN BİREYLERDE EKOREKREASYONEL TUTUM

***[1]Tebessüm Ayyıldız Durhan*, [1]Beyza Merve Akgül, [1]Suat Karaküçük**

[1]Gazi Üniversitesi, ANKARA

Email : *tebessumayyildiz@gmail.com, beyzakgulgazi@gmail.com, ksuat@gazi.edu.tr*

Bu çalışmanın amacı doğa yürüyüşlerine katılan bireylerin ekorekreasyonel tutum düzeylerini incelemek ve bu düzeyi bazı değişkenlerin ne doğrultuda etkilediğini analiz etmektir. Araştırmanın çalışma grubunu farklı illerde doğa yürüyüşlerine katılan 242 katılımcı oluşturmaktadır. Araştırmada Ayyıldız Durhan, Akgül ve Karaküçük'ün (2018) geliştirdikleri 31 madde ve 6 alt boyuttan oluşan "Ekorekreasyona Yönelik Tutum Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmada betimsel istatistikler, bağımsız örneklem T testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi ANOVA testlerinden yararlanılmıştır. Elde edilen bulgulara göre katılımcıların ekorekreasyona yönelik tutum düzeyleri yüksek olduğu, toplumsal alt boyutta en yüksek, antipati alt boyutunda en düşük ortalamayı sergiledikleri görülmektedir. Katılımcıların yaş, meslek grupları, algılanan gelir düzeyleri, günlük boş zaman süreleri ve haftalık boş zaman yeterliliği durumları ile ekorekreasyona yönelik tutumları arasında anlamlı farklılık bulunmazken, cinsiyet, eğitim, medeni durum, bitki yetiştirme durumu ve hayvan besleme durumlarına, verimli boş zaman geçirme durumlarına ve ekorekreasyona katılma sürelerine göre anlamlı farklılıklar saptanmıştır. Buna göre, ekorekreasyona yönelik tutum puanlarında kadınların, lisans mezunu olanların, bekar olanların, bitki yetiştirmiş ve hayvan beslemiş olanların, boş zamanlarını verimli geçirdiklerini ifade edenlerin ve ekorekreasyona katılım süresi daha uzun olanların ekorekreasyona yönelik tutum düzeylerinin diğer katılımcılara oranla daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Araştırma sonucunda doğa yürüyüşlerine katılan bireylerin ekorekreasyona yönelik tutum düzeylerinin yüksek olduğu ve bu düzeyi belirli değişkenlerin etkilediği ortaya koyulmuştur.

ECORECREATIONAL ATTITUDE OF INDIVIDUALS PARTICIPATED IN TREKKING ACTIVITIES

The purpose of this study is to examine the level of ecorecreational attitudes of the individuals involved in trekking and to analyze how this variable affects some variables. The group of study consisted of 242 participants who participated in trekking actities in different cities. "The Ecorecreational Attitude Scale", consisting of 31 items and 6 sub-dimensions developed by Ayyıldız Durhan, Akgül and Karaküçük (2018), was used in the research. Descriptive statistics, independent sample T-test and one-way analysis of variance ANOVA tests were used in the study. According to the findings, participants had high ecorecreational attitude level, the highest score in the social subdimension, and the lowest in the antipathy subdimension. While there is no significant difference between participants' age, occupational groups, perceived income levels, daily leisure, weekly efficient leisure and ecorecreational attitudes and significant differences were found according to gender, education level, marital status, plant breeding status and animal feeding status, duration of participation in ecorecreation and ecorecreational attitude. According to this, it was determined that in the attitude points towards ecorecrease, those who is in graduated level, those who were single, those who raised plants and those who nourished animals, who spent their leisure efficiently and those with longer participation to ecorecreation had higher ecorecreational attitude than the other participants. As a result of the research, it was revealed that the ecorecreational attitude level of the individuals participating in the trekking activities are high and this level is influenced by certain variables.

SB516

ERKEKLERDE BEDEN TUTUMU ÖLÇEĞİNİN (EBTÖ) TÜRKİYE ÖRNEKLEMİNDE GEÇERLİĞİNİN VE GÜVENİRLİĞİNİN TEST EDİLMESİ

[1]Süleyman Munusturlar, [1]Erdal Ozan Çelik

[1]Eskişehir Teknik Üniversitesi, Eskişehir

Email : *suleymanmunusturlar@anadolu.edu.tr, erdalozancelik@anadolu.edu.tr*

Giriş Uluslararası alanyazı incelendiğinde, eksikliği ifade edilen (Cohane ve Pope, 2001; Cafri ve Thompson, 2004). erkeklerin vücut algısını ölçmeye yönelik araçların yetersizliğinin ulusal alanyazında da olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda araştırmanın amacı, Tylka vd. (2005) tarafından geliştirilmiş olan Erkek Vücut Tutum Ölçeği (Male Body Attitudes Scale) isimli ölçme aracının psikometrik sınamalarının yapılarak, ulusal alanyazına kazandırılmasıdır. Bu araştırmanın diğer bir alt amacı ise Türkiye örnekleminde erkek spor salonu kullanıcılarının vücut tutumlarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesidir. Yöntem Araştırmaya spor salonlarından kolay ulaşılabilir örnekleme yöntemi ile seçilen 289 kişi katılmıştır. Ölçeklerin yapı geçerliliği için Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) kullanılmıştır. Güvenirlik için ise iç tutarlılık ve madde toplam korelasyon analizlerinden yararlanılmıştır. Gruplar arasındaki farkları incelemek için ise parametrik testlerden ANOVA ve T-Testinden yararlanılmıştır. Bulgular DFA sonuçlarına göre, Tylka vd., (2005) tarafından ortaya konulan 19 ifadenin 3 faktör altında toplandığı yapının anlamlı t- değerleri vermediği ve uyum indekslerinin referans aralıklarında olmadığı görülmüştür. Taslak madde havuzu aşamasından (24 ifade) öncelikle AFA ve sonrasında DFA sınamasına tabi tutulan ifadelerin faktör yük değerlerinin ,520 ile ,834 arasında değiştiği, yapı geçerliğine ilişkin uyum indekslerinin referans aralıklarında olduğu ve Cronbach güvenirlik katsayısının ,891 olduğu ölçme modelinin Türkiye örnekleminde, kaslılık ve düşük yağ oranı olarak 2 faktör altında toplanan, 18 ifade ile en iyi şekilde açıklanabileceği sonucuna ulaşılmıştır. Bağımsız değişkenlere ilişkin yapılan incelemeler sonucunda medeni durum, spor partneri tercihi, spor yapma süresi açısından gruplar arasında anlamlı farklar bulunmuştur ($p<0.05$). Sonuç Araştırma sonucu EBTÖ'nün 2 faktörlü 18 maddeli, Türk toplumundaki erkeklerin beden tutumlarını ölçmeye yönelik psikometrik nitelikleri sağlayan bir ölçme aracı olduğunu ortaya koymuştur. Ayrıca ülkemizde yaşayan evlilerin bekarlara göre daha yüksek yağ oranına sahip oldukları, 5 yıl ve daha üzerinde spor yapan erkeklerin kas kütle artışını daha az yapanlara göre gözlemlediği ve yağ yakımı amacıyla fitness sporu ile uğraşanların kas kütlesi artışı amacıyla uğraşanlara göre kişisel antrenörle çalışmayı daha fazla tercih ettikleri söylenebilir.

EXAMINING THE VALIDITY AND RELIABILITY OF THE MALE BODY ATTITUDES SCALE (MBAS) IN TURKISH POPULATION

Introduction When the both international and national literature is examined, it appears that the lack of scales for examining the body image of men (Cohane ve Pope, 2001). The aim of the research is that making the psychometric tests of the Male Body Attitudes Scale. Another sub-objective of this research is to examine the different variables of body attitudes in Turkey sample of male gym users. Method A total of 289 people selected by the convenience sampling method from the different gyms. Confirmatory Factor Analysis (CFA) was used for construct validity. Internal consistency and item total correlation analyzes were also used. ANOVA and T-Test were used to examine the differences between the groups. Findings According to the results of the CFA, it was seen that the comparisons made by the 19 factors revealed by Tylka et al. (2005) did not give meaningful t-values and the fit indices were not within the reference intervals. When the original 24 item examined with AFA and after EFA test which is subject to expression of the factor loading values of 520, to vary from 834, that the compliance index for the structure validity are within the reference ranges, also it can be summarized under 2 factors as muscularity and low body fat. As a result of examinations made on the independent variables, significant differences were found between the groups in terms of marital status, preference of sports partner, duration of sport. Conclusion The results of the study revealed that the 2-factor, 18-

item MBAS is scale that provides psychometric qualities to measure body attitudes of men in Turkish society. In addition, we found that married couples had a higher ratio of fat, also men who sport for at least 5 years are more likely be happy with their body compared to those who sport less

SB549

HAZ VE EĞLENCE ARACI OLARAK KADINLARDA ALIŞVERİŞ; NİTEL BİR ARAŞTIRMA

***[1]Aygül Çağlayan Tunç*, [1]Aygül Çağlayan Tunç, [1]Çağrı Arı, [1]Mehmet Güçlü, [2]Aytekin Hamdi Başkan, [3]Özlem Zengin**

[1]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi ANKARA
[2]Giresun Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi GİRESUN
[3]Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi KONYA

***Email :** aygulcaglayan @hotmail.com, aygulcaglayan @hotmail.com, cagri.ari1989@gmail.com , mguclun@gmail.com, aytekinbaskan@gmail.com , ozengin@selcuk.edu.tr*

GİRİŞ VE AMAÇ: Günümüzde kadınların ekonomik özgürlüğe kavuşmalarıyla birlikte serbest zamanlarını daha cok alışverişle geçirdikleri ve bundan haz aldıkları, eğlendikleri bilinmektedir. Alışveriş yapmak kadın için zorunlu ihtiyaçlarını alma dışında; sevinç, mutluluk, yenilik, eğlence tarz yaratma ve sosyalleşme ihtiyaçlarını gidermede de işe yaramaktadır. Haz ve eğlence aracı olan alışveriş olgusunun kadınları nasıl etkilediği ve kadınların alışveriş alışkanlıklarını nasıl anlamlandırdıklarını araştırmaktır. YÖNTEM: Bu çalışma nitel araştırma yöntemiyle desenlenmiş ve görüşme tekniği kullanılmıştır. Araştırma grubuna, Temmuz- Ağustos 2018 tarihleri arasında, kolay ulaşılabilir durum örneklemesi yöntemiyle belirlenen 28-46 yaş aralığında toplam 12 kadın dahil edilmiştir. Görüşmeler için literatürden faydalanılarak oluşturulan yarı-yapılandırılmış bir görüşme formu kullanılmış ve 7soru sorulmuştur, görüşmelerin tümü ses kayıt cihazı ile kaydedilmiştir. Kayıtlar dinlenerek yazıya dökülmüş, daha sonra kodlama yardımı ile temalar belirlenmiştir. Verilerin analizi içerik analizi ve betimsel analiz yöntemiyle yapılmıştır. BULGULAR: Görüşmelerden elde edilen bulgular; rekreatif alışveriş, gösterişçi alışveriş, haz tatminine yönelik alışveriş olmak üzere 3 ana tema altında toplanmıştır. SONUÇ: Araştırma sonucunda, kadınların alışverişi sosyalleşme, modayı takip etme, stresten uzaklaşma, rahatlama ve hemcinsleri arasında bir tarz yakalama amaçlarıyla yaptıkları ve sosyal statü aracı olarak kullandıkları tespit edilmiştir. Anahtar Kelimeler: Eğlence, rekreatif alışveriş, kadın

SHOPPING BY MEANS OF PLEASURE AND ENTERTAINMENT ON WOMAN : A QUALITATIVE RESEARCH

ENTRY AND AIM OF STUDY : It is known that today women have their economic freedom so they spend their free times by shopping and they have a great pleasure by doing that. Apart from buying their compulsory needs, shopping serves a purpose of meeting need of happiness, entertainment, creating a style and socialising. How women are affected by shopping by means of pleasure and entertainment and how women make sense of shopping habits. METHOD : This study is supported by a qualitative research and interview technique is used. Between July-August,2018, total 12 women whose ages are between 28-46 are included to research team and they are determinated by using convenience sampling. Semi-structured interview form that is constituted by benefiting from literature is used for interviews and 7 questions are asked. All of the interviews are recorded by tape recorder. Recordings are put down on paper by listening and then themes are determined by the help of decoding. Data analysis is made by content analysis and descriptive analysis. FINDINGS: Findings that are obtained from interviews are subsumed under 3 main themes that are composed from recreative shopping, conspicuous shopping and pleasure satisfaction shopping. CONCLUSION : Following the researches, it is determined that women do shopping on the purpose of socialising, moving away from stress, relaxing, creating a style among fellows and social statue. Key Words: Entertainment, recreative shopping, woman

SB553

İLKOKUL VE ORTAOKUL ÖĞRETİM PROGRAMLARININ YETERLİĞİNİN BOŞ ZAMAN EĞİTİMİ AÇISINDAN İNCELENMESİ: KAZANIMLARA ELEŞTİREL BİR BAKIŞ

***[1]Süleyman Munusturlar*, [2]Günnur Hastürk, [2]Sema Emen**

[1]Eskişehir Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü, Eskişehir
[2]Anadolu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enst. Spor Yönetimi Ve Rekreasyon Anabilim Dalı, Eskişehir

***Email :** suleyman.munusturlar@gmail.com, gunnurkoseoglu@anadolu.edu.tr, semen@anadolu.edu.tr*

Giriş

Okulların meslek edindirmenin yanı sıra insanı yaşama hazırlama misyonunun olmasına bağlı olarak okullar boş zamanın doğru kullanımının öğretildiği ve boş zaman becerilerinin kazandırıldığı yegane ortamlardır (Sivan, 2007). Bu araştırmanın temel amacı örgün eğitim sisteminin hedeflerine işaret eden zorunlu ve seçmeli ders kazanımlarını boş zaman eğitimi (BZE) açısından incelemektir.

Yöntem

Bu araştırmada nitel araştırma metodolojisi izlenerek yapılandırılmış belirtke tablosu formu aracılığıyla içerik analizi tekniğinden yararlanılmıştır. Yapılandırılmış içerik analizi formu BZE literatürü temel alınarak hazırlanmıştır. 2017-2018 öğretim yılındaki ilkokul ve ortaokul programlarında yer alan 2160 zorunlu, 853 seçmeli olmak üzere toplamda 3013 kazanım tek tek 3 farklı kişi tarafından incelenerek kodlanmıştır. Kodlamalar arası güvenirlik yüzdesi (Milles ve Huberman, 1991) %91,1 olarak hesaplanmıştır.

Bulgular

Kodlamalar sonrasında elde edilen bulgularda, 2160 zorunlu ders kazanımının 326 (%15)' sının doğrudan, 456 (%21,1)'sının dolaylı boş zaman eğitimi kazanımı içerdiği, 853 seçmeli ders kazanımının 90 (%10,5)' sının doğrudan, 182 (%21,3)'sının dolaylı boş zaman eğitimi kazanımı içerdiği görülmüştür. Zorunlu dersler içerisinde kazanımlarının boş zaman eğitimi kazanımlarının en yüksek oranda elde edildiği derslerin Beden Eğitimi ve Spor (%4,72) ve Oyun ve Fiziki Etkinlikler (%3,42) derslerinin, seçmeli derslerde ise, Görsel Sanatlar (%4,8) ve Zeka Oyunları (%4,72) derslerinin olduğu görülmektedir. İlk ve ortaokul öğretim programları kazanımlarının zorunlu dersler içerisinde en çok boş zaman eğitiminin, boş zaman farkındalığı (%11,4) ve boş zaman becerileri (%8,9) boyutlarına yönelik, en az ise motivasyon (%0,4) ve zaman yönetimi (%0) boyutlarına yönelik oldukları görülmektedir.

Sonuç

Araştırma sonucu MEB' nın hazırlamış olduğu ilkokul ve ortaokul öğretim programları kazanımlarının boş zaman eğitimi açısından değerlendirildiğinde, yaklaşık dörtte birinin boş zaman eğitimine yönelik boyutlarda kazanım sağladığını göstermektedir. Ancak doğrudan kazanım sayısının %13'lerde kalması ve boş zaman eğitimi boyutlarına ilişkin kazanımların dengeli dağılmadığının görülmüş olmasından dolayı, bu araştırma sonucunun seçmeli ya da zorunlu statüsündeki bir boş zaman eğitimi dersinin ilkokul ve ortaokul öğretim programının içerisine yer alması gerektiği ihtiyacına işaret ettiği söylenebilir.

INVESTIGATION ON THE EFFICIENCY OF PRIMARY AND SECONDARY SCHOOL CURRICULUMS: A CRITICAL OVERVIEW ON LEARNING OUTCOMES

Introduction

It is unique environment in which schools are taught proper use of leisure and leisure skills are acquired, as well as the profession, mission to prepare person for life. The aim of this research is to examine achievements of compulsory and elective courses indicating objectives of formal education system in terms of leisure education.

Method

Qualitative research methodology was followed and content analysis technique used through structured statement form. The structured content analysis form was based on leisure literature. 2113 compulsory and 853 elective courses in primary and middle school programs in 2017-2018 academic year were reviewed and coded by 3 different individuals. Percentage of inter-coding reliability (Milles and Huberman, 1991) calculated as 91.1%.

Findings

In findings obtained after coding, it was found 2160 compulsory course acquisitions directly involved 326 (15%), 456 (21,1%) indirect leisure training, 90 (10.5%) of 853 elective course acquisitions were direct, 182 (21.3%) were found to include indirect leisure education. Physical Education and Sports (4.72%) and Games and Physical Activities (3.42%) courses in elective courses, Visual Arts (4.8%) and elective courses Intelligence Games (4.72%) seems to be lessons. It is found, primary and secondary school curriculum acquisitions have most leisure education, leisure awareness (11.4%) and leisure skills (8.9%), motivation (0.4%) and time management (0%) of population.

Result and Discussion

The study shows when the achievements of primary and secondary school curricula prepared by the ministry of education of the national education are evaluated in terms of leisure, approximately one fourth of the achievements are achieved in the dimension of leisure education. It can be said result of this research is leisure education course in elective or mandatory status should be included in the primary and secondary education curriculum, as it has been observed number of direct earnings remains at 13% and gains related to leisure education dimensions are not balanced.

SB557

REKREASYON ALANLARININ KULLANIM ENGELLERİNİN VE TERCİH EDİLME NEDENLERİNİN BELİRLENMESİ: MANİSA ATATÜRK KENT PARKI

***[1]Tolga Beşikçi*, [1]Kadir Yıldız**

[1]Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Manisa

***Email :** tolga.besyo@hotmail.com, kadiryildiz80@hotmail.com*

Giriş ve Amaç Gelişen teknoloji ve hızlı kentleşmeye bağlı olarak rekreasyon alanlarına duyulan ihtiyaç son yıllarda artış göstermektedir. Rekreasyon alanları, bireylerin yaşam kalitesini arttırmasında, sağlıklı bireyler yetişmesinde, etkili bir sosyalleşme ortamının oluşmasında, kullanılabilir rekreasyon kaynaklarının fark edilmesinde ve aile üyeleri arasında iletişimin güçlenmesinde oldukça önemlidir. Bu çalışmada, yerel yönetimler tarafından yaptırılan rekreasyon alanlarının tercihinde etkili olan ve bu alanlara katılımı engelleyen faktörlerin belirlenmesi amaçlanmaktadır. Yöntem Çalışma grubu, Manisa ilinde yer alan Atatürk Kent Parkı'na serbest zaman dilimleri içerisinde gelen ve çalışmaya gönüllü olarak katılım gösteren, yaşları 18 ile 63 yaş arası olan 182 kadın, 98 erkek toplam 280 kişiden oluşmaktadır. Katılımcılar belirlenirken olasılıklı örnekleme tekniklerinden basit tesadüfi örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Ölçme formunda yer alan demografik özellikler belirlendikten sonra ölçüm araçları olarak Gümüş ve Özgül (2017) tarafından geliştirilen "Rekreasyon Alanı Tercih Etkenleri Ölçeği (RATE)" ve "Rekreasyon alanı katılım engelleri ölçeği (RAKE)" kullanılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde, tanımlayıcı istatistikilerle birlikte normal dağılım koşulları sonucunda bağımsız örneklemler için t-testi ve ANOVA kullanılmıştır. Ölçekler arasındaki ilişkinin belirlenmesinde ise Pearson Korelasyon testi kullanılmıştır. Bulgular Elde edilen bulgular doğrultusunda, "RATE" ölçeği alt boyut puanlarının ve ölçek toplam puanının cinsiyet değişkenine göre kadın katılımcılar lehine anlamlı olarak farklılaştığı görülmektedir. Katılımcıların medeni durumu, katılım sıklığı ve öncelikli geliş nedenlerine ilişkin yapılan analizlerde benzer şekilde farklılaşmaların olduğu görülmüştür. Korelasyon analizi sonuçlarında ise, katılımcıların rekreasyon alanlarını tercih etkenleri ile katılım engelleri arasında negatif yönde düşük düzeyde ilişki tespit edilmiştir. Sonuç Araştırma sonucunda, kadın katılımcıların rekreasyon alanlarını tercihlerinde alandaki sportif çeşitlilik, çalışan personel, fiziki imkanlar, aktiviteler gibi unsurları erkek katılımcılara oranla daha fazla göz önünde bulundurduğu görülmektedir. Evli katılımcıların bekarlara oranla daha fazla rekreasyon alanlarında bulunmaları aile ile vakit geçirmek ya da bir arada serbest zamanı değerlendirmek şeklinde yorumlanabilir. Rekreasyon alanlarının tercih edilme nedenleri arttıkça katılım engellerinin azaldığı söylenebilir.

DETERMINATION OF THE BARRIERS TO PARTICIPATION AND REASONS FOR PREFERENCE OF RECREATİON AREAS: MANİSA ATATURK CITY PARK

Introduction and Purpose Due to developing technology and rapid urbanization, the need for recreational areas has increased in recent years. In this study, it is aimed to determine the factors which are effective in the preference of the recreation areas built by the local administrations and which prevent participation in these areas. Methods The study group consisted of 280 persons, 182 women and 98 men, aged between 18 and 63 years, who came to Atatürk City Park in Manisa province voluntarily and voluntarily participated in the study. When participants were selected, simple random sampling method was used from probabilistic sampling techniques. The "Recreation Area Preference Factor Scale (RATE)" and "Recreation Area Participation Obstacle Scale (RAKE)" developed by Gümüş and Özgül (2017) were used as measurement tools after the demographic features in the measurement form were determined. In the evaluation of the data, t-test and ANOVA were used for independent samples as a result of normal distribution conditions together with descriptive statistics. The Pearson Correlation test was used to determine the relationship between the scales. Results It is seen that the subscale scores of "RATE" scale and total score of scale differ significantly in favor of female participants according to gender variable. Participants' marital status was found to differ in similarity in analysis of participation frequency and prior reasons for arrival. In the results of correlation analysis, there was a low level of negative correlation between participants' preference for recreation areas and participation disabilities. Conclusion As a result of the research, it is seen that the female participants prefer the recreational areas more in terms of sport diversity, working personnel, physical facilities and activities in comparison with male participants.

Married participants can be interpreted as having more time in the recreation areas than singles in terms of spending time with the family or evaluating free time together.

SB608

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN REKREASYONEL FİZİKSEL AKTİVİTELERE KATILIM ENGELLERİNİN İNCELENMESİ (UMUTTEPE ÖRNEĞİ)

[1]Hakan Akdeniz, [1]Gülşah Sekban, [1]Yeşim Körmükçü, [1]Yasin Kaan Topçu

[1]Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Email : *hakanakdeniz@gmail.com, gsekban@yahoo.com, ysmkormukcu@gmail.com, kaan_gs_topcu@hotmail.com*

ÖZETBu araştırma, Kocaeli Üniversitesi Umuttepe kampüsünde öğrenim gören öğrencilerin rekreatif faaliyetlerde bulunmalarını engelleyecek faktörlerin incelenmesi ve çeşitli değişkenler açısından farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılmıştır. Araştırma evreni Kocaeli Üniversitesi öğrencilerinden oluşmaktadır. Örneklem grubu Kocaeli Üniversitesi'nde Fakülte ve Yüksekokulda öğrenim gören 884'ü (%88,1) Fakülte, 119'u (%11,9) ise Yüksekokul öğrencisi olan 1003 kişiden oluşmaktadır. Çalışmada veri toplama aracı olarak "Rekreasyon Faaliyetlerine Katılım Ölçeği" kullanılmıştır Oh ve Caldwell (1999), Crawford ve ark. (1991) ve Jackson ve Rucks (1995) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin dilimize son uyarlaması Tütüncü ve ark. (2011) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçek 28 madde ve 7 alt boyuttan oluşmaktadır. Toplanan verilen bilgisayar ortamında ve SPSS 25.0 programı ile analiz edilmiştir. Sonuçlar ($p<0,05$) anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir. Verilerin analizinde katılımcıların kişisel bilgi dağılımlarını incelemek amacıyla frekans analizi, verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla skewness-kurtosis değerlerine bakılmış, değişkenler arasındaki, farklılıkları belirlemek amacıyla t testi anova Tukey, Post-Hoc testleri yapılmıştır. Yapılan analizler sonucunda; Kocaeli Üniversitesi Umuttepe Kampüsü Rekreasyon Faaliyetlerine Katılımı Etkileyen Unsurlar ölçeğinin alt boyutları arasında yüksek düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu saptanmıştır ($p<0,05$). Öğrencilerin Rekreasyon Faaliyetlerine Katılım Ölçeği Cinsiyet değişkenine göre, Fizyolojik özellikler, Alanların durumu ve Yan nedenler alt boyutlarında anlamlı farklılık bulunmuştur($p<0,05$). Öğrencilerin Rekreasyon Faaliyetlerine Katılım Ölçeği aylık gelir değişkenine göre, Ekonomik Durum, Organizasyonel Unsurlar ve Ruhsal Nedenler alt boyutlarında anlamlı farklılık bulunmuştur($p<0,05$). Yaş Değişkenine Göre Ruhsal Nedenler alt boyutunda anlamlı farklılık bulunmuştur($p<0,05$). Fakülte ve Yüksekokul değişkenine göre hiçbir alt boyutta anlamlı farklılık bulunamamıştır($p>0,05$)

Sonuç olarak öğrencilerin faaliyetlere katılımını kendilerini sağlıklı hissedip hissetmemeleri, mesafenin uzak olması, faaliyete ayıracak zamanlarının olmaması ve ekipmanların pahalı olması, ekonomik yetersizliklerin olması ve rekreasyon faaliyetlerinin pahalı olması faaliyetlere katılımı engellemektedir

Anahtar Kelimeler: Üniversite Öğrencileri, Rekreasyon, Fiziksel Aktivite Engelleri.

ANALYZING THE OBSTACLES OF UNIVERSITY STUDENTS TO PARTICIPATE IN PHYSICAL ACTIVITIES (UMUTTEPE CASE)

This research was conducted to analyze the factors that avoid students who study in Umuttepe Campus of Kocaeli University to participate in recreation activities. Besides, this research also performed to determine whether these factors vary by various variables. Population was composed of the students who study at Kocaeli University. There were 1003 people in the sample group; 884 (88,1%) of the participants study in Faculty, 119 (11,9%) of the participants study in College. 'Participating in Recreation Activities Scale' was used as the data collection tool. The scale mentioned was developed by Oh and Caldwell (1999), Crawford et al., (1991) and Jackson and Rucks (1995). The last adaptation of the scale to our language was performed by Tütüncü et al., (2011). The scale consists of 28 items and 7 sub-dimensions. The data obtained was analyzed by SPSS 25.0 program in a computer environment. Results were evaluated at ($p<0,05$) significance level. Frequency analysis was utilized to review the distribution of personal information. Skewness-kurtosis values were used to specify whether the data show normal distribution. T-test, ANOVA Tukey, and Post-Hoc tests determined the differences between the variables. A highly positive relationship was found between the sub-dimensions of the scale of the factors

that affect participating in recreation activities (p<0,05). There was found a significant difference in Physiological properties, Status of departments and subsidiary causes based on the gender variable in the scale of students' participation in recreation activities (p<0,05). Moreover, a significant difference was found in the Economic Condition, Organizational Factors and Mental Reasons sub-dimensions based on the monthly income variable (p<0,05). Another significant difference was observed in Mental Reasons sub-dimension based on the age variable (p<0,05). No significant difference was found in any sub-dimensions based on Faculty and College variable (p>0,05). Physiological Properties sub-dimension includes the statuses whether they feel fit.

Keywords: Recreation, Physical Activity Obstacles

SB621

KIZ ÖĞRENCİ YURTLARINDA KALAN ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN ZAMAN YÖNETİMİ BECERİLERİNİN VE SPORTİF ETKİNLİKLERE KATILIM DURUMLARININ AKADEMİK BAŞARIYA ETKİSİNİN İNCELENMESİ

[1]Emrah Yılmaz , [1]Kurtuluş Özlü, [2]Tamer Civil, [1]Gönül Kılınç

[1]Hitit Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Çorum
[2]Karadeniz Teknik Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Trabzon

Email : *apeksakademispor@hotmail.com, kurtulusozlu05@gmail.com, tamercivil@ktu.edu.tr, gonulahmt@gmail.com*

Amaç: Araştırmanın amacı üniversite kız öğrenci yurtlarında kalan öğrencilerin zaman yönetim becerilerinin ve sportif faaliyetlere katılım durumlarının akademik başarı düzeyine etkisinin incelenmesidir.

Yöntem: Araştırmaya Hitit Üniversitesi'nde eğitim gören devlet ve özel öğrenci yurtlarında kalan 699 kız öğrenci gönüllü olarak katıldı. Araştırma kapsamında öğrencilerin akademik başarı düzeyleri dönem sonu ders notlarının aritmetik ortalamaları dikkate alınarak 0,25 puan aralığında gruplandırıldı. Gönüllülerin zaman yönetimi becerileri "Zaman Yönetimi Ölçeği" ve sportif etkinlik durumları demografik bilgi formu kullanılarak elde edildi. SPSS paket programında gönüllülerin zaman yönetimi beceri düzeyi ve akademik başarıları arasındaki ilişki One-Way ANOVA testi ve sportif etkinliklere katılım ile akademik başarı durumu arasındaki ilişki Chi-square testi kullanılarak analiz edildi. İstatistiksel analizlerde anlamlılık düzeyi $p<0,05$ olarak belirlendi.

Bulgular: Araştırma verilerin analizi sonucunda zaman yönetimi ölçek genel skor ortalamaları bakımında akademik not ortalaması puan aralıkları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar olduğu tespit edildi [$F(11, 687) = 2.36$, $p = .007$]. Genel ölçek skorları bakımından 3.76-4.00 akademik ortalamaya sahip olan öğrencilerin daha düşük puan ortalamasına sahip öğrenci gruplarına göre zaman yönetimi skorlarının daha yüksek olduğu tespit edildi.Ayrıca öğrencilerin sportif etkinliklere katılım durumları ile akademik puan ortalamaları bakımından anlamlı bir ilişki olmadığı tespit edildi. [$X2(11, n=699)=5.10;p=0.92$].

Sonuç: Araştırma sonucunda üniversite yurtlarında kalan öğrencilerden akademik başarısı yüksek olanların zaman yönetim becerilerinin yüksek olduğu bunun yanı sıra sportif etkinliklere katılımın akademik başarı üzerinde olumsuz bir etkisi olmadığı söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Akademik başarı, öğrenci, sportif etkinlik, zaman yönetimi.

AN ANALYSIS UPON THE EFFECTS OF TIME MANAGEMENT SKILLS AND SPORTS PARTICIPATION STATUS OF FEMALE STUDENTS STAYING AT DORMITORIES ON THEIR ACADEMIC STANDINGS

Objective: The purpose of this study is analysing the effects of time management skills and sports participation status of university students staying at girls' dormitories on their academic standings.

Method: the participants of this research were 699 volunteer female Hitit University students staying at state and private dormitories Students' academic standings were classified in 0,25 score interval taking into account the arithmetic mean grades they got at the end of the term. Volunteers' time management skills were obtained using "Time Management Scale" and their sportive activeness was obtained through demographic data forms. The relation between volunteers' time management skill levels and their academic standings was analysed according to one-way ANOVA test. The relation between their attendance to sportive activities and their

academic standings was analysed according to Chi- Square in SPSS pack programme. Significance level was found as p<0,05 through statistical analysis.

Findings: According to data analysis ıt was found that there were statistically significant differences between score mean for time management scale and academic score intervals. [F(11, 687) = 2.36, p = .007]. according to general scale score the students with 3.76- 4.00 academic score had higher time management skill scores than the ones had lower scores. Also, there was no statically significant difference between students' sportive activeness and their academic standings.[X2(11, n=699)=5.10;p=0.92].

Result: At the end of the research it was found that the students with higher academic standings and staying at the dormitories had higher time management levels. It was also concluded that sportive activeness had no negative effect on students' academic standings.

Key words: Academic standing, students, sportive activity, time management

SB622

ÜNİVERSİTE KIZ ÖĞRENCİLERİNİN REKREATİF ETKİNLİK TERCİHLERİ VE ZAMAN YÖNETİMİ BECERİLERİNİN İNCELENMESİ

[1]Emrah Yılmaz , [2]Gökmen Özen, [1]Kurtuluş Özlü, [1]Ahmet Akkaya

[1]Hitit Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Çorum
[2]Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Çorum

Email : *apeksakademispor@hotmail.com, gokmenozen44@gmail.com , kurtulusozlu05@gmail.com, akkayahmet66@gmail.com*

Amaç: Bu araştırma üniversitede eğitim gören kız öğrencilerin katıldıkları rekreatif etkinlik tercihlerinin ve zaman yönetimi beceri düzeylerinin incelenmesidir.

Metot: Araştırmaya Hitit Üniversitesi'nde eğitim gören farklı bölümlerden 699 kız öğrenci katılmıştır. Katılımcıların demografik bilgilerini ve rekreatif etkinlik tercihlerini belirlemek amacıyla araştırmacılar tarafından hazırlanan veri formu, zaman yönetimi beceri düzeylerini belirmek için ise "Zaman Yönetimi Ölçeği" kullanıldı. Elde edilen veriler SPSS paket programında varyans analizi ile karşılaştırılarak anlam düzeyi($p < .05$) olarak kabul edildi.

Bulgular: Araştırma bulgularının istatistiksel analiz sonuçları katılımcıların serbest zamanlarının 2-3 saat (%39.2) ile 5-6 saat (%30.8) Aralığında olduğu ve çoğunlukla bu zamanı dinlenmek için bir fırsat olarak gördükleri (%51.5) belirlendi. Katılımcıların %36' sın serbest zamanlarında sportif etkinliklere katıldıkları tespit edildi. İstatistiksel analiz sonuçları katılımcıların serbest zaman etkinlik tercihleri ve zaman yönetimi skorları arasında anlamlı bir farklılık olmadığını göstermektedir ($p > .05$). Katılımcıların öğrenim gördükleri fakülte bakımından zaman yönetimi skorları incelendiğinde spor bilimleri fakültesinde okuyan öğrencilerin zaman harcatıcılar alt boyut skorların anlamlı düzeyde daha düşük olduğu tespit edildi ($p < .05$).

Sonuç: Araştırma sonucunda üniversitede eğitim gören kız öğrencileri serbest zamanlarını dinlenmek için bir fırsat olarak düşündükleri ve bu zamanda spora katılım düzeyinin düşük olduğu görüldü. Zaman yönetimi bakımından katılımcıların etkinlik tercihleri ve fakülteler bakımından belirgin bir fark olmadığı yalnızca spor bilimleri fakültesinde eğitim gören öğrencilerin ilahiyat fakültesinde öğrenim görenlere göre zaman harcatıcı faaliyetlere daha az önem verdikleri ifade edilebilir.

Anahtar Kelimeler: Etkinlik, Öğrenci, Serbest zaman, Zaman yönetimi

RECREATIONAL ACTIVITY CHOICES OF FEMALE UNIVERSITY STUDENTS AND EXAMINATION OF THEIR TIME MANAGEMENT SKILLS

Objective: The purpose of this study is finding out recreational activity choices of female university students and examining their time management skill levels.

Method: The participants of the study were 699 female Hitit University students studying at different departments. A Data form prepared by researchers was used for the purpose of identifying participants' demographic da and their recreational activity choices. Also "Time Management Skill Scale" was used to identify their time management skill levels. Obtained data was compared through variance analysis in SPSS pack programme and meaningfulness level was found out as ($p<.05$)

Findings: It was found that the participants had spare time for 2-3 hours (39.2%), 5-6 hours (30.8%) and they make use of their spare time having rest according to statistical analysis results of the research findings. It was ascertained that %36 of the participants took part in sportive activities in their spare time. Statistical analysis score results showed that there were no meaningful difference between participants' spare time activity choices and their time management scores ($p > .05$). It was found that the students studying at Sport sciences Faculty had meaningfully lower time consuming sub dimensional scores when participants' time management scores were analysed according to the department they were studying at ($p < .05$).

Result: According to the results of the study female students make use of their spare times having rest and it was found that their sportive activeness levels are lower during these times. It was concluded that there were no meaningful difference between participants' activity choices and the faculties they were studying at according to time management skills. It was found that the students studying at faculty of sports gave less importance to spare time activities than the students studying at faculty of theology.

Key Words: activity, student, spare time, time management

SB636

ORTA ÖĞRETİM ÖĞRENCİLERİNİN SERBEST ZAMAN MOTİVASYON DÜZEYLERİ İLE SERBEST ZAMANLARI ETKİN KULLANMA TATMİNLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

***[1]Nurgül Tezcan Kardaş*, [1]Hilal Er, [1]Derya Tutkun**

[1]Düzce Üniversitesi/ Düzce

***Email :** nurgultezcan@duzce.edu.tr, hilaler@hotmail.com , derya.tutkun@hotmail.com*

Çalışma amacı ortaöğretim yaş grubu öğrencilerinin boş zaman motivasyonlarının ve serbest zaman tatmin olma durumları arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Çalışma grubunu farklı eğitim müfredatına sahip Meslek, Anadolu, Spor ve Fen liselerinden gönüllük esasına dayalı belirlenmiş 900 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırma da veri toplama aracı olarak Boş zaman motivasyon ölçeği ve serbest zaman tatmin ölçeği kullanılmıştır. Toplanan veriler SPSS v.25 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Sonuç olarak, elde edilen veriler farklı değişkenler dikkate alınarak incelenmiş ve orta öğretim öğrencilerinin serbest zaman motivasyonları ve tatminleri arasında anlamlılık düzeyi yüksek sonuçlar elde edilmiştir. Çalışmanın günümüz gençlerinin en önemli problemi olan serbest zamanlarını etkin kullanamamanın beraberinde getirdiği hareketsiz yaşam ve buna bağlı sağlık problemlerinin ortadan kalkması noktasında alana ve ilgili araştırmacılara ışık tutacağı düşünülmektedir.

ANALYSIS OF THE RELATION BETWEEN LEISURE MOTIVATION LEVEL OF SECONDARY EDUCATION STUDENTS AND SATISFACTION OF ACTİVE LEISURE USE

The aim of the study is to analyze the relation between leisure motivation levels and satisfaction of active leisure use of the secondary education students. The study group consists of 900 voluntary students who have different curriculums at Vocational, Anatolian, Sports and Science high schools. As data collection tool, leisure motivation scale and leisure satisfaction scale were used. Obtained data were analyzed using SPSS v.25 program. As a result, obtained data were analyzed considering different variables and results which are high in significance level were obtained between leisure motivation and satisfaction of secondary education students. It is thought that the study will shed a light on removing inactive life and health problems developing because of it which were brought by not utilizing leisure time actively which is the most important problem of today's youth for the literature and the researchers in the related field.

SB655

OTİSTİK SPEKTRUM BOZUKLUĞU OLAN ÇOCUKLARA UYGULANAN TERAPATİK REKREASYON PROGRAMININ SOSYAL BECERİLER ÜZERİNE ETKİSİ

[2]Arzu Koçak Uyaroğlu, [1]Ezgi Ertüzün, [3]Fatma Taş Arslan

[1]Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Konya
[2]Selçuk Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Konya
[3]Selçuk Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Konya

Email : *asukocak51@gmail.com, ezgiertuzun@gmail.com, fatmatas@selcuk.edu.tr*

Giriş: Terapatik rekreasyon uygulamaları çocukların gelişimsel özelliklerini desteklemektedir. Otistik spektrum bozukluğu olan çocukların yaşadığı sosyal beceri sorunlarının terapatik rekreasyon uygulamalarının iyileştirici bir etkisi olduğu yönünde literatürde çalışmalar bulunmaktadır. Amaç: Bu çalışmanın amacı, yüzme ve sportif aktiviteler içeren terapatik rekreasyon programının otistik spektrum bozukluğu olan çocukların sosyal becerilerine etkisini belirlemektir. Yöntem: Araştırmanın tipi ön test-son test tek gruplu yarı deneyseldir. Çalışma bir otistik bireyler merkezinde 0cak-Temmuz 2018 tarihleri arasında yürütülmüştür. Çalışma grubu otistik spektrum bozukluğu olan 32 çocuğun annelerinden oluşturulmuştur. Otistik spektrum bozukluğu olan çocuklara 8 hafta boyunca, haftada 2 gün, yüzme ve spor aktivitelerini içeren terapatik rekreasyon programı uygulanmıştır. Veriler, aile bilgi formu ve otizm sosyal beceriler profili (OSBP) ölçeği kullanılarak toplanmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde bağımlı gruplarda t testi ve etki analizi testi yapılmıştır. Bulgular: Çalışma kapsamına alınan otistik spektrum bozukluğu olan 7 kız, 25 erkek olmak üzere toplam 32 çocuğun yaş ortalaması 7,5±3,25'dir. Çalışmada otistik spektrum bozukluğu olan çocukların sosyal beceri profili ön test ve son test toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmıştır ($p<0.05$). OSBP ölçeğinin, Sosyal Karşılıklılık ve Sosyal Katılım/kaçınma alt boyutları ön test ve son test puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanırken($p<0,05$), Zarar Verici Sosyal Davranışlar alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanamamıştır ($p>0,05$). Sonuç: Araştırmanın bulgularına göre yüzme ve sportif aktiviteler içeren terapatik rekreasyon programının otistik spektrum bozukluğu olan çocukların sosyal becerilerine pozitif etki sağladığı söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Otistik spektrum bozukluğu olan çocuklar, Terapatik Rekreasyon, Sosyal Beceriler.

THE EFFECT OF THERAPEUTIC RECREATION PROGRAM ON CHILDREN WITH AUTISTIC SPECTRUM DISORDERS ON SOCIAL SKILLS

Background: Therapeutic Recreation Program's practices support children's developmental skills. The literature of disabilities indicate that therapeutic recreation program's practices have an rehabilitative effect on the problems of social skills of the children with autistic spectrum disorders. Aim: This study aims to determine that the effect of therapeutic recreation program which includes the activities like swimming and sportive courses on the social skills of the children with autistic spectrum disorders. Method: The type of the study is a quasi-experiment with a pre-test-post-test and single-group. The study was conducted between January to July 2018 in a center for autistic people. The study group was formed from the mothers of 32 children with autistic spectrum disorder. Children with autistic spectrum disorders were implemented a therapeutic recreation program for 8 weeks which is applied for twice a week and includes swimming and sports activities. The data were obtained from family information form and Autism Social Skills Profile Scale (ASSP). The analysis of data were evaluated with paired simple t-test. Results: 32 children (7 girls and 25 boys) with autistic spectrum disorder took part in the study. The mean age of the children was 7,5 ± 3,25. A statistically significant difference was found between the pre - test and post – test total scores of social skills profile of children with autistic spectrum disorder ($p <0.05$). While there is a significant difference between pre-test and post test subscales of ASSP which is Social Reciprocity and Social Participation/ Avoidance ($p<0,05$),

no statistically significant difference was found in Detrimental Social Behaviours (p>0,05). Conclusion: The findings of this study indicate that therapeutic recreation program has a positive effect on the social skills of the children with autistic spectrum disorders.

Keywords: Children with Autistic Spectrum Disorders, Therapatic Recreation, Social Skills.

SB657

SPORTİF YARDIMSEVERLİK ETKİNLİKLERİNDE YAŞANAN DENEYİMLERİN VE ETKİNLİĞE KATILIM MOTİVASYONLARININ DAVRANIŞSAL NİYETLERE ETKİSİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

[2]Tuba Yazıcı, [1]Alper Yıldız, [2]Settar Koçak

[1]Pamukkale Üniversitersi Spor Bilimleri Fakültesi, DENİZLİ
[2]Orta Doğu Teknik Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü, ANKARA

Email : *tubakilci@gmail.com, alperyildiz54@gmail.com , settar@metu.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Sportif yardımseverlik etkinlikleri hem boş zamanları aktif olarak değerlendirip olumlu deneyimler elde etme hem de güzel ve faydalı bir amaca hizmet etmesi bakımından çok değerli etkinlikledir. Bu tarz etkinliklere katılımı artırmak için düzenlenen yardımseverlik etkinliklerine katılım motivasyonlarının ve bu etkinliklerde yaşanan deneyimlerin incelenmesi büyük önem taşımaktadır. Bu çalışma kapsamında geliştirilen model ile yardım için düzenlenen spor etkinliklerine katılan bireylerin etkinliğe katılma motivasyonlarının ve kişilerin bu etkinliklerde yaşadığı deneyimlerin tekrar katılma, tavsiye etme gibi davranışsal niyetlerini ne düzeyde etkilediği soruları araştırılmıştır.

Yöntem: Araştırmanın örneklem grubunu Türkiye'de yardım için düzenlenen koşu etkinliklerine katılan bireyler oluşturmaktadır. Anketlerin sosyal medya aracılığı ile dağıtılması sağlanmıştır. Araştırma kapsamında 2017-2018 yıllarında yardım için düzenlenen koşu etkinliklerine (Adım adım, Odtümist) katılan 268 (116 kadın, 152 erkek) bireyden veri toplanmıştır. Veri toplama aracı olarak kullanılan iki ölçek daha önce Türk kültüründe kullanılmadığı için bu ölçeklerin doğrulayıcı faktör analizleri ile Türk kültürüne adaptasyonu bu araştırma dahilinde gerçekleştirilmiştir. Bu ölçekler (1) Kaplanidou ve Vogt tarafından 2010 yılında spor etkinliklerine katılan bireylerin deneyimlediği organizasyonel, çevresel, fiziksel aktivite, sosyal ve duygusal boyutlar düşünülerek geliştirilen "Spor Etkinliği Deneyimi Ölçeği" ve (2) Chiu, Won ve Lee tarafından 2015 yılında geliştirilen yardımseverlik, sportif etkinlik, amaç, sosyalleşme ve referans alt boyutlarını içeren "Sportif Yardımseverlik Etkinliklerine Katılım Motivasyonu Ölçeğidir."

Bulgular ve Sonuç: Yapısal eşitlik modellemesi analizi sonucunda modelin uyum indeksleri kabul edilebilir aralıklarda bulunmuştur ($\chi2$ =33.845, df = 13, $\chi2$/df= 2.60, NFI (TLI)=.88, AGFI =.95, CFI=.91, RMSEA=.07). Bu bağlamda sportif yardımseverlik etkinliklerine katılım motivasyonlarının etkinliklerde yaşanan deneyimleri orta düzeyde etkilediği (β =.34,p<.05); katılım motivasyonlarının etkinliğe tekrar katılma kararı, etkinliği başkalarına tavsiye etme niyeti gibi davranışsal niyetleri yüksek düzeyde etkilediği (β =.72,p<.05) ve etkinlikte yaşanan deneyimlerin davranışsal niyetleri orta düzeyde etkilediği (β =.32,p<.05) sonucu çıkmıştır. Sportif yardımseverlik etkinliklerinde bireylerin yaşadığı deneyimlerin ve birey motivasyonlarının bilinmesi bu tarz etkinliklerin doğru planlanıp etkin pazarlanmasını sağlayacaktır.

THE EFFECT OF EXPERIENCES AND PARTICIPATION MOTIVATION ON BEHAVIORAL INTENTIONS IN CHARITY SPORT EVENTS

Introduction and Purpose: Charity sport events are very valuable in terms of actively spending leisure time, getting positive experiences and serving a nice and useful purpose. In order to increase participation to such events it is crucial to examine the participation motivations in organized charity events and the lived experiences in these events. The model developed by this study aims to explore how effective the experiences and participation motivation on behavioral intentions such as re-participation and recommendation in charity sport events.

Method: The sample of the study consisted of individuals who participate in charity running events held in Turkey. Surveys were distributed via social media. Data were collected from 268 individuals (116 female, 152 male) participating in charity running events

(Adım Adım, Odtümist) during 2017-2018 years. Validation of the two scales and adaptation to Turkish culture with confirmatory factor analysis have been carried out within this research. The adapted scales consist of (1) the "Sport Event Experience Scale" developed by Kaplanidou and Vogt in 2010, considering organizational, environmental, physical, social and emotional dimensions experienced by individuals participating in sports events and (2) "Participation Motivation in Charity Sport Events Scale" developed by Chiu, Won and Lee in 2015. It includes charity, sport activity, purpose, socialization and reference sub-scales.

Findings and Results: As a result of structural equation modeling, the model's fit indices were found at acceptable intervals ($\chi 2$ =33.845, df = 13, $\chi 2/df$= 2.60, NFI (TLI)=.88, AGFI =.95, CFI=.91, RMSEA=.07). Study findings revealed that participation motivation in charity sport events moderately affects individuals' experiences in the events (β =.34,$p<.05$); participation motivation highly affects behavioral intentions (β =.72,$p<.05$) and event experiences found to moderately affects behavioral intentions (β =.32,$p<.05$). Being aware of the experiences and individuals' participation motivations in charity sport events ensure planned and effective marketing of such events.

SB691

MXGP TÜRKİYE 2018 DÜNYA MOTOKROS ŞAMPİYONASI İZLEYİCİLERİNDE ETKİNLİK DENEYİM KALİTESİ, TATMİN VE DAVRANIŞSAL NİYET ARASINDAKİ İLİŞKİ

***[1]Hüseyin Çevik*, [1]Kerem Yıldırım Şimşek**

[1]Eskişehir Teknik Üniversitesi, ESKİŞEHİR

Email : *hcevik.tr@gmail.com, Keremys@anadolu.edu.tr*

Giriş ve Amaç

Etkinlik organizatörleri ve pazarlamacıları spor tüketicilerine kaliteli etkinlik deneyimi sunabilirse, spor tüketicilerinin ileriye yönelik tüketim davranışlarını etkileyebilir. Dolayısıyla bu araştırmada spor endüstrisinde önemli sayıda seyirci potansiyeli olan Dünya Motokros Şampiyonası izleyicilerinde etkinlik deneyim kalitesi, tatmin ve davranışsal niyet yapıları arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amacı gerçekleştirmek için literatür incelemesi sonucunda oluşturulan model kapsamındaki hipotezler test edilmiştir.

Yöntem

Araştırma verileri MXGP 2018 Türkiye Dünya Motokros Şampiyonası sırasında kolayda örneklem yöntemi ile seçilen 365 izleyiciden elde edilmiştir. Veriler oluşturulan anket aracılığıyla yüz yüze görüşme tekniği kullanılarak anketörler tarafından etkinliğin son günü toplanmıştır. Anketin birinci bölümünde altı faktörlü 20 maddeden oluşan deneyim kalitesi ölçeğine, tatmin ile ilgili 4 ve davranışsal niyeti ile ilgili 8 maddeye yer verilmiştir. İkinci bölümde ise demografik özellikleri değerlendiren 5 soru yer almıştır. Veri analizinde yapısal eşitlik modelinin metodolojik ilkelerinden yararlanılmıştır. Öncelikle ölçüm modeli test edilmiş daha sonra yapılar arasındaki ilişki ortaya çıkartılmıştır.

Bulgular

Araştırmaya katılan motokros izleyicilerinin demografik özellikleri incelendiğinde, çoğunluğunun erkek, eğitimli, genç yaş kategorisinden, serbest meslek çalışanı ve yüksek gelir düzeyine sahip olduğu tespit edilmiştir. Veri analizi sonucuna göre ölçüm modeli ve verinin uyumlu olduğu, geçerli ve güvenilir sonuçlar verdiği gözlemlenmiştir. Yapısal model test sonucuna göre ise deneyim kalitesinin tatmin üzerinde, tatminin ise davranışsal niyet üzerinde anlamlı etkiye sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Sonuç

Araştırma sonucunda kuramsal anlamda motokros şampiyonası izleyicileri ile ilgili deneyim kalitesi, etkinlik tatmini ve tekrar satın alma, alternatiflere yönelme ve ağızdan ağıza iletişim faktörlerinden oluşan davranışsal niyet arasındaki ilişkiyi inceleyen kapsamlı bir model geliştirilmiştir. Ayrıca araştırma sonuçları, etkinlik organizatörleri ve pazarlamacılara pazara yönelik stratejilerinin oluşturulması konusunda önemli veriler sunmuştur.

THE RELATIONSHIP BETWEEN EVENTS EXPERIENCE QUALITY, SATISFACTION AND BEHAVIORAL INTENTIONS ON SPECTATOR OF MXGP TURKEY 2018 MOTOCROSS WORLD CHAMPIONSHIP

Introduction and Aim

If event organizers and marketers can provide quality event experience to the sporting consumers, they can affect the consumer's future consumption behavior. Therefore, it was aimed to investigate the relationship between experience quality, satisfaction and behavioral intentions on spectator of the World Motocross Championship, which have a significant number of spectators in the sport industry in this study. For this aim, the hypotheses within the model created as a result of the literature review have been tested.

Method

Research data were obtained from 365 spectator selected by convenience sampling method during MXGP 2018 Turkey World Motocross Championship. Data were collected by interviewers using face to face interview technique through the questionnaire on the last day of event. The first part of the questionnaire included Experience Quality Scale with a six-factor 20 item and 4 items for satisfaction and 8 items for behavioral intentions. In the second part, there were 5 questions evaluating the demographic characteristics. The methodological principles of the structural equation model were utilized in data analysis. First, the measurement model was tested and then the relationship between the structures was revealed.

Results

It was observed that the majority of participants of research were male, educated, from young age category and self-employed and had high income level. The result of the data analysis were revealed that the measurement model and the data collected from research sample were compatible and gave valid and reliable results. According to the structural model test result, experience quality had a significant effect on satisfaction and satisfaction had a significant effect on behavioral intention.

Discussion

As a result of the research, a comprehensive model was developed about the relationship between experience quality, satisfaction and behavioral intention of motocross spectators. In addition, the results of research have provided important data on the formation of strategies about the market for event.

SB703

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN YAŞAM DOYUMLARI VE PSİKOLOJİK SAĞLAMLIKLARININ İNCELENMESİ (KOCAELİ VE SAKARYA ÜNİVERSİTESİ ÖRNEĞİ)

***[1]Hakan Akdeniz*, [1]Özlem Keskin, [1]Gülşah Sekban, [1]Erhan Sarı**

[1]Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, KOCAELİ

***Email :** hakanakdeniz@gmail.com, ozlemnht@hotmail.com, gsekban@gmail.com, erhansarii95@gmail.com*

Kocaeli Üniversitesi ve Sakarya Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumu düzeylerini incelemek amacıyla yapılmıştır. Araştırmanın örneklemini Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nden 415 kişi ve Sakarya Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nden 401 kişi olmak üzere toplam 816 öğrenci oluşturmaktadır. Tarama modeli kullanılarak yapılan betimsel çalışmada verilerin elde edilmesi amacı ile Bolman Block ve Kremen (1991) tarafından geliştirilen ve Türkçeye Karaırmak (2007) tarafından uyarlanan psikolojik sağlamlık Ölçeği" ile 1985 yılında Diener, Emmons, Laresen ve Griffin tarafından geliştirilen Yaşam Doyumu Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin analizinde katılımcıların kişisel bilgi dağılımlarını incelemek amacıyla frekans analizi, verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla skewness-kurtosis değerlerine bakılmış, değişkenler arasındaki, farklılıkları belirlemek amacıyla Manova, Tukey, Post-Hoc testleri yapılmış ilişkiyi belirlemek amacıyla korelasyon analizi ve etkiyi belirlemek amacıyla regresyon analizinden faydalanılmıştır. Yapılan analizler sonucunda; Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumu ölçeği arasında yüksek düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu saptanmıştır ($p<0,05$). Öğrencilerin psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumu düzeyleri cinsiyet değişkenine göre değerlendirildiğinde kadın öğrencilerin psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumlarının erkek öğrencilere kıyasla anlamlı derecede yüksek olduğu belirlenmiştir ($p<0,05$). psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumu düzeyleri bölüm değişkenine göre değerlendirildiğinde ise spor yöneticiliği bölümünün rekreasyon bölümüne kıyasla anlamlı derecede yüksek olduğu bulunmuştur ($p<0,05$). Öğrencilerin serbest zaman etkinliklerine katılım sıklığı değişkeni incelendiğinde, serbest zaman aktivitelerine her zaman katılan öğrencilerin psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumu düzeylerinin, sık sık ve nadiren katılan öğrencilere kıyasla anlamlı derecede yüksek olduğu saptanmıştır ($p<0,05$). Fakat yaşam doyum düzeylerinde, her zaman ve sık sık serbest zaman etkinliklerine katıldıklarını belirten öğrenciler arasında anlamlı farklılık bulunamamıştır ($p>0,05$). Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin yüksek düzeyde psikolojik sağlamlığa sahip olmasına rağmen orta düzeyde yaşam doyumuna sahip oldukları söylenebilir. Serbest zaman aktivitelerine katılımın öğrencilerin psikolojik sağlamlık ve yaşam doyum düzeylerini olumlu düzeyde etkilediğinden söz edilebilir.

Anahtar Kelimeler: Spor Bilimleri, Psikolojik Sağlamlık, Yaşam Doyumu, Serbest Zaman, Spor.

REVIEWING LIFE SATISFACTION AND PSYCHOLOGICAL DURABLENESS OF FACULTY OF SPORTS SCIENCES (KOCAELİ AND SAKARYA UNIVERSITY CASE)

The purpose of this research was to review the relationships between life satisfaction and psychological durableness levels of students of Faculty of Sports Sciences of Kocaeli University and Sakarya University Sample of the research was composed of entirely 816 students; 415 of them study in Faculty of Sports Sciences of Kocaeli University and also 401 of them study in Faculty of Sports Sciences of Sakarya University. 'Psychological Durableness Scale' and 'Life Satisfaction Scale' was used for this research. A highly positive relationship ($p<0,05$) was found between psychological durableness and life satisfaction scale of the student of the Faculty of Sports Sciences. It was determined when psychological durableness and life satisfaction levels of students were evaluated based on gender variable that psychological durableness and life satisfaction of female students was significantly higher than psychological durableness and life satisfaction of male students ($p<0,05$). It was found when psychological durableness and life satisfaction levels were evaluated based on department variable that the department of sports management is significantly higher in comparison with the department of recreation ($p<0,05$). About frequency of participation in leisure-time activities variable, psychological durableness and life satisfaction levels of students who always participate in these activities are significantly higher than psychological durableness and life

satisfaction levels of students who rarely and often participate in the same activities (p<0,05). However, about life satisfaction, there was no significant difference between students who always and often participate in leisure time activities (p>0,05). It can be pointed out that much as students who study in the Faculty of Sports Sciences have psychological durableness at a high level, they still have medium level of life satisfaction. We can say that participating in leisure time activities positively affect psychological durableness and life satisfaction levels of students. Keywords: Sports Sciences, Psychological Durableness, Life Satisfaction, Leisure Time, Sports. .

SB705

SERBEST ZAMANA KATILIMI BELİRLEMEDE SERBEST ZAMAN KOLAYLAŞTIRICILARI, ENGELLERİ VE ENGELLERLE BAŞ ETMENİN ROLÜ: YAPISAL EŞİTLİK MODELİ

***[1]Tennur Yerlisu Lapa*, [1]Elif Köse**

[1]Akdeniz Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, ANTALYA

Email : *tennur@akdeniz.edu.tr, elifkose9@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Kişilerin serbest zaman aktivitelerine katılım davranışını açıklamaya çalışan serbest zaman kolaylaştırıcıları, engelleri ve engellerle başa etme stratejileri modelleri arasındaki ilişkilerin incelenmesinin aktiviteye katılma/katılmama davranışını açıklamada önemli rolü olduğu düşünülmektedir. Bu bağlamda çalışmanın amacı; serbest zaman aktivitelerine katılımda belirleyici olduğu kuramsal yapı tarafından ortaya konulan; serbest zaman kolaylaştırıcıları, engelleri ve engellerle baş etme stratejilerinin rolünün yapısal eşitlik modeli aracılığıyla sınanmasıdır.

Yöntem: Bu çalışma nicel araştırma yöntemleri ile yapılan betimsel bir araştırma olup, araştırma düzeyine göre ilişkiseldir. Araştırmanın evrenini öğrenciler oluştururken araştırmanın örneklemini 264 kadın (Ortyaş=20.77±1.88), 254 erkek (Ortyaş=21.15±1.92) olmak üzere toplam 518 (Ortyaş=20.96±1.90) öğrenci oluşturmaktadır. Araştırma örneklemi; tesadüfi olmayan örnekleme yöntemlerinden kolayda örnekleme yöntemi ile belirlenmiştir. Çalışmada "Boş Zaman Engelleri Ölçeği", "Serbest Zaman Engelleri ile Baş Etme Stratejileri Ölçeği" ve "Serbest Zaman Kolaylaştırıcıları Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin analizinde LISREL paket programı kullanılmış ve yapısal eşitlik modeli tekniğinden yararlanılmıştır.

Bulgular: Araştırma bulguları serbest zaman kolaylaştırıcıları ve serbest zaman engelleriyle baş etme stratejileri arasındaki regresyon katsayısının .38 (p=.00; t=13.83); serbest zaman engelleri ve serbest zaman engelleriyle baş etme stratejileri arasındaki regresyon katsayısının .31 (p=.00; t=8.10); serbest zaman engelleriyle baş etme stratejileri ve serbest zamana katılım arasındaki regresyon katsayısının .53 (p=.00; t=5.31) ve son olarak serbest zaman engelleri ile serbest zaman katılımı arasındaki regresyon katsayısının -.57 (p=.00; t=-5.35) olduğunu göstermektedir. Bununla birlikte $\chi 2/Sd=1.37$'nin 2'den küçük olması; CFI, GFI, IFI, AGFI, NFI ve NNFI değerlerinin .95'ten büyük olması ve RMSEA değerinin ise .05'ten küçük olması model uyumunun mükemmel olduğunu ve modelin doğrulandığını ifade etmektedir.

Sonuç: Serbest zaman katılımını açıklamada serbest zaman engelleri ile baş etme stratejileri pozitif etkiye sahipken; serbest zaman engelleri negatif etkiye sahiptir. Ayrıca serbest zaman engelleriyle baş etme stratejileri üzerinde kolaylaştırıcılarının, serbest zaman engelleri üzerinde ise engeller ile baş etme stratejilerinin pozitif etkisi bulunmaktadır.

THE ROLE OF LEISURE FACILITATORS, CONSTRAINTS AND NEGOTIATION FOR IDENTIFYING THE LEISURE PARTICIPATION: STRUCTURAL EQUATION MODELLING

Introduction and Purpose: Analysing the relationship among leisure facilitators, constraints and negotiation strategy models, which try to explain the behaviour of participation in leisure activities, is believed to play an important role in clarifying the behaviour of participating/not participating in the activities. In this context, the purpose of this study is to test the role of leisure facilitators, constraints and negotiation strategies, which are established to be determinative for participation in activities by theoretical structure, via structural equation model.

Method: This is a descriptive research conducted by means of quantitative research methods and it is relational as per the type of the research. Students consist the universe of the research, while the research sample consists of a total of 518 students

(Meanage=20.96±1.90), including 264 women (Meanage=20.77±1.88) and 254 men (Meanage=21.15±1.92). The research sample was determined by convenience sampling method, which is one of the non-random sampling methods. “Leisure Constraints Scale”, “Leisure Negotiation Strategies Scale” and “Leisure Facilitators Scale” were used for the measurement. LISREL software package and structural equation modelling technique were used for data analysis.

Findings: Research indicates that the regression coefficient is .38 (p=.00;t=13.83) between the leisure facilitators and the negotiation strategies; .31 (p=.00;t=8.10) between the constraints and negotation strategies; .53 (p=.00;t=5.31) between the negotiation strategies and leisure participation and finally -.57 (p=.00;t=-5.35) between the leisure constraints and participation. Moreover, the fact that $\chi 2/df=1.37$ is less than 2; CFI, GFI, IFI, AGFI, NFI and NNFI values are greater than .95 and RMSEA value is less than .05 reveals that the model compatibility is excellent and the model is verified.

Conclusion: Negotiation strategies have a positive impact on explaining leisure participation, whereas the constraints have a negative impact. Additionally, facilitators have a positive impact on the negotiation strategies and the negotiation strategies have a positive impact on the constraints.

SB706

SERBEST ZAMAN KOLAYLAŞTIRICILARI VE SERBEST ZAMAN ENGELLERİ İLE BAŞ ETME STRATEJİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN KANONİK KORELASYON ANALİZİ İLE İNCELENMESİ

***[1]Elif Köse*, [1]Tennur Yerlisu Lapa**

[1]Akdeniz Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, ANTALYA

Email : *elifkose@gmail.com, tennur@akdeniz.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Kişilerin serbest zaman aktivitelerine katılım davranışını açıklamaya çalışan serbest zaman kolaylaştırıcıları ve engellerle başa etme stratejileri arasındaki ilişkilerin incelenmesinin aktiviteye katılma davranışını açıklamada önemli olduğu düşünülmektedir. Bu bağlamda bu çalışmanın amacı; serbest zaman kolaylaştırıcıları ile serbest zaman engelleri ile baş etme stratejileri arasındaki ilişkiyi incelemektir.

Yöntem: Araştırmanın evreni Akdeniz Üniversitesinde okuyan üniversite öğrencilerinden oluşurken, araştırma örneklemi ise Akdeniz Üniversitesinde okuyan 386 üniversite öğrencisinden oluşturmaktadır. Araştırmada örneklem seçimi yöntemi olarak kolayda örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Veri toplamak amacıyla Beggs ve ark. tarafından son hale getirilmiş ve Yerlisu Lapa tarafından Türkçeye adapte edilmiş "Serbest Zaman Engelleri ile Baş Etme Stratejileri Ölçeği" ile Kim ve ark. tarafından geliştirilen ve Gürbüz ve ark. tarafından Türkçe uyarlaması yapılan "Serbest Zaman Kolaylaştırıcıları Ölçeği" kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırma bulguları incelendiğinde; serbest zaman kolaylaştırıcıları olarak tanımlanan U1 kanonik değişkenine en önemli katkıyı .87 ile yapısal kolaylaştırıcılar ve .83 ile kişisel kolaylaştırıcıların sağladığı görülmektedir. Serbest zaman engelleri ile baş etme stratejileri olarak tanımlanan V1 kanonik değişkenine en önemli katkının ise .74 ile beceri stratejileri ve .66 ile finansal yönetim stratejilerinin olduğu görülmektedir.

Sonuç: Sonuç olarak, serbest zaman kolaylaştırıcıları kümesinin varyansının %21.67'sinin serbest zaman engelleri ile baş etme stratejileri tarafından açıklandığı, serbest zaman engelleri ile baş etme stratejileri kümesinin %12.44'inin ise serbest zaman kolaylaştırıcıları kanonik değişkeni tarafından açıklandığı görülmektedir.

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN LEISURE NEGOTIATION STRATEGIES AND LEISURE FACILITATORS BY CANONICAL CORRELATION ANALYSIS

Introduction and Purpose: Analysing the relationship among leisure facilitators and negotiation strategy, which try to explain the behaviour of participation in leisure activities, is believed to play an important in clarifying the behaviour of participating in the activities. In this context, the purpose of this study is to investigate the association between the leisure facilitators and the leisure negotiation with the leisure constraints.

Method: The research population of this study is the students of Akdeniz University, while the research sample consists of 386 students attending Akdeniz University. Convenience sampling method is chosen for sampling of this study. "Leisure Facilitators Scale" developed by Kim et al. and adapted into Turkish by Gürbüz et al. was used for data gathering purposes; together with "Leisure Negotiation Strategies Scale" finalized by Beggs et al. and adapted into Turkish by Yerlisu Lapa who also tested the scale for construct validity.

Findings: Examining the research findings, it is observed that the most significant contribution to the U1 canonical variate that is defined as leisure facilitators come from .87 structural facilitators and .83 intrapersonal. The most significant contribution to the V1

canonical variate that is defined as the leisure constraints coping strategies comes from the .74 skill-acquisition and .66 financial management strategies.

Conclusion: In conclusion, it is discovered that 21.67% of the variance of leisure facilitator cluster is explained by the leisure negotiation; whereas 12.44% of the variance of leisure negotiations' cluster is explained by the canonical variate of leisure facilitators.

SB725

OTİZMLİ ÇOCUĞA SAHİP EBEVEYN PERSPEKTİFİ İLE SERBEST ZAMAN VE FİZİKSEL AKTİVİTE

[2]Halil Sarol, [1]İsmail Aydın, [3]İbrahim Gümüşboğa, [4]Hamdi Alper Güngörmüş, [5]Yusuf Alıcı

[1]Bartın Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, BARTIN
[2]Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, KIRIKKALE
[3]Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, ANKARA
[4]Manisa Celal Bayar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, MANİSA
[5]Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü, ESKİŞEHİR

Email : *hsarol@gmail.com , ismail.aydin2013@gmail.com, iibrahimgumusboga@gmail.com , hamdialper@gmail.com , yusufalici06@gmail.com*

Giriş ve Amaç

Bu araştırmanın amacı; otizmli çocuğa sahip ebeveynlerin serbest zaman ve fiziksel aktiviteyle ilgili görüşlerinin incelenmesidir.

Yöntem

Nitel araştırma yaklaşımının kullanıldığı çalışmanın örneklem gurubunu, otizmli çocuğu Ankara'daki bir Spor Kulübünde fiziksel aktivite programlarına katılan 10 ebeveyn oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini belirlemek için amaçlı örnekleme yöntemlerinden "ölçüt örnekleme yöntemi" kullanılmıştır. Kavramsal çerçeveyi oluşturmak ve görüşme sorularını hazırlamak amacıyla kapsamlı bir şekilde alan yazın taraması yapılmış ve iki alan uzmanının görüşleri doğrultusunda veri toplama aracı olarak 7 soruluk "yarı yapılandırılmış" görüşme formu hazırlanmıştır. Hazırlanan görüşme formu çerçevesinde; katılımcılarla görüşmeler yüz yüze gerçekleştirilmiş ve toplanan veriler içerik analiz yönetimiyle çözümlenmiştir. Araştırmada geçerlik ve güvenirliği sağlamak amacıyla katılımcılardan elde edilen veriler kayıt cihazına kaydedilerek verilerin kaybı önlenmiş, görüşme formunun yapılandırılmasında uzman görüşleri alınmış ve araştırma verileri birden fazla araştırmacı tarafından analiz edilmiştir.

Bulgular

Araştırma bulgularına göre otizmli çocuğu olan ebeveynlerin serbest zaman kavramını kendi kendine kaldığı zaman dilimi olarak algıladığı ve bu zaman diliminde daha çok fiziksel ve sosyal etkinliklere katılmayı tercih ettiği tespit edilmiştir. Ebeveynlerin otizmli bir çocuğa sahip olma durumunu serbest zamanlarını değerlendirme konusunda en önemli sınırlandırıcı faktör olarak görmesi elde edilen diğer bulgudur. Ailelerin otizmli çocuğunu fiziksel aktivite programı sunan bir spor kulübüne gönderme sebebinin daha çok özel eğitim alanındaki programlarının yetersiz olması ve fiziksel aktivite programların çocuklar için psikolojik, fiziksel ve sosyolojik faydalar sağlaması olduğu görülmektedir. Ayrıca otizmli çocukların fiziksel aktivite programına katılma durumu ebeveynlerinin serbest zaman süresinde bir artış yarattığı da elde edilen verilerden anlaşılmaktadır.

Sonuç

Sonuç olarak; otizmli çocuğu olan ebeveynlerin serbest zamanı kendi kendine kaldığı zaman dilimi olarak algıladığı ve fiziksel aktiviteleri kendileri için önemli bir serbest zaman değerlendirme biçimi; çocukları için ise zorunlu bir ihtiyaç olarak gördüğü söylenebilir.

LEISURE AND PHYSICAL ACTIVITY WITH THE PERSPECTIVE OF THE PARENT WHO HAS CHILD WITH AUTISM

Introduction and Purpose

The aim of this study is to analyze the opinions of parents who have child with autism about leisure and physical activity.

Method

The sample group of the study in which qualitative research is used is 10 parents whose child with autism attends any physical activity at a sports club in Ankara. Criterion sampling from purposeful sampling methods is used in order to define study group of the study. Literature review is done to form conceptual framework and prepare interview questions and 7-question semi-structured interview form is prepared as data collection tool in accordance with 2 domain experts` views. Within the frame of prepared interview form, face to face interviews are done and collected data is analyzed with content analysis method. Data collected from participants is saved to a recorder so as to provide reliability and validity, therefore data loss is prevented and research data is analyzed more than one researcher.

Findings

According to research findings, it is understood that parents who has child with autism consider leisure as the time with their own and they prefer to participate more in physical and social activities at this time period. Another finding is that parents consider that having a child with autism is the most important factor to limit using the leisure. The reason of parents` sending their children to sports club is that special education programs are inadequate and physical activity programs provide psychological, physical and sociological benefits. Furthermore, the fact that children with autism participate physical activity programs creates an increase in parents` participation of leisure.

Result

In conclusion, parents who have child with autism consider leisure as the time when they are with their own and they think that physical activities are important part of enjoying leisure whereas physical activities are necessary for their children.

SB727

KOCAELİ ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ'NDE OKUYAN BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENİ OLMAYA ADAY ÖĞRENCİLERİN YARATICI DRAMA YÖNTEMİNİ KULLANMAYA YÖNELİK ÖZ YETERLİK ALGILARININ İNCELENMESİ

***[1]Hakan Akdeniz*, [2]Berkay Özütok, [3]Şebnem Telci, [2]Hakan Akdeniz**

[1]Kocaeli Üniversitesi- Kocaeli
[2]Kocaeli Üniversitesi -kocaeli
[3]Kocaeli Üniversitesi-kocaeli

***Email :** hakanakdeniz@gmail.com, berkayozutok@hotmail.com, sebnemtelci@gmail.com, hakanakdeniz@gmail.com*

Araştırmanın amacı Kocaeli Üniversitesi'nde okumakta olan beden eğitimi öğretmenliği bölümü öğrencileri ve pedagojik formasyon eğitimi almış veya almakta olan diğer spor bilimleri fakültesi bölümlerinde okuyan öğrenciler de dahil beden eğitimi öğretmeni olmaya aday öğrencilerin yaratıcı drama yöntemini kullanmaya yönelik öz yeterlik algılarını belirlemektir.

Bu çalışma betimsel araştırma yöntemlerinden tarama modelinde yapılmıştır. Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi 2017-2018 eğitim-öğretim yılı bahar döneminde öğrenim görmekte olan ve pedagojik formasyon eğitimi alan 30'u beden eğitimi ve spor öğretmenliği , 39'u antrenörlük eğitimi , 27'si spor yönetciliği , 54'ü rekreasyon olmak üzere toplam 150 beden eğitimi ve spor öğretmen adayı bu araştırmanın çalışma grubunu oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Can ve Cantürk-Günhan (2009) tarafından geliştirilmiş 47 maddeden oluşan 5'li likert tipi "Yaratıcı Drama Yöntemini Kullanmaya Yönelik Öz Yeterlik Algısı Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmanın verilerinden elde edilen bulgulara göre, öğretmen adaylarının yaratıcı drama yöntemini kullanmaya yönelik öz yeterlik algısının olumlu olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Cinsiyet değişkenine ve bölüm düzeyi değişkenine bakıldığında anlamlı farklılıklar görülmüştür. Anahtar Kelimeler: Beden Eğitimi, Yaratıcı Drama, Öğretmenlik, Öz Yeterlik.

KOCAELI UNIVERSITY FOLLOW-UP OF SPORT SCIENCES EXAMINING THE PERCEPTIONS OF SELF-QUALIFICATION FOR THE USE OF CREATIVE DRAMA METHODS OF CANDIDATE STUDENTS TO BE A READING PHYSICAL EDUCATION TEACHER

The aim of the research is to determine the self-efficacy perceptions of students who are studying at Kocaeli University and who are candidates for physical education teachers, including those who are studying in department of physical education teacher education and other sports sciences faculty departments receiving or studying pedagogical formation.

This study was conducted in a screening model from descriptive research methods. Kocaeli University Faculty of Sports Sciences In the spring semester of 2017-2018 academic year, 30 students received education in pedagogical formation, 30 in physical education and sports teachers, 39 in coaching education, 27 in sports administration, 54 in recreation 150 physical education and sports teacher candidates constitute the working group of this research. A 5-point Likert-type scale consisting of 47 items developed by Can and Cantürk- Günhan (2009) was used as a data collection tool in the research, and the "Self-efficacy Perception Scale for Using Creative Drama Method" was used. According to the findings obtained from the researchers 'data, it was concluded that teacher candidates' self-efficacy perception using creative drama method was positive. Significant differences were observed when the gender variable and the episode level variable were examined. Key Words: Physical Education, Creative Drama, Teaching, Self - Efficacy.

SB742

SERBEST ZAMAN KOLAYLAŞTIRICILARI, SERBEST ZAMAN ENGELLERİ VE SERBEST ZAMAN İLGİLENİMİ ARASINDAKİ İLİŞKİ: YAPISAL EŞİTLİK MODELİ ÇALIŞMASI

[1]Funda Koçak, [1]Bülent Gürbüz, [1]Seçkin Doğaner, [1]Oğuz Özbek

[1]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

Email : *fkocak@ankara.edu.tr, bgurbuz@ankara.edu.tr, doganer@ankara.edu.tr, oozbek@sports.ankara.edu.tr*

Giriş ve Amaç

Geçtiğimiz son 20 yılda, serbest zaman aktivitelerine katılıma etki eden faktörlerin (engeller, kolaylaştırıcılar, motivasyon vb.) belirlenmesine yönelik birçok çalışma yapılmıştır. Ancak, özellikle de Türkiye'de bu faktörler arasındaki ilişkiyi ortaya koyan çalışma sayısı sınırlı sayıdadır. Bu noktadan hareketle, çalışmanın amacı serbest zaman kolaylaştırıcıları, serbest zaman engelleri (aracı değişken) ve serbest zaman ilgilenimi arasındaki ilişkinin yapısal bir modelini ortaya koymaktır.

Yöntem

Çalışmada egzersiz katılımcılarına Boş Zaman Engelleri Ölçeği, Serbest Zaman Kolaylaştırıcıları Ölçeği ve Serbest Zaman İlgilenimi Ölçeği'nin Türkçe versiyonları uygulanmıştır. Çalışmanın örneklem grubunu sağlık ve zindelik kulüplerinden kolayda örnekleme yolu ile seçilen 163 erkek (Ortyaş=24.92±8.40) ve 109 kadın (Ortyaş=22.70±5.87) olmak üzere toplam 272 kişi oluşturmuştur. Parametrik testlerin temel varsayımlarının test edilmesinden sonra, kurulan modelin test edilebilmesi için Yapısal Eşitlik Modeli (YEM)kullanılmıştır. Çalışmada kullanılan ölçeklerin güvenirliğini belirlemek için Cronbach Alpha katsayısı hesaplanmıştır. Analizler için AMOS 19.0 ve SPSS 21.0 programları kullanılmıştır.

Bulgular

Modele ilişkin değerler incelendiğinde, uyum iyiliği indekslerinin, $\chi 2/df$= 2.98, GFI= .93, NFI=.90, CFI=.93, IFI=.93, TLI=.90, RMR=.04, SRMR=.06, RMSEA=.08 olduğu belirlenmiştir. Ulaşılan bu değerler kurulan modelin uyum indekslerinin kabul edilebilir düzeyde olduğunu göstermektedir. Yapılan analizlere göre, serbest zaman kolaylaştırıcılarının serbest zaman engelleri (β=.44, $p<.01$) ve serbest zaman ilgilenimi (β=.69, $p<.01$) üzerinde anlamlı pozitif etkisinin olduğu bulunmuştur. Bununla birlikte serbest zaman kolaylaştırıcılarının serbest zaman ilgilenimi üzerinde dolaylı etkisi bulunmakta ve serbest zaman engelleri bu etkiye aracılık etmektedir (β= -.09, $p<.01$). Bu bulgular, çalışmada önerilen tüm hipotezleri doğrulamaktadır.

Sonuçlar

Sonuç olarak, serbest zaman kolaylaştırıcıları serbest zaman engellerini ve serbest zaman ilgilenimini etkilemektedir. Bu nedenle, bireylerin serbest zaman aktivitelerine katılımını artırmak için bu değişkenler arasındaki ilişkinin anlaşılması önemlidir. Sonuç olarak, çalışmadan elde edilen bulguların, yetişkin Türk bireylerin serbest zaman davranışlarını anlamak için serbest zaman programcıları ve uzmanları tarafından kullanılabileceği söylenebilir.

Anahtar Sözcükler: Serbest zaman, kolaylaştırıcılar, engeller, ilgilenim

RELATIONSHIPS AMONG LEISURE FACILITATORS, LEISURE CONSTRAINTS AND LEISURE INVOLVEMENT: STRUCTURAL EQUATION MODELLING STUDY

Introduction and Aim

For the last two decades, there were many studies focused on to examine the factors have effect on leisure participation (i.e., constraints, facilitators, motivation). However, there were limited study that test the relationships among these factors especially in Turkey. In this parallel, this study aimed to develop a structural model that examine the relationship between leisure facilitators, leisure constraints (mediating variable), and leisure involvement.

Method

The Turkish versions of three different scales (Leisure Constraints Questionnaire, Leisure Facilitators Scale, Leisure Involvement Scale) were administered to exercise participants. The participants of this study constituted of 163 male members (Mage=24.92±8.40) and 109 female members (Mage=22.70±5.87) who were selected from different health-fitness clubs by convenience sampling. After testing the basic statistical assumptions, Structural Equation Modeling (SEM) were used to test the hypothetic model. Cronbach's alphas were calculated to examine the each scales' internal consistency. AMOS and SPSS statistical program were used to analyze the data.

Findings

When the fit indexes were examined, the fit indexes of the model were $\chi 2/df$= 2.98, GFI= .93, NFI=.90, CFI=.93, IFI=.93, TLI=.90, RMR=.04, SRMR=.06, RMSEA=.08. The goodness of fit indexes indicated that these indexes of the proposed model were acceptable. Analysis also revealed that leisure facilitators had positively significant effect on leisure constraints (β=.44, $p<.01$) and leisure involvement (β=.69, $p<.01$). Further, leisure facilitators had an indirect effect on leisure involvement, and leisure constraints mediate this effect (β= -.09, $p<.01$). These findings provided support for the entire proposed hypothesis.

Results

As a conclusion, leisure facilitators had effects on leisure involvement and leisure constraints. Thus, it is important to understand the relationship between these variables to enhance leisure participation of individuals. Finally, this study suggest possible strategies to leisure programmers and leisure specialist to be understood about the leisure behaviors of Turkish adults.

Keywords: Leisure, facilitators, constraints, involvement

SB747

YETİŞKİN EĞLENCE EĞİLİMİ ÖZELLİĞİ ÖLÇEĞİ KISA FORMU TÜRKÇE GEÇERLİK GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI

[1]Levent Önal, [1]Fatih Bedir

[1]Atatürk Üniversitesi, Erzurum

Email : *levent.onal@atauni.edu.tr, fatih.bedir@atauni.edu.tr*

Bu çalışmanın amacı, Proyer (2012) tarafından yetişkin bireylerin eğlenceli bir kişiliğe sahip olup olmadıklarını değerlendirmek için geliştirmiş oldukları kısa form eğlenceli kişilik ölçeğinin (Adult playfulness Scales) Türkçe dil geçerlik güvenirlik çalışmasının yapılmasıdır. Çalışmaya Atatürk Üniversitesi'nde görev yapan 250 akademik personel katılmıştır. Envanterin yapı geçerliğini değerlendirmek için doğrulayıcı faktör analizi kullanılmıştır. Yapı geçerliğine ilişkin bulgular, orijinal envanterin tümüyle tutarlı olduğu tespit edilmiştir. Uyum indeks değerleri RMSEA=0.072, SRMR=0.066, NFI=0.92, NNFI=0.95 ve CFI=0.956 olarak belirlenmiştir. Envanterin iç tutarlık kat sayısı ise 0.90'dır. Sonuç olarak, "Yetişkin Eğlenceli Kişilik Ölçeği Kısa Formu" bireyler için geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı olduğunu söyleyebiliriz. Anahtar Kelimeler: Eğlenceli Kişilik, Geçerlilik, Güvenirlik.

THE STUDY ON TURKISH VALIDITY AND RELIABILITY OF SHOT MEASURE FOR ADULT PLAYFULNESS

The aim of this study is to perform validity and reliability study of the Turkish language of Adult playfulness Scales which was devoloped by Proyer (2012). In this study is comprised of 250 academicians at Atatürk University. Confirmatory factor analysis was used to assess the construct validity of the inventory. The findings concerning the construction, validity and factor structure is consistent with the all original inventories. Compliance index values are defined as RMSEA=0,072, SRMR=0,066, NFI=0,92, NNFI=0,95 and CFI =0,956. The internal consistency of the inventory value is 0,90. As a result, we can say that it is a reliable and valid measurement tool for individual of Adult playfulness Scales. Key words: Playfulness, Validity, Reliability.

SB763

YAPAY TIRMANIŞ DUVARINDA YAPILAN TIRMANIŞ ÇALIŞMALARININ ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN DENETİM ODAĞI ÜZERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

***[1]Güçlü Özen*, [2]Hanifi Üzüm**

[1]İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir
[2]Abant İzzet BAysal Üniversitesi, Bolu

Email : *guclu1234@yahoo.com, hanifiuzum@mynet.com*

Bu araştırmanın amacı üniversite öğrencilerinin katıldıkları rekreatif amaçlı yapay duvar tırmanışının onların denetim odağı üzerine etkisini belirlemektir. Yapay duvar tırmanışı, katılımcıları kendi sınırlarını ve diğerlerini tanıma fırsatları yaratan, onu pasif değil aktif kılan ve yaşayarak öğrenmesine yol açan sportif bir etkinliğin öte bir öğrenme noktası olarak karşımıza çıkmaktadır. Araştırma tek grup ön test-son test modelinde tasarlanmıştır. Çalışma evreni örneklemi ile aynı olup, üniversitemiz diş hekimliği fakültesinde okuyan ve tırmanış dersini seçmeli olarak alan ve çalışmamıza gönüllü katılan 59 öğrenciden (26 kadın, 33 erkek) oluşmaktadır. Araştırmamıza katılan gönüllü öğrenciler hafta içi bir gün, günde iki saat ve on dört hafta boyunca uygulamamıza katılmışlardır. Yaş grubuna uygun ısınma hareketleri ile başlayan çalışma yine o yaş grubuna uygun rotalarda önce üstten emniyetli daha sonrasında ise üstten emniyetli-lider tırmanışa uzanan bir gelişim şematiği içerisinde yapılandırılmıştır. Uygulama esnasında sadece tırmanma becerisi değil, aynı zamanda temel tırmanış teknikleri, temel düğümler, emniyet alma gibi konularda bilgi ve becerilerin kazanılması sağlanmıştır. Araştırmada öğrencilerin içsel ya da dışsal denetimli oluşlarını belirlemek amacıyla geçerlik çalışması Dağ (1991) tarafından yapılan ve Küçükkaragöz ve diğ. (2013) üniversite öğrencileri için uyarlama çalışması yapılan "Rotter (1966)'ın İç-Dış Kontrol Odağı Ölçeği" kullanılmıştır. Yapılan istatistiksel analizler sonucunda, cinsiyet farklılığı açısından incelendiğinde, ön test ve son test puanları arasında istatistiksel olarak bir fark bulunmaz iken ($p>0.05$), farkların farkı arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur($p<0.05$) . Toplam puanlar açısından bakıldığında ise ön test-son test puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmiştir ($p<0.05$). Sonuç olarak çalışmaya katılan üniversite öğrencilerin cinsiyet açısından denetim odaklarının benzer olduğu, ancak çalışma sonrası erkek öğrencilerde denetim odağı gelişiminin daha fazla gözlemlendiği düşünülmektedir.Toplam puanlar açısından çalışmaya katılan öğrencilerde denetim odağının dıştan içe doğru kaydığını ve olumlu bir gelişme yaşadıklarını söylenebilir. Anahtar Kelimeler: Denetim odağı, yaşayarak öğrenme, yapay duvar tırmanışı

THE IMPACT OF ARTIFICIAL WALL CLIMBING ON UNIVERSITY STUDENT'S LOCUS OF CONTROL

The aim of this study was to determine the effect of experience of the univercity students' participation on artificial wall climbing on their locus of control. Artifical wall climbing is a learning point beyond the sport activity that gives an opportunity to participants recognize their own limits and others and do they active not passive. The study was in pretest-posttest design as one group and the data was collected by survey. In this research, 59 students (26 female, 33 male), studied in Faculty of Dentistry and the attended climb class as an elective participated volunterly. The group participated artifcial wall climbing once a week and two hours, totel fourteen weeks. The activity started with warm-up suited to the age group, followed by an age-suitable developmental scheme that extended from top rope to lead climbing route. During the practice, not only climbing skills but also basic knowledge of climbing techniques, basic knots, and belaying were provided. It was used to determine students' internal and extenal locus of control in this study Generalized Expectancies for Internal Versus External Control of Reinforcement adapted to Turkish by Dağ (1991) and adapted for university students. As a result of the statistical analysis, no significant differences on gender differences were found between pre and post tests cores ($p>0.05$), but significant differences between the difference of the differences ($p>0.05$). As regards total scores, there was a statistically significant difference between the pre-test and post-test scores ($p<0.05$). Consequently, it could be said that the articifal wall climbing activities has a positive efect on the participants' locus of control, it caused a movement from out side to inside. And in terms of gender, participants' locus of control score was similar, but after partipation men have more gain than women. Keywords: Locus of control, learning by experience, artificial wall climbing

SB765

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN SERBEST ZAMAN TATMİNİ İLE UMUTSUZLUK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

***[1]Kübra Yelek*, [2]Kübra Yelek, [3]Nimet H. Korkmaz , [4]Serkan Pancar**

[1]Uludağ Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi
[2]Uludağ Üniversite, Spr Bilimleri Fakültesi, Bursa
[3]Uludağ Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Bursa
[4]Yeniceabat Anadolu Lisesi, Bursa

***Email :** yelekkubra@hotmail.com, yelekkubra@hotmail.com, nimet.korkmaz@outlook.com, sdpancar@gmail.com*

Bu araştırmanın amacı, üniversitede öğrenim görmekte olan öğrencilerin serbest zaman tatmin düzeyleri (SZTÖ) ve umutsuzluk düzeyleri arasında ki ilişkiyi incelemek ve farklı değişkenlere göre karşılaştırmaktır. Katılımcıların yaş ortalaması 20,59±1,827, SZTÖ ortalamaları 152,27±25,558, buö ortalama puanları 6,58±4,820 olduğu görülmüştür. Toplamda 499 kişi çalışmaya katıldı. Çalışmamızda umutsuzluk düzeylerinin belirlenmesi amacıyla, Beck ve arkadaşları tarafından geliştirilen "umutsuzluk ölçeği" ve 51 maddeyi içeren serbest zaman tatmin ölçeği veri toplama aracı olarak kullanıldı.. Sürekli değişkenlerin normal dağılıma uygunluk gösterip göstermediği shapiro-wilk testi ile test edildi. Normal dağılıma uygunluk gösteren sürekli değişkenler için tanımlayıcı istatistikler ortalama±standart sapma, normal dağılıma uygunluk göstermeyen sürekli değişkenler için medyan olarak belirtildi. Sürekli değişkenlerin gruplar arası karşılaştırılmasında mann-whitney u testi ve tek yönlü varyans analizleri kullanıldı. Sürekli değişkenler arasında ilişki olup olmadığı pearson sıra korelasyon katsayıları ile incelendi. Anlamlılık düzeyi $p<0.05$ olarak belirlendi ve spss 23.0 programı kullanıldı. Araştırma sonuçlarına göre, serbest zamana ve beck umutsuzluk anketinden alınan puanlar arasında pozitif yönde ilişki tespit edildi ($p<0.05$), ayrıca yaş arttıkça geleceğe dair umutların pozitif yönde arttığı tespit edildi ($p<0.05$). Serbest zaman tatmin düzeyleri bölümlere göre karşılaştırıldığında spor bilimleri fakültesi ve eğitim bilimleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edildi ($p<0.05$). Beck umutsuzluk ölçeğinden alınan puanlar karşılaştırıldığında spor bilimlerinde öğrenim görenler ile kredi ile öğrenim hayatını devam ettirenlerin geleceğe daha umutlu pozitif yönde olduğu tespit edildi ($p<0.05$). Sınıflara göre beck umutsuzluk ölçeği puanları karşılaştırıldığında 1. Sınıf öğrencilerinin 2. Sınıf öğrencilerine göre, 3. Sınıf öğrencilerinin ise 2. Sınıf öğrencilerine göre geleceğe dair umutsuz oldukları görülmüştür ($p<0.05$). Anahtar kelimeler: serbest zaman memnuniyeti, beck umutsuzluk ölçeği, kaygı

THE INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN UNIVERSITY STUDENTS 'FREE TIME ATTITUDE AND HOPELESSNESS LEVELS

The aim of this research was to examine the relationship between leisure satisfaction levels (LSS) and hopelessness levels of students who study at university and to compare them according to different variables. The participants' mean age was 20,59 ± 1,827, the LSS average was 152,27 ± 25,558, and the Beck Hopelessness Scale (BHS) mean score was 6,58 ± 4,820. A total of 499 people joined the study. The "Desperation Scale" developed by Beck and friends and the Leisure Satisfaction Scale containing 51 items were used as data collection tools in order to determine hopelessness levels in our study. Tested with Shapiro-Wilk test that continuous variables show eligibility to normal dispersion. Descriptive statistics for continuous variables conforming to normal dispersion mean ± standard deviation, median for continuous variables that do not appear in normal dispersion. Mann-Whitney U test and one-way analysis of variance were used for the comparison of continuous variables between groups. Pearson Correlation was also used. Significance level was determined as $p <0.05$ and SPSS 23.0 program was used. According to the results of the research, positive relationship was found between the scores obtained from the LSS and ($P <0.05$). Statistically significant difference was found between faculty of sport sciences and educational sciences ($P <0.05$). When BHS were compared, it was found that those who continue to study life in sports sciences and those who continue to study with credit have a more hopeful positive direction in the future ($P <0.05$). When BHS according to classes scores were compared, it was seen that class 1 students were desperate about the future according to the 2 nd class students and 3 nd class students were desparate according to the 2 nd ones ($P <0.05$). Key words: Leisure Satisfaction Levels, Beck Hopelessness Scale, Despair, Anxiety

SB775

SERBEST ZAMANDA SIKILMA ALGISI: İNTERNET BAĞIMLILIĞI VE ALGILANAN SOSYAL YETKİNLİK İLİŞKİSİ

***[1]Feyza Meryem Kara*, [2]Bülent Gürbüz**

[1]Kırıkkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, KIRIKKALE
[2]Ankara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

***Email :** feyzameryemkara@gmail.com,*

Giriş ve Amaç; Bu araştırmanın amacı; üniversite öğrencilerinin serbest zamanda sıkılma algısı, internet bağımlılığı ve algılanan sosyal yetkinlik düzeylerini bazı değişkenlere göre incelemek ve serbest zamanda sıkılma algısı, internet bağımlılığı ve algılanan sosyal yetkinlik arasındaki ilişkiyi belirlemektir. Yöntem; Araştırmanın çalışma grubunda toplam 430 (217 kadın ve 213 erkek) üniversite öğrencisi yer almıştır. Katılımcıların yaşları 18 ile 24 arasında (Ortyaş= 21.55±1.63) değişmektedir. Kolayda örnekleme metoduyla ile seçilen katılımcılar "Boş Zamanlarda Sıkılma Algısı Ölçeği (SZSAÖ), "Young İnternet Bağımlılığı Testi Kısa Formu" (YİBT-KF) ve Algılanan Sosyal Yetkinlik Ölçeği'ni (ASYÖ) cevaplamışlardır. Verilerin analizi için betimsel istatistikler, t-testi, MANOVA ve basit korelasyon testleri kullanılmıştır. Bulgular; MANOVA sonuçları, cinsiyet değişkeninin "SZSAÖ"nin tüm alt boyutlarında (sıkılma ve doyum) temel etkisinin anlamlı olduğu ($p<0.01$) belirlenmiştir. Alt boyutlar anlamında değerlendirildiğinde "SZSAÖ"nin sadece "doyum" alt boyutunda kadınlar lehine anlamlı farklılık bulunmuştur. T-test sonuçlarına göre ise, "ASYÖ" ve "YİBT-KF"da katılımcıların ortalama puanlarının cinsiyet değişkenine göre farklılaşmadığı ($p>0.05$) bulunmuştur. Katılımcıların serbest zamanlarında düzenli olarak fiziksel aktiviteye katılma durumlarına göre yapılan analiz sonuçlarına göre, fiziksel aktiviteye katılma değişkeninin "SZSAÖ"nin her iki alt boyutunda temel etkisinin anlamlı olduğu ($p< 0.01$) ve grupların alt boyutlardaki ortalama puanlarının da istatistiksel olarak anlamlı farklılaştığı sonucuna varılmıştır. Fiziksel aktiviteye düzenli olarak katıldığını belirtenlerin "sıkılma" alt boyutunda puanları diğerlerinden daha düşük iken "doyum" alt boyutundaki puanları daha yüksektir. Benzer şekilde, düzenli olarak fiziksel aktiviteye katılma bağımsız değişkeninin katılımcıların "ASYÖ" ve "YİBT-KF"daki puanlarında anlamlı farklılaşmaya neden olduğu belirlenmiştir ($p<0.05$). Korelasyon analizi sonucunda, katılımcıların "SZSAÖ"nin sıkılma alt boyut puanları ile "ASYÖ" ve "YİBT-KF" puanları arasında düşük düzeyde anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. Sonuç; Serbest zamanlarında fiziksel etkinliklere katılmayan bireylerin serbest zamandan sıkılma algılarının daha düşük olduğu buna karşın algılanan sosyal yetkinliklerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Sonuç olarak, katılımcıların sıkılma algılarının artmasıyla birlikte internet bağımlılıklarının da arttığı söylenebilir.

PERCEPTION OF BOREDOM IN LEISURE: RELATIONSHIP WITH INTERNET ADDICTION AND PERCEIVED SOCIAL COMPETENCE

Introduction and Aim; This study aimed to examine the adult's leisure boredom, internet addiction and perceived social competence level with regard to some variables, and to investigate the relationship between leisure boredom, internet addiction and perceived social competence. Method; Study participants were totally 430 (217 female and 213 male) university students. They ranged in age from 18 to 24 years old (Mage = 21.55±1.63). The participants who were chosen using a convenience sampling method filled the "Leisure Boredom Scale (LBS), "Young's Internet Addiction Test" (YIAT-SF) and Percieved Social Competence Scale (PSCS). Descriptive statistics, t-test, MANOVA, ANOVA and regression analysis were used to analyze the data. Findings; MANOVA results indicated that the main effect of the gender were significant ($p<0.01$) on the sub-dimensions of "LBS" and there were significant differences only in "satisfaction" subscales of "LBS" in favor of women participants. However, there were no significant differences in the mean scores of "YIAT-SF" and "PSCS" with respect to gender ($p> 0.05$). According to the MANOVA analysis, there were significant main effect of regularly physical activity participation on the scores of "LBS"s subscales ($p> 0.01$) and the mean scores of participants in these subscales differed significantly. While regularly physical activity participants had lower mean scores in "boredom" subscales, they had higher mean scores in the "satisfaction" subscales. Similarly, analysis revealed significant differences in the mean scores of "YIAT-SF" and "PSCS" with regard to regularly physical activity participation ($p<0.05$). Further, there were statistically significant

correlation between the mean scores of “boredom” and “YIAT-SF” and “PSCS”. Conclusion; It could be said that, while the perception of boredom scores of regularly physical activity participants were lower than the others, their perceived social competence were higher. As a result, participants’ internet addiction has increased with the increasing of boredom perceptions.

SB816

ORYANTİRİNG SPORU ALANINDA TÜRKİYE'DE YAPILAN AKADEMİK ARAŞTIRMALARIN DEĞİŞKENLER AÇISINDAN ANALİZİ

***[1]Fatih Bektaş*, [1]Sabiha kaya**

[1]Trabzon Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Trabzon, Türkiye

Email : *fatihbektas61@gmail.com, sabihakaya@hotmail.com.tr*

Oryantiring Sporu Alanında Türkiye'de Yapılan Akademik Araştırmaların Değişkenler Açısından Analizi

ÖZET

Giriş-Amaç: Bu çalışmada, Oryantiring Federasyonunun literatür oluşturma ve geliştirme amacı doğrultusunda, 2018 yılı alanyazın (Google Akademik, Yök Tez) taramasıyla elde edilen 30 makale, 19 yüksek lisans tezi ve 1 doktora tezinin değişkenler bakımından incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma gereksinimi; var olan tüm çalışmalar ışığında alana katkı sağlayacak ve güncel problemlere ışık tutacak verileri sağlam temellere dayandırma gerekliliğidir. Buradan hareketle var olan veriler yardımıyla ileriye dönük çalışmalarda, nitelikli ve öncelikli alanlarda bilgi üretilebilmesine katkı sağlanabileceği düşünülmektedir.

Yöntem: Çalışmada nitel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Veri toplama aracı olarak doküman incelemeden faydalanılmıştır. Veriler makale, tez ve tezlerde kendi içinde yüksek lisans ve doktora tezi olmak üzere gruplara ayrılmıştır. Bu aşamadan sonra Nvivo Pro 12 ile nitel araştırmalar da kullanılan program yardımıyla veriler üzerinde içerik analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda ortaya çıkan tema ve kategoriler anlamsal olarak gruplandırılmıştır.

Bulgular: Literatürde oryantiring sporu alanında 33 üniversite adına çalışma üretildiği görülmüştür. Bu araştırmaların değişkenleri olarak; araştırma alanları, antrenman, psikososyal, rekreasyon ve spor yönetimi olduğu açığa çıkmıştır. Araştırmaların yapıldığı bağlam çeşitliliği, dış çevre, kurumlar ve okuldur. Araştırmaların katılımcıları ise, antrenörler, öğrenci, öğretmen, sporcu, yönetimdeki kişiler ve diğerleridir. Çalışmalarda daha çok nicel yöntemler kullanılmış olup nitel yöntemlerde seçilmiştir. Elde edilen bulgular uygun grafiklerle görselleştirilerek sayısal değerlerle desteklenmiştir.

Sonuç: Oryantiring branşının, farklı bilim alanlarında kullanılabilirliği göz önünde bulundurularak, ülkemizde planlanacak akademik çalışmalarda, incelenen bu araştırmanın seçenekleri doğrultusunda, çalışılmamış veya geliştirilmesi gereken alanlar tespit edilmelidir. Bu sayede niteliği yüksek ve alana katkısı büyük çalışmaların elde edilmesi kolaylaşacaktır.

Anahtar Kelimeler; Oryantiring, nitel araştırma yöntemi, nvivo, literatür

ANALYSIS OF ACADEMIC RESEARCHES WHERE WERE CONDUCTED IN ORIENTEERING SPORT FIELD IN TURKEY WITH REGARD TO THE VARIABLES

Introduction and Purpose: In this study, it was aimed to examine the Oriental Federation's 30 articles, 19 postgraduate theses and 1 doctoral thesis which obtained from literature review (Google Academic, Yok thesis) in 2018 year in the direction of creating and developing literature with regards to the variables. Research need; is the necessity to base the data on the basis of all the existing studies to contribute to the field and highlight the current problems. From this point of view, it is considered that it is possible to contribute to the production of information in qualified and priority areas with the help of existing data.

Method: Qualitative research method was used in the study. Document review was used as a data collection tool. The data were divided into the groups including the article and thesis, and also the theses were divided into two groups including postgraduate thesis and doctoral thesis. After this phase, content analysis was performed on the data with the help of Nvivo Pro 12 program which is also used qualitative researches. The resulting themes and categories in the analysis are grouped semantically.

Findings: It was seen in the literature that orienteering sports are produced on behalf of 33 universities. As variables of these researches; research areas, training, psychosocial, recreation and sport management came to light. The diversity of contexts in which research is conducted is the external environment, institutions and school. The participants in the researches are coaches, students, teachers, athletes, managers and others. Quantitative methods were used in general, but also qualitative methods were chosen sometimes. Obtained findings were visualized with appropriate graphics and supported with numerical values.

Results: When considering the usable of the orienting branch in different scientific fields, the fields that have not been worked or developed should be determined.

Key Words: Orienteering, Qualitative Research Method, Nvivo

SB821

FİZİKSEL AKTİVİTEYE KATILIM: SAĞLIK MI? GÖRÜNÜŞ MÜ? MUTLULUK MU?

[2]Erman Öncü, [1]Vildan Akbulut, [3]Sonnur Küçük Kılıç, [1]Ferizan Parlar, [1]Neslihan Başkan

[1]Trabzon Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Trabzon
[2]Trabzon Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Trabzon
[3]Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Erzincan

Email : *eoncu@ktu.edu.tr, vkucuk@ktu.edu.tr, sonnur.kucukkilic@ktu.edu.tr, ferizanparlar@gmail.com, neslihanbaskan@ktu.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Bu araştırmanın amacı, serbest zaman etkinliği olarak Tenis, Yüzme ve Trekking aktivitelerine katılan bireylerin katılım motivasyonlarını bazı değişkenlere göre incelemektir.

Yöntem: Araştırmanın çalışma grubunu, serbest zamanlarında Tenis, Yüzme ve Trekking aktivitesi ile ilgilenen 255 katılımcı oluşturmaktadır. Çalışmada veri toplama aracı olarak 'Rekreasyonel Egzersiz Motivasyon Ölçeği (REMM)'nin üç boyutu (Sağlık, Görünüş, Mutluluk) kullanılmıştır. Verilerin analizinde; betimsel istatistik yöntemler, t-testi, ANOVA ve Pearson Correlation testleri kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırmadan elde edilen bulgular, katılımcıların Sağlık, Görünüş ve Mutluluk boyutu puanlarının orta seviyede olduğunu göstermektedir. Katılımcıların Sağlık ve Görünüş boyutu puanları cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmazken, Mutluluk boyutu puanları anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Medeni durum değişkenine göre ise katılımcıların Sağlık boyutu puanları anlamlı bir şekilde farklılaşmazken, Görünüş ve Mutluluk boyutu puanları anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Gelir durumu değişkenine göre katılımcıların Sağlık, Görünüş ve Mutluluk boyutu puanlarında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. Aktivite türü değişkenine göre katılımcıların Sağlık ve Görünüş boyutu puanları anlamlı bir şekilde farklılaşmakta, Mutluluk boyutu puanları ise anlamlı bir şekilde farklılaşmamaktadır. Ayrıca yaş değişkeni ile Sağlık boyutu puanları arasında pozitif yönde ve düşük düzeyde, Görünüş ve Mutluluk puanları arasında ise negatif yönde ve düşük düzeyde bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Diğer yandan aktiviteye katılım sıklığı ile Görünüş boyutu puanları arasındaki korelasyon katsayısı, aktiviteye katılım sıklığı ile Görünüş boyutu puanları arasında pozitif yönde ve düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir.

Sonuçlar: Araştırma sonuçları, kadınların katılım motivasyonlarının Mutluluk boyutunda, bekâr katılımcıların ise hem Görünüş ve hem de Mutluluk boyutunda daha yüksek olduğunu göstermektedir. Katılımcıların yaşları büyüdükçe katılım motivasyonları Sağlık boyutunda artmakta, Görünüş ve Mutluluk boyutunda ise azalmaktadır. Diğer yandan katılımcıların aktiviteye katılım sıklığı arttıkça Görünüş algısı motivasyonu da artmaktadır.

Anahtar kelimeler: Fiziksel aktivite, katılım motivasyonu, rekreasyon

PARTICIPATION IN PHYSICAL ACTIVITY: IS HEALTH? IS APPEARANCE? IS HAPPINESS?

Purpose:

The purpose of this research was to examine the participation motivations of individuals who participate in Tennis, Swimming and Trekking activities as leisure time activities according to some variables.

Method:

The research group of the study consisted of 255 participants who were interested in the activities of Tennis, Swimming and Trekking during their leisure time. Three dimensions (Health, Appearance, Happiness) of the 'The Physical Activity and Leisure Motivation Scale (PALMS)' was used as the data collection tool. Descriptive statistical methods, t-test, ANOVA and Pearson Correlation tests were used in the data analysis.

Findings:

The results of analysis indicated that participant's Health, Appearance and Happiness dimension scores were at middle level. While the Health and Appearance scores of the participants did not significantly differ according to gender, the Happiness scores differed significantly. According to the marital status variable, the Health scores of the participants did not significantly differ, whereas the scores of Appearance and Happiness differed significantly. There were no significant difference between Health, Appearance and Happiness scores and income. According to the activity type, the Health and Appearance scores of the participants differed significantly, and the Happiness scores did not differ significantly. While there was low and positive correlation between Health and age; there was low and negative correlation between age and Appearance and Happiness. Further, low and positive correlation was observed between activity participation frequency and Appearance.

Conclusion:

The results showed that motivations of women were higher at Health dimension, while the motivations of the single participants were higher in both the Appearance and Happiness dimensions. As the age of participants increases, the motivation for participation increases in the dimension of Health and decreases in the aspect of Appearance and Happiness dimensions. On the other hand, as the participation frequency of participants increases, the motivation for Appearance perception also increases.

Keywords: Physical activity, participation motivation, recreation

SB864

SERBEST ZAMAN ARAŞTIRMA DESENLERİNE YÖN VEREN SOSYAL PARADİGMALAR: SİSTEMATİK BİR İNCELEME

***[1]Elif Köse*, [1]Tennur Yerlisu Lapa**

[1]Akdeniz Üniversitesi, Antalya

Email : *elifkose9@gmail.com, tennur@akdeniz.edu.tr*

Araştırmacılar temel aldıkları felsefe ve bakış açısına dayalı olarak çalışmalarını yürütürler. Onları bir olayın arka planını anlama ve onu açıklama çabasına yönlendiren belli inanışları ve felsefi varsayımları bulunmaktadır. Bu felsefi varsayımlar araştırmaya rehberlik eden teorilerin seçiminden, araştırmanın yöntemi hatta deseni ve raporlamasına kadar her aşamasında ön plana çıkmaktadır. Bu çalışmanın amacı; ise rekreasyon alanında yapılan çalışmaları (veri toplama teknikleri, araştırma yöntemleri ve desenleri) paradigma bağlamında sistematik bir şekilde incelemek ve araştırmalarda yer alan paradigmaların tarihsel sürecine ışık tutmaktır. Bu çalışma sistematik inceleme olup çalışmada veri toplama yöntemi olarak doküman analizi kullanılmıştır. Araştırmanın örneklemi; amaçlı örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme tekniği kullanılarak belirlenmiştir. 9 Anahtar kelime kullanılarak yapılan alan yazın taraması sonucu; DergiPark kapsamında yer alan TÜBİTAK ve ULAKBİM veri tabanlarında 21 dergi (115 makale) ile TR Dizin kapsamında yer alan 3 dergi (19 makale) bulunmuştur. Yapılan çalışmada toplam 134 makale özet ve tam metin olmak üzere değerlendirilmiştir. Araştırma bulguları incelendiğinde; rekreasyon alanında yapılan makalelerin 1996 yılında başladığı, 2010 yılından sonra arttığı görülmektedir. Veri toplama tekniklerine göre amprik çalışmaların sayısı ampirik olmayan çalışmalara göre yaklaşık 9 kat fazla; ampirik çalışmalar içinde ise nicel çalışmalar yoğunluktadır. Nicel çalışmaların rekreasyon araştırmalarının tarihsel sürecine eşlik ettiği ancak nitel ve karma yöntem araştırmalarının 2010 yılı sonrası alanyazında görüldüğü tespit edilmiştir. Araştırma desenleri paradigma bağlamında ele alındığında ise yapısalcı paradigmanın oldukça baskın olduğu, yapısalcı paradigma bağlamında en çok ölçek çalışmalarının yapıldığı saptanmıştır. Bununla birlikte yorumlayıcı paradigma kapsamında yapılan çalışmaların yok denecek kadar az olduğu, radikal yapısalcı ve radikal hümanist paradigma ekseninde herhangi bir çalışmanın yapılmadığı görülmektedir. Son yıllarda rekreasyon alanında yapılan çalışmalar, paradigma değişimine ilişkin emareler göstermesine karşın alanyazında hala baskın olan ve en fazla ilgi gören çalışmaların yapısalcı paradigma kapsamında yer aldığı görülmektedir.

SOCIAL PARADIGMS IN GUIDING LEISURE RESEARCH DESIGN: A SYSTEMATIC ANALYSIS

Researchers conduct their studies in accordance with their perspective and philosophy that they ground on. There are philosophical hypothesis and specific beliefs that guide them to define and understand the underlying reasons of a case. These philosophical hypothesis stand out in every stage of the research including conducting the theory, type and method of the research and reporting. The purpose of this study is to review recreational studies systematically in the context of paradigms and enlighten historical process of paradigms in the research. This study is a systematic review. Document analyse is used as data collection technique. In accordance with the purpose of this study, literature review is performed in TR Dizin, TUBİTAK and ULAKBİM data bases by using 9 keywords in Turkish and English. 115 articles of 21 journals in TUBITAK and ULAKBIM; 19 articles of 3 journals in TR Dizin, in total 134 articles are evaluated based on both abstract and full review. It is shown that researches in recreation started in 1996, increased after 2010 when research findings are reviewed. The number of amprical studies are 9 times more than non-amprical studies in accordance with data collection techniques and quantitative researches compose the population of amprical studies. It is detected that historical process of recrational studies accompanied by quantitative researches but qualitative and mix type researches taken place in literature after 2010. Functional Paradigm is dominated when research types are embraced and survey researches performed more in the Functionalist Paradigm. In addition, the results are shown that there is a minute amount of Interpretive Paradigm based studies performed but there is not any study in Radical Humanist and Radical Structural Paradigms. The studies in recreation in last years indicate paradigm changes but studies with Functional Paradigms are still the most dominated and interested studies in literature.

SB921

DOĞA MACERA EĞİTİMİNİN RİSK ALMA VE ELEŞTİREL DÜŞÜNME ÜZERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

[1]Sırrı Cem Dinç, [1]Fatma Saçlı Uzunöz, [1]Burak Güneş

[1]Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Nevşehir

Email : *scem.dinc@gmail.com, fatmasacli@gmail.com, gunesburak82@gmail.com*

Giriş: Araştırmanın amacı, risk alma ve eleştirel düşünme becerilerinde doğa macera eğitimine katılıma bağlı anlamlı değişimlerin olup olmadığını incelemektir. Yöntem: Araştırmaya 19 kadın (Xyaş = 20.21 ± 1.96) ve 22 erkek (Xyaş = 19.90 ± 1.41) olmak üzere toplam 41 üniversite öğrencisi gönüllü olarak katılmıştır. Macera eğitimi süreci 8 hafta boyunca birer saatlik kuramsal derslerin sonunda Aladağlar Milli Parkı'nda gerçekleştirilen doğa kampçılığı ve yürüyüşü, interaktif doğa eğitimi ve zirve tırmanışı (3480 m) etkinliklerini içeren 5 günlük kampı kapsamıştır. Veriler Alana Özgü Risk Alma Ölçeği- Kısa Formu (DOSPERT) (Yavaş Tez ve Dinç, 2017) ve Eleştirel Düşünme Eğilimleri Ölçeği (KEDEÖ) (Kökdemir, 2003) ile kuramsal eğitim öncesi ve kamp sonrası olmak üzere öntest-sontest şeklinde toplanmıştır. Verilerin analizinde t-testi kullanılmıştır. Bulgular ve tartışma: Analiz sonuçlarına göre, katılımcıların etkinlik öncesi ve sonrası rekreasyonel risk alma boyutunda anlamlı artış (t=-2.82; p<.01), etik risk alma boyutunda ise anlamlı düşüş (t=2.09; p<.05) belirlenmiştir. Eleştirel düşünme alt boyutlarında ise sırasıyla analitiklik (t=-2.29; p<.05), açık fikirlilik (t=7.03; p<.001), meraklılık (t=-3.23; p<.05) alt boyutlarında ve eleştirel düşünme toplam puanında (t=-5.38; p<.001) anlamlı artış, kendine güven alt boyutunda ise anlamlı düşüş (t=2.67; p<.05) olduğu saptanmıştır. DOSPERT'ten alınan toplam puanlar dikkate alındığında; erkeklerin kadınlara oranla her iki ölçümde anlamlı ölçüde yüksek risk aldıkları (t^1=-5.53, p<.001;t^2=-2.61, p<.05), eleştirel düşünmenin ise cinsiyete göre farklılık göstermediği (p>.05) saptanmıştır. Sonuç: Sonuç olarak doğa macera eğitimlerinin özellikle rekreasyonel risk alma eğilimlerini arttırdığı, erkeklerin kadınlara göre risk alma eğilimlerinin daha yüksek olduğu, eğitimin eleştirel düşünme eğilimlerinde artışa neden olduğu ancak cinsiyetler arasında fark yaratmadığı söylenebilir. Anahtar Kelimeler: Doğa, Risk Alma, Macera, Eleştirel Düşünme

INVESTIGATION OF THE EFFECT OF OUTDOOR ADVENTURE EDUCATION ON RISK TAKING AND CRITICAL THINKING

Introduction: The purpose of the study was to examine whether there were meaningful changes in risk taking and critical thinking dispositions after the participation in outdoor adventure education. Method: A total of 41 university students, 19 female (M age = 20.21 ± 1.96) and 22 male (M age = 19.90 ± 1.41), voluntarily participated in the study. The adventure education was a 5-day experience that included outdoor camping and trekking, interactive games and summit climbing (3480 m) in the Aladağlar National Park after 8-week theoretical course one hour each. The data were collected as pre-posttest with Domain-Specific Risk-Taking (DOSPERT) Scale (Yavaş Tez ve Dinç, 2017) and Critical Think Thinking Disposition Inventory (CCTDI) (Kökdemir, 2003). The t-test was used in data analysis. Results: There was significant increase in recreational risk taking (t=-2.82; p<.01), while significant decrease in ethical dimension (t = 2.09; p <.05) of the DOSPERT from pre-test to post-test. There were significant increases in analyticity (t=-2.29; p<.05), open-mindedness (t=7.03; p<.001), inquisitiveness (t=-3.23; p<.05) and total scores (t=-5.38; p<.001) while significant decrease in self-confidence (t=2.67; p<.05) of CCTDI, respectively. It was seen that male participants had significantly higher scores than females in risk taking in both measures (t^1=-5.53, p<.001; t^2=-2.61, p<.05). Regarding critical thinking disposition, there was no significant difference according to gender (p>.05). Conclusion and Discussion: As a result, it can be said that outdoor adventure education had positive changes in risk taking and critical thinking dispositions at university students and male students took more risks than females in outdoor. Keywods: Outdoor, Risk Taking, Adventure, Critical Thinking

SB932

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOKULU MEZUNLARININ SPORTİF REKREASYONEL AKTİVİTELERE İLİŞKİN SAĞLIK İNANÇLARININ İNCELENMESİ

***[1]Mehmet Pense*, [2]Bayram Ali Dağlı**

[1]Selcuk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, KONYA
[2]Abdulhamid Han Ortaokulu, KONYA

***Email :** mpense@selcuk.edu.tr, bayramalidagli@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Sağlığı koruma ve geliştirme davranışı olarak rekreasyonel sporlar; bireylere fiziksel, ruhsal ve sosyal açıdan tam bir iyilik hali sunar. Bireylerin sağlık inancı sağlığı koruma davranışlarını belirler. Yöntem: Bu çalışma, Konya İli, Karatay, Meram ve Selçuklu ilçelerindeki kamu ve özel okullarda görev yapan, gönüllü beden eğitimi ve spor yüksekokulu mezunları üzerinde yürütülmüştür. Verilerin toplanılmasında, araştırmacı tarafından geliştirilen Sosyo- demografik bilgi formu ile Ertüzün ve ark. (2013) tarafından geliştirilen Sportif Rekreasyonel Aktivitelere İlişkin Sağlık İnanç Ölçeği (SRAİSİÖ) kullanılmıştır. SRAİSİÖ, 5 alt boyuttan ve 21 maddeden oluşan likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı tüm maddeler için 0.88, bu çalışmada ise 0.78'dir. Değişkenlerin normal dağılım gösterip göstermediği Skewness ve Kurtosis değerleri ile belirlenmiş ve değişkenlerin kategorik biçimine göre parametrik testlerden bağımsız gruplarda "t" testi, tek yönlü varyans analizi ve Ki-Kare testleri uygulanmıştır. Guruplar arasında belirlenen farklılıklar için ise Tukey (post-hoc) testi uygulanmıştır. Bulgular: Büyük şehirlerde görev yapan Beden Eğitimi Mezunları ile il ve ilçede görev yapan Beden Eğitimi mezunları arasında SRAİSİÖ'nin algılanan ciddiyet, psikososyal yarar ve fiziksel yarar alt boyutlarında anlamlı düzeyde farklılık olduğu saptanmıştır ($p<0.05$). Sonuç: Bulgulara göre büyükşehirlerde görev yapan Beden Eğitimi mezunlarının il ve ilçede görev yapanlara göre rekreatif etkinliklere katılırken daha yüksek düzeyde ciddiyet algıladıkları ve bu katılma bağlı olarak daha yüksek düzeyde psikososyal ve fiziksel yarar sağladıkları tespit edilmiştir. Kaynaklar: Ertuzun, E., Bodur, S., &Karakucuk, S. (2013). The Development of Health-beliefScale on SportiveRecreationalActivities. Procedia-SocialandBehavioralSciences, 89, p. 509-516.

INVESTIGATION OF HEALTH BELİEFS ON SPORTS RECREATIONAL ACTIVITIES OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORT COLLEGE GRADUATES

Background: Recreational sports as a health protection and promotion behavior provide individuals with a complete wellbeing in terms of physical, spiritual, and social aspects. Individuals health belief determines behaviors of individuals for protecting their health. Method: This study has been carried out on volunteer physical education and sports college graduates who work in public and private schools in the provinces of Konya, Karatay, Meram and Selçuklu. Personal information form prepared by the researchers and Health Belief Scale in Recreational Sport Activities (HBSRSA) in developed by Ertüzün et al., were use to collect the data. HBSRSA is Likert-type scale consists of five dimensions and 21 items. The coefficient of internal consistency of the scale is 0.88 for all items and 0.78 for this study. The normal distribution of the variables was determined by the values of Skewness and Kurtosis. Independent samples t test, one way analysis of variance, Chi-square test, and Tukey test were used to analyze the data. Results: It was found that there was a significant difference between Physical Education Graduates working in metropolitan cities and Physical Education Graduates working in provinces and districts at perceived seriousness, psychosocial benefit and physical benefit subscales of HBSRSA ($p <0.05$). Conclusion: it was determined that the physical education graduates who work in the metropolitan cities perceive a higher level of seriousness than those who work in provinces and districts while participating in recreational activities. It has been found that they have a higher level of psychosocial and physical benefit depending on this participation. References: Ertüzün, E, Bodur, S, & Karaküçük, S. (2013). The Development of Health-Belief Scale on Sportive Recreational Activities. Procedia-Social and Behavioral Sciences, 89, p: 509-516.

SPOR BİYOMEKANİĞİ VE KİNESİYOLOJİ / SPORT BIOMECHANICS AND KINESIOLOGY

SB124

DİNGİN GÖZ SÜRESİ VE MOTOR USTALIK: BASKETBOLDA SERBEST ATIŞ

[1]Ece Ayaz, [2]Berfin Serdil Örs, [1]Deniz Şimşek

[1]Eskişehir
[2]Aydın

Email : *eayaz@anaolu.edu.tr, bsutcu@adu.edu.tr, ds@anadolu.edu.tr*

ÖZET Amaç: Gerçekleştirilen çalışmada, basketbolda serbest atışı sırasında profesyonel ve amatör basketbol oyuncuları arasındaki görsel takip strateji farklılıklarının var olup olmadığı araştırılmıştır. Yöntem: Çalışmaya görme bozukluğu veya patolojisi olmayan 10 profesyonel ve 12 amatör olmak üzere toplam 22 sporcu dahil edilmiştir. 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. Her sporcu toplamda 10 atış gerçekleştirmiştir. Çalışmanın istatistiksel analizleri SPSS 22.0 (SPSS Inc., Chicago, IL) paket programının deneme sürümü kullanılarak yapılmıştır. 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 basketbolcuların 10`ar atışlarının analizlerinin ortalama %70'i isabetli, amatör basketbolcuların ise %27.5'i isabetli atış olarak kaydedilmiştir. Profesyonel basketbolcuların isabetli atışlar sırasındaki dingin göz (QE) süreleri ~834ms, basarisiz atışlar sırasındaki QE süreleri ise ~590ms olarak belirlenmiştir. Amatör basketbolcuların isabetli atışlar sırasındaki QE süreleri ~529ms, başarısız atışlar sırasındaki QE süreleri ise ~419ms olarak belirlenmiştir. Araştırma bulguları profesyonel basketbolcuların amatör basketbolculara göre istatistiki anlamda daha uzun süreli dingin göz (QE) geliştirdiklerini ortaya koymaktadır($p<0.001$). Sonuç: Araştırma sonucunda elde edilen bilgiler ile, profesyonel basketbolcuların QE sürelerinin belirlenmesi ile profesyonel sporcuların sergiledikleri bu görsel stratejilerin amatör-orta düzey sporculara öğretilmesi açısından büyük önem taşıyacağı düşünülmektedir. Anahtar Kelimeler: Dingin Göz, Tobii Pro Glasses, basketbol

THE QUIET EYE DURATION AND MOTOR EXPERTISE: FREE THROW IN BASKETBALL

ABTRACT Aim: In the study conducted, it was researched whether there were visual pursuit strategies differences between professional and amateur basketball players during basketball free throw. Method: A total of 22 athletes, 10 professional and 12 amateur, with no visual impairment or pathology were included in the study. The visual pursuit strategies of players were recorded with Tobii Pro Glasses 2 eye tracking system. System works by recording angle of view in a video image of binocular cornea reflection relative to an integrated camera, measuring position of pupil and cornea reflection. Players performed 10 throw in total. Statistical analyses of the study were conducted using the trial version of the SPSS 22.0 (SPSS Inc., Chicago, IL) package program. Normality of data recorded during successful and unsuccessful shots were tested by Shapiro-Wilk. All data for successful and unsuccessful shots were analysed with independent samples t test. Results: 70% of the professional basketball players' shots and 27.5% of amateur basketball players' shots were recorded as successful shots. Quiet eye (QE) duration of professional players for successful and unsuccessful shots were recorded respectively as follows; ~834ms and ~590ms. Amateur basketball players' QE durations were determined to be ~ 529 ms for successful and ~ 419 ms for unsuccessful shots. The findings of the research reveal that professional basketball players have a longer period of QE compared to amateur basketball players ($p<0.001$). Conclusion: It is thought that these visual strategies presented by professional athletes will be of great importance in terms of teaching amateur-intermediate level athletes by determining the information obtained from the research and the QE periods of professional basketball players. Keywords: Quiet eye, Tobii Pro Glasses, basketball

SB125

DART ATIŞINDA GÖRSEL-MOTOR KONTROL: DİNGİN GÖZ VE İSABETLİLİK

***[1]Berfin Serdil Örs*, [2]Ece Ayaz, [2]Deniz Şimşek**

[1]Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Aydın
[2]Eskişehir Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Eskişehir

***Email :** bsutcu@adu.edu.tr, eceayaz12@gmail.com, deniz_yenigelen26@hotmail.com*

Hareketsiz göz (HG), kişi motor beceriyi veya başka bir beceriyi gerçekleştirirken kaydedilen bakışın yerinin, başlangıcının, sapmanın ve süresinin objektif bir ölçümüdür. HG süresince, belirli bir konum ya da nesne üzerinde, hareket başlatmadan önce başlayarak ve belirli bir konumdan sapan bir bakış açısını dengeleyerek, sabitleme ya da izlemeye devam edilir. Hareketin düzenlenme süreci hizalama ve/veya fleksiyon fazlarında HG fiksasyonu sırasında meydana gelir ve dart atılırken hedef üzerinde tutturulacak herhangi bir fiksasyon ihtiyacını ortadan kaldırır. Dart atışında, HG hedefe doğru kolun ekstansiyonundan önce hedef üzerindeki son fiksasyon olarak tanımlanmaktadır. Çalışmanın amacı, darta isabet eden ve etmeyen atışlar için katılımcıları HG modellerini incelemektir. Çalışmaya on üniversite öğrencisi gönüllü olarak katılmıştır. Dart tahtası yarışma dartlarında olduğu gibi, ayak çizgisinden 2.36m uzağa, 1.72m yüksekliğe yerleştirilmiştir. 24gr ağırlığındaki dart kullanılmıştır. Katılımcıların görsel arama davranışı Tobii Pro Glasses 2 marka göz takip cihazı ile kaydedilmiş ve Tobii Pro Glasses Analiz programıyla analiz edilmiştir. Katılımcılar on atış gerçekleştirmiştir, bu atışlarda sergiledikleri HG davranışları başarılı ve başarısız atışlar için karşılaştırılmıştır. Atışlar arasında fark olup olmadığı Mann-Whitney U testi ile belirlenmiştir. İsabetli ve isabetsiz atışlardaki HG süresi anlamlı olarak farklı bulunmuştur (p=0.023).İsabetli atışlardaki HG süresi (Ortalama±Standart Sapma:667.31±94.83) hareketsiz atışa (Ortalama±Standart Sapma:479.32±35.17) göre anlamlı olarak daha uzundur. Çalışmanın sonuçları ve literatürde yer alan bilgilerin doğrultusunda atışın tamamlanması sürecinde hedef üzerinde fiksasyon sağlanması gerekli değildir. HG kolun erken fleksiyonu boyunca başlamalı ve kolun ekstansiyonunun hemen öncesinde tamamlanmalıdır. Önemli olan, atışın hızlı, akıcı biçimde gerçekleştirilmesidir. Bakış, hedefin merkezinde tutulmamış olsa bile, doğru HG davranışı ve süresiyle sporcular isabetli atış gerçekleştirilebilir.

ANAHTAR KELİMELER: dart, hareketsiz göz, Tobii Pro Glasses

VISUO-MOTOR CONTROL IN THE DART THROW: QUIET EYE AND ACCURACY

Quiet eye(QE) is an objective measure of location,onset,offset and duration of a fixation or tracking gaze recorded while participant performs a motor or other skill.During QE, fixation or tracking is maintained on a specific location or object in space,with onset in advance of movement initiation and offset a function of the gaze deviating off a specified location. The process of organizing movement would occur during QE fixation in alignment and/or flexion phases,removing any need for fixation to be maintained on the target as dart was thrown. In dart throw,QE is defined as the final fixation on the target prior to the extension of the arm toward the target.The aim of the current study was to analyze QE of participants for both hits and misses.10university students volunteered for study. Dart board was positioned as in competitive darts, 2.36m from foot line at a height of 1.72m.Participants' visual search behavior was recorded with Tobii Pro Glasses 2 eye tracking device and analyzed with the Tobii Pro Glasses Analysis program. 10shots were done, QE behaviours during these shots were examined for hits and missed shots. The difference between shots was determined by Mann-Whitney U test. QE duration for succesful shots were found to be statistically different than missed shots(p=0.023).QE duration for succesful shots(Mean±Standard Deviation: 667.31±94.83) was significantly longer than misses shots(Mean±StandardDeviation:479.32±35.17).According to findings of both this study and literature; it can be reported that during completion of throw, it is not neccessary to maintain fixatation on target. QE should start during early flexion of arm and should end just prior to the arm extension.It is important to perform the throw in a fluid quick manner, even if the gaze is not hold on target center, athletes can perform succesful hits with the correct QE movement and duration. KEYWORDS: dart, quiet eye, Tobii Pro Glasses

SB126

RİTMİK CİMNASTİKTE PENCHÉ DENGE ELEMENTİNİN PEDOGRAFİK, KASSAL VE BİYOMEKANİKSEL ÇÖZÜMLEMESİ

***[1]Berfin Serdil Örs*, [2]Nurten Dinç, [3]Deniz Şimşek, [3]İsmail Bayram, [4]A. Ruhi Soylu, [1]Esin Ergin, [3]Hayri Ertan**

[1]Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Aydın
[2]Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Manisa
[3]Eskişehir Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Eskişehir
[4]Hacettepe Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Biyofizik Anabilim Dalı, Ankara

***Email :** bsutcu@adu.edu.tr, nurten.dinc@hotmail.com, deniz_yenigelen26@hotmail.com, i.bayram43@gmail.com , a.ruhi.soylu@gmail.com, esinergin7@gmail.com, hayriertan@gmail.com*

Çalışmada ritmik cimnastikçilerin penché denge elementini uygulamaları sırasında sergiledikleri kassal aktivasyon stratejilerinin, plantar basınç değişimlerinin ve eklemlerin kinematik parametrelerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda, penché denge elementinin pedografik, kassal ve biyomekaniksel stratejileri eş zamanlı incelenmiştir. Penché denge sırasındaki plantar basınç değişkenlerinin, 13 farklı kasın kassal aktivasyon stratejilerinin ve sekiz ekleme ait açı değişimlerinin belirlenmesi için çalışmaya elit ve amatör düzeyde yarışan 15 ritmik cimnastikçi katılmıştır. Penché denge elementi 3 faza bölünmüş, analizler herbir kişi için fazlar boyunca ayrı ayrı gerçekleştirilmiştir. Destek ayak statik plantar basınç parametreleri (maksimal kuvvet, temas alanı, ortalama basınç, zirve basınç) EMED-XL (Novel Gmbh, Münih, Almanya) elektronik pedografi cihazı ile, alt-üst ekstremite kaslarına (M. Tibialis Anterior, M. Gastrocnemius, M. Peroneus Longus, M. Vastus Lateralis, M. Vastus Medialis, M. Rectus Femoris, M. Biceps Femoris, M. Rectus Abdominis, M. Erector Spinae, M. Deltoid Middle, M. Pectoralis Major, M. Trapez Middle, M. Gluteus Maksimus) ait kassal aktivasyon stratejileri 16 kanallı kablosuz yüzey elektrotları (Delsys Trigno, USA) kullanılarak belirlenmiştir. Eklemlerin zamana bağlı açı değişimleri için iki boyutlu görüntü analizleri Kinevoa 0.8.15 yazılımı kullanılarak analiz edilmiştir. Gruplar arası fark bağımsız örneklemler t testi ve Mann Whitney U testi ile, grupxfaz etkisi iki yönlü tekrarlı ölçümler varyans analiziyle (ANOVA) incelenmiş, istatistiksel anlamlılık düzeyi $p<0.05$ kabul edilmiştir. Plantar basınç değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı fark göstermemiştir ($p>0.05$). Hazırlık fazı için M. Deltoid Middle (MDM) ve asıl faz için M. Trapezius Middle (MTM) aktivasyonu gruplar arasında farklı bulunmuştur ($p<0.05$). Savurma bacağı (SL) ve gövde fleksiyonu (TA) açı değişimi tüm fazlar için gruplar arasında farklı bulunmuştur ($p<0.05$). Çalışmanın sonuçları penché denge süresince kol ve core bölgesi kaslarının önemli rol oynadığını belirtmektedir. Ayrıca, cimnastikçilerin penché denge sırasında daha düşük M. Gastrocnemius (MGAS) ve daha yüksek M. Tibialis Anterior (MTA) aktivasyonu ile daha iyi bir stabilizasyona sahip oldukları söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: elektromiyografi (EMG), kas aktivasyonu, penché denge, plantar basınç

PEDOBAROGRAPHIC, MUSCULAR AND BIOMECHANICAL ANALYSIS OF PENCHÉ BALANCE ON RHYTHMIC GYMNASTICS

The aim of current study was to analyse muscular activation strategies, plantar pressure changes and kinematic parameters of joints during penché balance for rhythmic gymnasts. In line with stated purpose, pedographic, muscular and, biomechanical strategies were evaluated simultaneously for penché balance. Fifteen rhythmic gymnasts competing at elite and amateur level attended to study to determine plantar pressure variables, muscular activation strategies of 13 different muscles and the angle changes of eight joints during penché balance. Penché was divided into 3 phases, analysis were done individually for each phase. Static plantar pressure parameters' of support foot (maximal force,contact area,mean pressure,peak pressure) were measured with EMED-XL (Novel Gmbh, Munich,Germany) pedography platform, lower-upper extremite muscles' muscular strategies (M.Tibialis Anterior, M.Gastrocnemius, M.Peroneus Longus, M.Vastus Lateralis, M.Vastus Medialis, M.Rectus Femoris, M.Biceps Femoris, M.Rectus Abdominis, M.Erector

Spinae, M.Deltoid Middle, M.Pectoralis Major, M.Trapez Middle, M.Gluteus Maximus) were recorded by 16channel wireless surface electrodes (Delsys Trigno, USA). Two dimensional image analysis were done by using Kinovea 0.8.15 software to determine angle changes of joints by time. Differences for groups were tested by independent samples t test/Mann Whitney U test, groupxphase interaction was analysed by two way repeated ANOVA, the significancy value was set at $p<0.05$. There was no statistically significant difference for plantar pressure variables ($p>0.05$). M. Deltoid Middle (MDM) and M. Trapez Middle (MTM) activation for preparation phase found to be statisticaly different ($p<0.05$). Swing Leg (SL) and trunk flexion (TA) angle changes for all phases were statistically different ($p<0.05$). The results of the study indicate that arm and core muscles play an important role during the penché balance. In addition, gymnasts may have a better stabilization with lower m. Gastrocnemius (MGAS) and higher M. Tibialis Anterior (MTA) activation during penché balance.

Key Words: electromyography (EMG), muscle activation, penché balance, plantar pressure

SB142

FARKLI UZMANLIK DÜZEYİNE SAHİP OKÇULARIN KİNETİK, KİNEMATİK VE KASSAL AKTİVASYON STRATEJİLERİ

[1]Deniz Simsek*, [2]Deniz Simsek, [2]Ali Onur Cerrah, [2]Hayri Ertan, [3]Abdullah Ruhi Soylu

[1]Eskisehir Teknik Universitesi
[2]Eskişehir Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi
[3]Hacettepe Üniversitesi Biyofizik Anabilim Dali

***Email :** deniz_yenigelen26@hotmail.com, ds@anadolu.edu.tr, ahonocerrah@anadolu.edu.tr, hayriertan@gmail.com,*

Gerçekleştirilen çalışmanın amacı farklı uzmanlık düzeyine sahip okçuların kassal aktivasyon stratejilerini, kinematik analizlerini ve zemin reaksiyon kuvvetlerini (ZRK) incelemektir. 27 Erkek okçu [Elit:n=9; Orta Düzey:n=9; Acemi:n=9] çalışmaya gönüllü olarak dahil edilmiştir. Okçuların18m mesafeden hedefe gerçekleştirilen başarılı atışlar sırasında anterior-posterior zemin reaksiyon kuvveti (APZRK-Fy) ve medio-lateral zemin reaksiyon kuvveti (MLZRK-fx) değerleri kuvvet platform ile kayıt edilmiştir. Ön kol ve omuz kasları olmak üzere toplam 9 kasın kassal aktivasyon değerleri analiz edilmiştir. Tüm istatistiksel analizler SPSS 22.0 for Windows software (SPSS Inc., Chicago, IL) kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Araştırma bulgularında, grupların eklem açılarında herhangi bir istatistiki farklılık saptanmamıştır($p > 0.05$). Okçu grupların kassal aktivasyon değerlerinde (flexor digitorum superficialis, extensor digitorum communis, deltoids middle, deltoids posterior, trapezius pars ascendens, trapezius pars transversa, and trapezius pars descendens) istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar gözlenmiştir ($p<0.05$). Ayrıca, elit grubun, orta düzey ve acemi grupla karşılaştırıldığında en az basınç merkezi yer degişimine, APZRK ve MLZRK sahip olduğu belirlenmiştir. Ancak, gruplar arasında APZRK ve MLZRK değerleri arasında önemli derecede farklılık saptanmamıştır($p > 0.05$). Elit grubun basınç merkezi yer değişim değerleri acemi okçu grubundan önemli derecede düşük olduğu gözlenmiştir($p<0.05$). Araştırmanın sonucunda, elit okçuların kirişi çekmek için distal (önkol) kasları daha az kullandığını, ancak proksimal (omuz) ve aksiyel (trapezius) kasları daha çok kullanıldığını, orta seviye ve acemi okçuların ise distal kasları daha fazla kullandıkları saptanmıştır. Ayrıca, vücut salınımı ve uzmanlık düzeyi arasında ilişkinin olduğu ifade edilebilir. Yataydaki salınımı en aza indirmek için, (1) okçuların, kirişi aksiyal ve proksimal kaslarını devreye sokarak taşımaları gerektiği, (2) APZRK, MLZRK ve basinç merkezi salınım değerleri dahil olmak üzere görsel kuvvet geri bildirim eğitimi önerilebilir.

KINETIC, KINEMATIC AND MUSCULAR ACTIVATION STRATEGIES AMONG ARCHERS WITH DIFFERENT LEVELS OF EXPERTISE

The aim of this study was to examine the muscular activation strategy, kinematic analysis and ground reaction forces (GRFs) of archers with different levels of expertise. Twenty-seven male archers [Elite Archers: n=9; Mid-Level Archers=9; Beginner Archers: n=9] volunteered to participate in the current study. Anterior-posterior ground reaction force (APGRF-Fy) and medio-lateral ground reaction force (MLGRF-Fx) collected by force platform during the successful shots towards the target from a distance of 18 m. The activation of nine forearm and shoulder girdle muscles were analyzed. All statistical analyses were completed using SPSS 22.0 for Windows software (SPSS Inc., Chicago, IL). There were no statistically significant differences ($p>0.05$) in the joint angles. Statistically significant differences were observed among the archery groups in the activation of muscles (flexor digitorum superficialis, extensor digitorum communis, deltoids middle, deltoids posterior, trapezius pars ascendens, trapezius pars transversa, and trapezius pars descendens) ($p<0.05$). Moreover, elite group had the least CoP sway, APGRF and MLGRF during all phases comparing to both mid-level, beginner level archers. However the differences in APGRF and MLGRF between groups didn't reach the significance level ($p > 0.05$). The sway range of CoP values of elite group were significantly smaller than the values of beginner group ($p<0.05$). The results of this study, indicated that in order to pull the bowstring, the elite archers used distal (forearm) muscles less, but used proximal (shoulder) and axial (trapezius) muscles more, while the mid-level and novice archers used distal muscles more. Also, it was observed that the relationship between body sway and expertise level. To minimize horizontal oscillation, it is suggested that (1) archers carry the weight with their axial and proximal muscles, (2) instantaneous visual force feedback training including APGRF, MLGRF and CoP sway values.

SB179

SAĞLIKLI VE ÖN-ÇAPRAZ BAĞ AMELİYATLI BİREYLERDE QUADRİCEPS KAS GÜCÜ-EMG KARŞILAŞTIRMASI

***[1]Cihan Eser*, [1]Gulcan Harput, [2]Deniz Simsek, [1]A. Ruhi Soylu**

[1]Hacettepe Universitesi, Saglik Bilimleri Fakultesi, Ankara
[2]Anadolu Universitesi, Spor Bilimleri Fakultesi, Eskisehir

***Email :** cihaneser@hacettepe.edu.tr, aktas.gulcan@hacettepe.edu.tr, ds@anadolu.edu.tr, aruhisoylu@hacettepe.edu.tr*

Amaç: Elektromyografi (EMG) için gereken maksimum istemli izometrik kasılma (MVIC) analiz süresi, kas gücü ve iyileşme sürecini ölçmede çok önemlidir. Bu çalışmanın amacı, bu süreleri ve karşılık gelen kuvvet değerlerini, bir sağlıklı ve bir ön-çapraz bağ (ÖÇB) ameliyatlı grup bireylerinin baskın ve baskın olmayan kasları arasında ölçmek ve kıyaslama yapmaktır.

Metod: Bu çalışmaya 13 sağlıklı ve 13 hasta gönüllü birey katılmıştır (Sağlıklı vs. Hasta grup; yaş: 24.69 ± 2.84 vs. 25.8 ± 7.31 yıl; boy: 174.62 ± 4.13 vs. 180.9 ± 8.20 cm; vücut ağırlığı; 73.77 ± 9.96 vs. 81.4 ± 11.60 kg; VKİ: 24.22 ± 3.31 vs. 24.8 ± 3.12 kg/m2). Vastus medialis ve lateralis kas aktiviteleri ile kuvvet değerleri aynı anda kaydedildi. Kıyaslanan değerler a-) hasta grubu ameliyatlı ayak vs. kontrol grubu baskın-olmayan ayak, b-) hasta grubu sağlıklı ayak vs. kontrol grubu dominant ayak, olarak ölçüldü (Mann Whitney-U testi)

Sonuçlar: Kuvvet ve zaman açısından istatistik fark değerleri gösterildi (Tablo 1). Maksimum-kuvvet zamanları arasında fark olmasa da kuvvet değerleri arasında çok belirgin bir fark vardır.

Tartışma: Maksimum-kuvvet değerleri gruplar arasında farklı değildir. Fakat gruplar-arası kuvvetler arasında anlamlı bir fark vardır. Sağlıklı ve ÖÇB-ameliyatlı gruplar arasında analiz süresi aynı olarak değerlendirilebilir. Maksimum-kuvvet değerleri 2 grup için de doğru ölçülmüş olacaktır.

Tablo 1. Ortalama A) Kuvvet (N/kg) ± std ve B) Zaman(s) ± std değerleri ve İstatistik Karşılaştırmalar

[Grup= Sağlıklı vs. Baskın kaslar]

1- Hasta(n=65) değerleri; A) 5.98 ± 1.93 B) 7.17 ± 2.77; 2- Kontrol(n=62) değerleri; A) 4.57 ± 1.65 B) 7.34 ± 2.42; p-değerleri; (1A-2A): <0.01. (1B-2B): 0.73

[Grup= Ameliyatlı vs. Baskın-olm kaslar]

1- Hasta(n=63) değerleri; A) 5.95 ± 2.14 B) 7.11 ± 2.64; 2- Kontrol(n=65) değerleri; A) 4.58 ± 1.68 B) 6.91 ± 2.40; p-değerleri; (1A-2B): <0.01. (1B-2B): 0.65

COMPARISON OF QUADRICEPS MUSCLE FORCE-EMG RELATIONSHIP BETWEEN HEALTHY INDIVIDUALS AND ANTERIOR CRUCIATE LIGAMENT RECONSTRUCTED PATIENTS

Objective: MVIC analysis duration used for EMG normalization is important to evaluate muscle force and recovery. The aim of this study was to measure and compare these durations and corresponding force values between dominant and non-dominant legs of a healthy and an ACL-reconstructed group.

Methods: 13 healthy and 13 patients were included in this study (Healthy vs. Patient group; age: 24.69 ± 2.84 vs. 25.8 ± 7.31 years; height: 174.62 ± 4.13 vs. 180.9 ± 8.20 cm; body mass; 73.77 ± 9.96 vs. 81.4 ± 11.60 kg; BMI: 24.22 ± 3.31 vs. 24.8 ± 3.12 kg/m2). Vastus medialis and lateralis muscles' activation and force were recorded simultaneously. Comparisons between peak force and peak-force time values for a-) operated muscles of patient group vs. non-dominant muscles of control group, b-) healthy muscles of patient group vs. dominant muscles of control group, were measured (Mann Whitney-U test).

Results: The values for statistical differences on muscle force and times were shown (Table 1). There was no difference among peak-force times but force values differences were very significant.

Discussion: Peak-force times are not different among groups. But there is a significant difference of force produced among groups. Analysis duration for healthy and ACL-reconstructed groups can be same amount of time. So, peak-force values can be correctly measured.

Table 1. Mean A) Muscle force (N/kg) ± SD and B) Time(s) ± SD values and Statistical Comparisons

[Group= Healthy vs. Dominant muscles]

1- Patient(n=65) values; A) 5.98 ± 1.93 B) 7.17 ± 2.77; 2- Control(n=62) values; A) 4.57 ± 1.65 B) 7.34 ± 2.42; p-values; (1A-2A): <0.01. (1B-2B): 0.73

[Group= Operated vs. Non-dominant muscles]

1- Patient(n=63) values; A) 5.95 ± 2.14 B) 7.11 ± 2.64; 2- Control(n=65) values; A) 4.58 ± 1.68 B) 6.91 ± 2.40; p-values; (1A-2B): <0.01. (1B-2B): 0.65

SB180

YÜZEYEL ELEKTROMYOGRAFİ KAYDI SIRASINDA ÖLÇÜM TEKRARININ EGZERSİZ ÖĞRENMESİNE ETKİSİ -2

***[1]Cihan Eser*, [1]Gulcan Harput, [2]Deniz Simsek, [1]A. Ruhi Soylu**

[1]Hacettepe Universitesi, Saglik Bilimleri Fakultesi, Ankara
[2]Anadolu Universitesi, Spor Bilimleri Fakultesi, Eskisehir

***Email :** cihaneser@hacettepe.edu.tr, aktas.gulcan@hacettepe.edu.tr, ds@anadolu.edu.tr, aruhisoylu@hacettepe.edu.tr*

Amaç: Hedefimiz ölçüm tekrarının kas aktivasyonu ve kuvvet üzerine etkisini ön çapraz bağ (ÖÇB) ameliyatlı ve sağlıklı bireyler arasında kıyaslayarak araştırmak idi.

Metod: Bu çalışmaya 13 sağlıklı ve 13 hasta gönüllü birey katıldı (Sağlıklı vs. Hasta grup; yaş: 24.69 ± 2.84 vs. 25.8 ± 7.31 yıl; boy: 174.62 ± 4.13 vs. 180.9 ± 8.20 cm; vücut ağırlığı; 73.77 ± 9.96 vs. 81.4 ± 11.60 kg; VKİ: 24.22 ± 3.31 vs. 24.8 ± 3.12 kg/m2). Vastus lateralis ve medialis aktivasyonları yüzeyel EMG, quadriceps tepe torku kuvvet çevirici ile aynı anda 5 er kez ölçüldü. İstatistiki karşılaştırmalar; 1-) Hastalarda ameliyatlı ayak vs. kontrol grubu baskın-olmayan ayak, 2-) Hastalarda sağlıklı ayak vs. kontrol grubu baskın ayak, şeklinde yapıldı (Mann-Whitney U test).

Sonuçlar: 5 denemenin ikili karşılaştırmaları gösterildi (Tablo 1). Anlamlı farklar, sadece kontrol grubu baskın ve hasta grubu sağlıklı kaslar arasında; 2. tekrarın kuvvet ve zaman ölçümleri ile 5. tekrarın zaman ölçümlerindedir.

Tartışma: ÖÇB-ameliyatlı hastalar, diğer kasların yardımıyla ya da başka kasılma yöntemleri kullanarak daha fazla kasılmayı öğrendiklerinden, daha uzun antrenman ve ölçüm sürelerine gerek duyarlar. Sağlıklı bireyler de prosedür tekrar edildikçe daha düzgün kasılmalar üretti.

Tablo 1. İstatistiki Karşılaştırmalar: A- Ameliyatsız hasta vs. B-Baskın kontrol kasları. C-Ameliyatlı hasta vs. D- Baskın-olm. kontrol kasları

Ortalama maks-kuvvet ±std (N/kg), maks-kuvvet zamanı ±std (s):

A-5.98±1.93, 7.17±2.77. B-4.57±1.65, 7.34±2.42. C-5.95±2.14, 7.11±2.64. D-4.58±1.68, 6.91±2.40.

5 tekrar ortalamaları için p-değerleri. Sırasıyla; Kuvvet, Zaman:

[1A-1B]: 0.096, 0.191 [2A-2B]: 0.007* , 0.249 [3A-3B]: 0.082, 0.663 [4A-4B]: 0.355, 0.586 [5A-5B]: 0.044* ,0.039*. [1C-1D]: 0.069, 0.739 [2C-2D]: 0.144, 0.555 [3C-3D]: 0.17, 0.663 [4C-4D]: 0.128, 0.480 [5C-5D]: 0.103, 0.624

EFFECT OF MEASUREMENT REPEATING FOR EXERCISE LEARNING DURING SURFACE ELECTROMYOGRAPHY MEASUREMENTS -2

Objective: Our aim was to investigate and to compare the effects of measurement repetition on muscle activation and force between the anterior cruciate ligament (ACL) reconstructed patients and healthy individuals.

Method: 13 healthy and 13 patients were included in this study (Healthy vs. Patient group; age: 24.69 ± 2.84 vs. 25.8 ± 7.31 years; height: 174.62 ± 4.13 vs. 180.9 ± 8.20 cm; weight; 73.77 ± 9.96 vs. 81.4 ± 11.60 kg; BMI: 24.22 ± 3.31 vs. 24.8 ± 3.12 kg/m2). Surface EMG was used to measure vastus medialis and vastus lateralis activation and quadriceps peak torque was measured by using force transducer simultaneously for 5 repeats. Statistically compared values were peak force and peak-force time values for 1-) operated muscles of patient group vs. non-dominant muscles of control group, 2-) healthy muscles of patient group vs. dominant muscles of control group, for each of 5 trials (Mann-Whitney U test).

Results: All pairwise comparisons of each trial no were shown (Table 1). The only statistically different values were between dominant healthy group and non-operated patient group muscles during 2nd, 5th force-measurements and 5th time measurement.

Discussion: ACL-operated patients always need more training and longer durations as they learn to contract more with the help of other muscles or use other contraction methods. Healthy subjects also showed an improvement as they repeated the procedure more.

Table 1. Statistical comparisons: A- Non-operated patient vs. B-Dominant control muscles. C-Operated patient vs. D- Non-dominant control muscles

Mean Peak-force ±SD (N/kg), Peak-force times ±SD (s):

A-5.98±1.93, 7.17±2.77. B-4.57±1.65, 7.34±2.42. C-5.95±2.14, 7.11±2.64. D-4.58±1.68, 6.91±2.40.

P-Values for the means of 5 repeats. Force, Time, respectively:

[1A-1B]: 0.096, 0.191 [2A-2B]: 0.007* , 0.249 [3A-3B]: 0.082, 0.663 [4A-4B]: 0.355, 0.586 [5A-5B]: 0.044* ,0.039*. [1C-1D]: 0.069, 0.739 [2C-2D]: 0.144, 0.555 [3C-3D]: 0.17, 0.663 [4C-4D]: 0.128, 0.480 [5C-5D]: 0.103, 0.624

SB187

DÜŞÜK MEDİAL LONGİTUDİNAL ARKA SAHİP BİREYLERDE DİNAMİK BANTLAMANIN PELVİK SALINIMLAR ÜZERİNE ETKİSİ

***[1]Sertaç Berkan Bozyel*, [2]Nihan Kafa, [2]Ali Zorlular, [3]Nevin Atalay Güzel**

[1]Altınordu Futbol Kulübü, İZMİR
[2]Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, ANKARA
[3]Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi

***Email :** berkanbzyel@gmail.com, fztnihankafa@gmail.com, a.zorlular@gmail.com, nevinag@yahoo.com*

Giriş ve Amaç: Medial longitudinal ark düşüklüğü, medial arkın çökmesi ve orta ayak alanındaki artış ile ayağın medialinde aşırı yük binmesine neden olur. Bu biyomekanik değişim, beraberinde alt ekstremite ve omurga ile ilgili patolojilerin gelişimine zemin hazırlar. Bantlama naviküler yüksekliği arttırarak arkı desteklemek için kullanılan yöntemlerden bir tanesidir. Bu çalışmanın amacı, düşük ark yüksekliğine sahip bireylerde, Dynamic Tape® bantlaması ile sağlanan ark desteğinin pelvik salınımlar üzerindeki etkisini araştırmaktır.

Yöntem: Çalışmaya, (20-32) yaş aralığında Navikülar Düşme testi sonucuna göre naviküler düşme miktarı 8mm ve daha fazla olan 25 gönüllü birey (ort. yaş; 22.7±2.5yıl) ve test sonucuna göre navikülar düşme miktarı 8mm'den az olan 21 (ort. yaş; 22.2±1.3yıl) sağlıklı birey dahil edilmiştir. Çalışmaya katılan düşük arklı bireylere bantlama için 5cmx5m'lik Dynamic Tape® kullanıldı. Çalışmaya dahil edilen bireylerin pelvik osilasyonları 10 m serbest yürüyüş esnasında ivmeölçer (GWalk, BTS Bioenginering S.p.A, Italy) ile değerlendirildi.

Bulgular: Ark düşüklüğü bulunan deney grubu ve kontrol grubunun karşılaştırıldığı bantsız ölçümlerde Anterior-Posterior Tilt Simetri ($p=0.03$) ve Oblik Simetri ($p=0.02$) değerlerinde anlamlı bir fark bulunmuştur. Düşük arka sahip bireyler bantlandıktan sonra kontrol grubu ile karşılaştırıldığında pelvik salınımlar bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>0.05$).

Sonuç: Çalışma sonuçları düşük medial-longitudinal arka sahip bireylerin dinamik tape kullanılarak arkın yükseltildiği bantlama tekniği ile daha simetrik ve efektif pelvik hareket paternlerine sahip olabileceğini göstermiştir. Uygun pelvis salınımları ise bireylerin günlük yaşamlarında ve sportif faaliyetlerinde daha üst düzey performans göstermelerine katkı sağlayacaktır.

EFFECTIVENESS OF DYNAMIC TAPE ON PELVIC OSSILATIONS IN INDIVIDUALS WITH LOW MEDIAL LONGITUDINAL ARCH HEIGHT

Introduction and purpose: Low medial longitudinal arch height causes the medial arch to collapse and an increase in the midfoot, causing overloading in the medial aspect of the foot. This biomechanical changes induce the development of pathologies associated with the lower extremity and spine. Taping is one of the methods used to support medial longitudinal arch by increasing the navicular height. The aim of this study was to investigate the effect of arc support provided by Dynamic Tape® taping on pelvic oscillations in individuals with low medial longitudinal arch height.

Methods: Twenty-five volunteers (mean age±ss; 22.7 ± 2.5 years) with a mean navicular drop of 8mm or more according to the Navicular drop test and 21 healthy controls with a mean navicular drop of 7mm or less (mean age; 22.2 ± 1.3 years) were included in the study. 5cmx5cm Dynamic Tape® was used to support MLA. The pelvic oscillations of the subjects included in the study were assessed with an accelerometer (GWalk, BTS Bioenginering S.p.A., Italy) during 10 m free walking.

Results: There was a significant difference in the Anterior-Posterior Tilt Symmetry ($p = 0.03$) and Oblique Symmetry ($p = 0.02$) values in the tapeless measurements compared with the group with low medial longitudinal arch and the control group. After the Dynamic Tape applied, it was not found any statistically significant difference in pelvic oscillations ($p > 0.05$) between groups.

Conclussion: The results of the study showed that individuals with low medial-longitudinal back may have more symmetrical and effective pelvic patterns of motion with the taping technique in which the arch is supported by Dynamic tape. Proper pelvic oscillations will contribute to higher levels of performance for individuals in their daily lives and sportive activities.

SB236

ADDÜKTÖR STRAİNİ OLAN SPORCULARDA DİZ EKLEMİ KAS KUVVETİNİN İNCELENMESİ: PİLOT ÇALIŞMA

***[1]Ezgi Ünüvar*, [1]Tuğba Kocahan, [2]Bihter Akınoğlu**

[1]Gençlik Ve Spor Bakanlığı, Spor Genel Müdürlüğü, Sporcu Eğitim Ve Sağlık Araştırma Merkezi (SESAM), Ankara
[2]Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi Ve Rehabilitasyon Bölümü

***Email :** unuvarezgi@gmail.com, tugba.kocahan@sgm.gov.tr, rgkardelen@yahoo.com*

Amaç Addüktör kas yaralanmaları, addüktör tendonların veya tendonların pubik kemiğe yapışma bölgesinin palpasyonuyla ağrı görülen bir muskulotendinöz ünite yaralanması olarak tanımlanır. Tek taraflı hamstring-quadriceps kas kuvvet dengesizlikleri pelviste rotasyonel değişikliklere sebep olarak pelvis biyomekanisini etkileyecek ve abdüktör ve adduktör kasların yeterli kuvvet açığa çıkarmasını ve abdüktör ve adduktör kasların yeterli kuvvet açığa çıkarmasına engel olacaktır. Bu bağlamda addüktör straini geçirmiş sporcularda diz eklemi yaralanma altında var olabilecek mekanizmaların belirlenmesinde yardımcı olabilir. Bu bilgiler ışığında amacımız tek taraflı addüktör straini geçirmiş olan sporcularda sağlam taraf ve etkilenmiş taraf diz eklemi kas kuvveti ve kas kuvvet dengesini karşılaştırmaktır. Yöntemler Çalışmamıza milli takım düzeyinde olan ve en az 3 ay önce tek taraflı addüktör starini geçirmiş olan 9 sporcu dahil edildi. Sporcuların etkilenmiş ve etkilenmemiş alt ekstremitelerinin diz fleksör ve ekstansör kas kuvveti IsoMed 2000 cihazı ile ölçüldü. Sporcuların kas kuvvet ölçüm değerleri kaydedildi. Etkilenmemiş taraf kontrol olarak kullanıldı. Etkilenmiş ve etkilenmemiş taraf diz eklemi kas kuvveti karşılaştırması Mann Whitney-U testi ile yapıldı. Sonuçlar Çalışmaya dahil edilen sporcuların 60°/sn ve 180°/sn açısal hızlarda dominant ve non-dominant taraf diz eklemi fleksör ve ekstansör kas kuvvet değerleri arasında fark olmadığı belirlendi ($p>0,05$). Tartışma Çalışmamız sonucunda tek taraflı addüktör starini olan sporcularda sağlam taraf ile etkilenmiş taraf diz eklemi fleksör ve ekstansör kas kuvvetinin birbirine benzer olduğu belirlendi. Addüktör strain yaralanmalarında kas kuvveti, kas kuvvet dengesi ve biomekaniksel dizilim bozuklukları gibi birçok faktör etkili olmaktadır. Çalışmamızda kontrol grubumuzun aynı kişinin sağlam tarafı olması addüktör strain mekanizmasını açıklayan birçok faktörü elimine etmektedir. Tek taraflı adduktör kas yaralanmasına sahip olan daha fazla sporcuda yapılacak çalışmalara ihtiyaç vardır.

ASSESSMENT OF THE KNEE JOINT MUSCLE STRENGTH IN ATHLETES WITH ADDUCTOR MUSCLE STRAIN: A PILOT STUDY

Purpose An adductor strain is defined as an injury on the muscle-tendon unit that produces pain on palpation of the adductor tendons or its insertion on the pubic bone (1). Unilateral hamstring to quadriceps muscles strength imbalance affects pelvic biomechanics and prevent sufficient force being released from abductor and adductor muscles (2). In this context, determining the muscle strength of the knee joint in athletes who have undergone an adductor strain may help in determining the mechanisms that may be present under the injury. For this reason, our purpose is to compare the muscular strength and muscle strength balance of the knee joints of the affected and the non-affected side of athletes who have had unilateral adductor strains. Method Nine athletes who were at the level of national team and who had undergone adductor strain at least 3 months included. The knee flexor and extensor muscle strength of the affected and unaffected extremities of the athletes were measured with IsoMed 2000 devices. The isokinetic muscular strength measurements of athletes were recorded. The unaffected side was used as control. Mann Whitney-U test was used to compare muscle strength of knee joints. Results There are no differences between affected and non-affected side knee flexor and extensor isokinetic muscle strength in 60°/s and 180°/s angular velocities in athletes who have had unilaterally adductor muscle strain. Discussion As a result of our study, it was determined that the knee flexor and extensor muscular strength of the athletes, who have unilateral adductor muscles strain, were similar. There are so many risk factor of adductor muscle strain like; muscle strength, muscle strength balance and biomechanical alignment of lower extremities. Our study eliminates many factors that explain the adductor strain mechanism, by using the other extremities of the same as control group. There is need for study evaluating more athletes having adductor muscle strain unilaterally.

SB311

FİZYOLOJİK PES PLANUSU OLAN BİREYLERDE KALÇA DİNAMİK KAS KUVVETİ İLE DİNAMİK DENGE ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ- PİLOT ÇALIŞMA

***[1]Hande Güney Deniz*, [1]Yusuf Topal, [1]Sibel Bozgeyik, [1]Gizem İrem Kınıklı, [1]Hande Güney Deniz**

[1]HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ, SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ FİZYOTERAPİ VE REHABİLİTASYON BÖLÜMÜ, ANKARA

***Email :** hndgny@gmail.com, fztyusuftopal@hotmail.com, sibelbozgeyikk@gmail.com, cguvendik@hotmail.com, hndgny@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Fizyolojik pes planus çeşitli nedenlerden dolayı sık karşılaşılan ve alt ekstremite biyomekanisini olumsuz yönde etkileyebilen bir durumdur. Kalça abduktör ve eksternal rotator kas kuvvetindeki kayıplar ise alt ekstremite biyomekaniğini etkileyen bir diğer faktördür. Son yıllarda kalça eksternal rotator ve abduktor kuvvetini beraber değerlendirmek için 'kalça dinamik değerlendirme testi' kullanılmaktadır. Yapılan çalışmalar bu testin kalça dinamik kas kuvveti ile ilgili bilgi veren geçerli güvenilir bir test olduğunu göstermektedir. Bu çalışmanın amacı fizyolojik pes planusu olan bireylerde kalça dinamik kas kuvveti ile dinamik denge arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

Yöntemler: Çalışmaya yaşları 21 ile 27 arasında olan fizyolojik pes planuslu 16 birey (6 erkek ve 10 kadın) dâhil edildi. Patolojik pes planusu olan ve alt ekstremitesinde herhangi bir yaralanma öyküsü olan bireyler çalışma dışı bırakıldı. Pes planus seviyesinin belirlenmesi için ayakta dik duruş pozisyonunda subtalar açı gonyometre ile ölçüldü. Kalça dinamik kas kuvveti el dinamometresi ile değerlendirildi. Dinamik dengenin değerlendirilmesinde ise Y denge testi kullanıldı. Değerlendirmelerin tümü dominant ekstremite üzerinde gerçekleştirildi. Kalça dinamik kas kuvveti ile dinamik denge arasındaki ilişki Spearman korelasyon analizi ile değerlendirildi.

Bulgular: Bireylerin yaş ortalamaları 22,5±1,34 yıl; kiloları 65.8±15,46 kg ve boyları 170±9 cm idi. Subtalar açı ortalaması 7,37±2,55°, kalça dinamik kas kuvvet ortalaması 224,1±103,35 N, dominant taraf Y denge öne uzanma oranı %72,4±5,58 idi. Bireylerin kalça dinamik kuvveti ile dominant bacak Y denge öne uzanma testi arasında pozitif yönde orta seviyede ilişki bulundu (p= 0,02; r= 0,57). Kalça dinamik kas kuvveti daha iyi olan bireyler öne daha fazla uzanabildiler. Sonuçlar: Fizyolojik pes planusu olan bireylerde kalça dinamik kas kuvveti ile dinamik denge ile ilişkisi nedeniyle kalça dinamik kas kuvvetini arttırmaya yönelik uygulanacak fizyoterapi ve rehabilitasyon programlarına ihtiyaç vardır.

THE EXAMINATION OF RELATIONSHIP BETWEEN DYNAMIC HIP MUSCLE STRENGTH AND DYNAMIC BALANCE IN INDIVIDUAL WITH PHYSIOLOGICAL PES PLANUS - PILOT STUDY

IntroductionandPurpose:Physiological pes planus is a condition that is frequently encountered for various reasons and can affect the lower extremity biomechanics negatively. The loss of hip abductor and external rotator muscle strength is another factor affecting the lower extremity biomechanics. In recent years, 'hip dynamic assessment test' has been used to evaluate joint external rotator and abductor strength.Studies show that this test is a valid reliable test that provides information on hip dynamic muscle strength. The aim of this study is to investigate the relationship between hip dynamic muscle strength and dynamic balance in individuals with physiological pes planus.

Methods:Sixteen individuals(6males-10 females)with physiologic pes planus aged between 21-27 years were included in this study. Individuals with pathologic pes planus and any injuries in the lower extremity were excluded from the study.The subtalar angle was measured with a goniometer in the standing position to determine the level of pes planus.Hip dynamic muscle strength was assessed by hand dynamometer. The Y-balance test was used to evaluate the dynamic balance.Evaluations were performed on the dominant

extremities. The relationship between hip dynamic muscle strength and dynamic balance was assessed by Spearman correlation analysis.

Results:The average age of the individuals was 22.5±1.34 years; the weight was 65.8±15.46 kg and the length was 170 ± 9 cm. The mean angle of the tibia was 7.37±2.55°, the hip dynamic muscle strength average was 224.10±103.35 N, and the dominant side Y balance was 72.4±5.58%. There was a significant correlation between the hip dynamic force of the individuals and the dominant leg Y-balance front extension test(p=0.02;r=0.57). Individuals with better hip muscle strength could reach more forward.

Conclusion:Physiotherapy and rehabilitation programs are needed to increase the dynamic muscle strength of the hip because of the the relationship between hip dynamic muscle strength and dynamic balance in patients with physiological pes planus.

SB317

ADOLESAN KADIN UZUN ATLAYICILARIN YARIŞMA PERFORMANSLARINDAKİ BAZI BİYOMEKANİK FAKTÖRLERİN İNCELENMESİ

***[1]Tuncay Örs*, [2]Işık Bayraktar**

[1]Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Aydın
[2]Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Alanya

***Email :** tuncayors400@gmail.com, isik.bayraktar@taf.org.tr*

Giriş ve Amaç: Uzun atlamada amaç,sporcunun belirlenen koşu yolunda hız kazanarak basma tahtasından kum havuzuna doğru mümkün olan en uzak noktaya atlayışını gerçekleştirmesidir. Teknik olarak 4 aşamaya ayrılır (yaklaşma-koşusu,sıçrama,uçuş ve iniş-konma).Bu araştırmada, uzun atlamada performans bileşeni olarak kabul gören biyomekanik faktörler incelenmiş, Türk adolesan kız uzun atlayıcıların atladıkları mesafeler ile diğer değişkenler arasındaki ilişkiler tespit edilmiştir.

Yöntem: Araştırmada kadın uzun atlayıcıların tekniklerindeki biyomekanik faktörlerin, atlanan mesafe ile ilişkileri incelenmiştir.Araştırmaya 2018 yılında Türkiye U18(n=24) ve U20(n=12) Şampiyonaları'na katılan toplam 36 kadın uzun atlayıcı(Yaş:16.3±1.5yıl) katılmıştır.Yaklaşma koşusunun son on metrelik bölümündeki hız değerlerinin hesaplanmasında fotoseller yardımıyla ölçülen süre değerleri kullanılmıştır.Bu fotoseller sıçrama tahtasının 1m, 6m ve 11m arkasına yerleştirilmiştir.Her atlayış için 11m-6m bölümü(V1), 6m-1m bölümü(V2), toplam 10m(V10),V2 ve V1(Vhız_kaybı) arasındaki farklar hesaplanmıştır. Sporcuların yarış sırasındaki resmi atlama mesafeleri kaydedilmiştir. Ayağın yere ilk temas ettiği(TD)-Diz açısı, TD-Gövde açısı, TD- Uyluk açısı, TD-Vücut ağırlık merkezinin yerden yüksekliği, TD-Ağırlık merkezi arası uzaklık, en düşük diz açısı, sıçramada yerle temasın kesildiği andaki(TO)-Diz açısı, TO-Gövde açısı, TO-Uyluk açısı, TO-Vücut ağırlık merkezinin yerden yüksekliği(CoM), TO- Ağırlık merkezi arası uzaklık, TD-TO Arası yatay mesafe(Vh), TD-TO Arası dikey mesafe(Vv), TO-süresi ve TO çıkış açılarının belirlenmesi için görüntü alınan kayıtlarının(120fps) 2D analizleri Kinovea-0.8.15 yazılımı kullanılarak gerçekleştirilmiştir.Verilerin analizinde, Pearson korelasyon analizi kullanılmıştır.

Bulgular: Atlanan mesafe ile yaklaşma koşu hız değişkenleri arasında yüksek düzeyde, pozitif ($V10:r=0.85;p<0.05$) ilişkiler tespit edilmiştir.Bir başka performans bileşeni olan destek süresi ile mesafe arasında ise düşük düzeyde negatif (TO-süre:$r=-0.42;p<0.05$), yaklaşma koşu hızı değişkenleri ile de orta düzeyde negatif ilişkiler bulunmuştur ($V1:r=-0.63;p<0.05$). TD-Gövde açısı ile hız değişkenleri arasın da düşük düzeyde ve pozitif ilişkiler görülmüştür ($V1:r=0.38;p<0.05$).

Sonuç: Türk adolesan kadın uzun atlayıcı grubu için yaklaşma koşu hızının performansın en etkili belirleyicisi olduğu söylenebilir.Sıçramadaki destek süresinin hem atlanan mesafe hem de koşu hızı ile ilişkili olması sporcunun reaktif kuvvet yetisinin performansın önemli belirleyicisi olduğunu düşündürmektedir.

Anahtar Kelimeler: Uzun atlama, kadın, biyomekanik, reaktif kuvvet

AN EXAMINATION OF SOME BIOMECHANICAL FACTORS IN COMPETITION PERFORMANCE OF ADOLESCENT FEMALE LONG JUMPERS

Introduction and Aim:In long jump, purpose of athlete is to gain velocity on running track, and achieve a jump from take-off board to the furthest point in sand.Technically divided into 4stages(run-up, jumping,flight and landing).In this study,biomechanical factors considered as component of performance in long jump were investigated and relations between Turkish adolescent female long jumpers' jumping distance and other variables were determined.

Method:Relationship between biomechanical factors in techniques of female long jumpers and jumping distance were examined.Total of 36female long jumpers(Age:16.3±1.5years) competing at U18(n=24) and U20(n=12) Turkish Championships attended to study.To calculate velocity values in last-ten-meters of approach run, time values measured with photocell were used.These photocells were placed behind 1m, 6m and 11m of the beat board. For each jump differences between 11m-6m section(V1), 6m-1m section(V2), total 10m(V10), V2 and V1 velocity loss V1(Vvelocity loss) were calculated.Official jumping distances for athletes during competition were recorded.To determine touch down(TD)-Knee angle,TD-Trunk angle,TD-Femur angle,TD-Height of center of gravity,the lowest knee angle, take-off(TO)-Knee angle,TO-Trunk angle,TO-Femur angle,TO-Height of center of gravity(CoM),TO-Distance between center of gravity, horizontal distance between TD-TO (Vh),vertical distance between TD-TO (Vv),TOduration and TO angle recorded videos (120fps) were analysed on Kinovea-0.8.15 software.Pearson correlation analysis were done for data analysis.

Findings:There was a high positive relationship between jumping distance and approach velocity(V10:$r=0.85;p<0.05$).There was a low negative correlation with another performance variable TOduration and distance(TOduration:$r=-0.42,p<0.05$) and mid-range negative correlation with approach-run-variables(V1:$r=-0.63,p< 0.05$).There was low positive relationship between TD-Trunk-angle and velocity-variables(V1:$r=0.38;p<0.05$).

Conclusion:It can be said that for Turkish adolescent female athletes approach run is the most effective determinant of the performance.The fact that the support duration is related to both the jumping distance and running velocity suggests that the athlete's reactive strength is an important determinant of the performance.

Keywords: Long jump, female, biomechanics, reactive strength

SB344

SİMÜLE EDİLEN YÜZMEDE ÜÇ BOYUTLU KOL KİNEMATİĞİNİN EYLEMSİZLİK SENSÖRLERİ KULLANILARAK İNCELENMESİ

***[1]Uğur Ödek*, [1]Selçuk Akpınar, [1]Okan Miçooğulları, [2]Kürşat Özcan**

[1]Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi / Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü, Nevşehir.
[2]Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi / Seyahat-Turizm Eğlence Hizmetleri Bölümü, Nevşehir.

***Email :** ugurodek@gmail.com, sakpinar@nevsehir.edu.tr, omicoogullari@nevsehir.edu.tr, kozcan@nevsehir.edu.tr*

Video tabanlı hareket analizi teknik analizlerde kullanılan yöntemlerden biridir. Kinematik analizler için altın standart kabul edilmesine rağmen, komplike ölçüm kurulumu gerektirmesi, uzun analiz süresi ve görüntü kalitesine dayanması gibi dezavantajları bu yöntemin yüzme ile ilgilenen araştırmacılar tarafından daha az tercih edilmesine sebep olmaktadır. Diğer taraftan, giyilebilir eylemsizlik sensörleri, kompakt dizaynları ve güvenilir veri toplama yeterlilikleri ile yüzme araştırmalarında popülerlik kazanmaktadır.

Bu araştırmanın amacı yüzmede üç boyutlu kol kinematiğini araştırmaya yönelik bir ölçüm ve analiz protokolü geliştirmekti. Bu amaç doğrultusunda yarışmacı bir yüzücü dört yüzme tekniğinin kol hareketlerini laboratuvar ortamında simüle etmiştir. Veriler üç eksenli jiroskop ve üç eksenli ivmeölçer barındıran beş adet eylemsizlik sensörü kullanılarak 100Hz veri toplama hızında toplanmış ve Tamamlayıcı filtreleme yöntemi kullanılarak kaynaştırılmıştır. Eylemsizlik sensörlerinden elde edilen verilerin geçerliliği video tabanlı hareket analizi kullanılarak test edilmiştir. Sonuçların uyumluluğu %95 uyum sınırı belirlenmiş Bland-Altman analizi kullanılarak incelenmiştir.

Hesaplanan el, ön kol ve üst kol oryantasyonları ile bilek ve dirsek eklem açıları uyum sınırları içerisinde yer almıştır. Bu çalışmanın sonuçları eylemsizlik sensörlerinin yüzmede teknik analizlere uyumlu ölçüm cihazları olduğunu ve video tabanlı hareket analizlerinin kısıtlamalarını ortadan kaldırma amacıyla tercih edilebileceğini göstermektedir.

ASSESSING THREE-DIMENSIONAL ARM KINEMATICS USING INERTIAL MEASUREMENT UNITS IN SIMULATED SWIMMING

Video-based motion analysis is one of the methods used for technical analysis. Even it is accepted as a gold standard for kinematic analyses, disadvantages as complex measurement setup requirement, long analysis time and image quality dependency make the analysis method unfavourable among researchers interested in swimming. On the other hand, wearable inertial measurement units (IMU) are now gaining popularity in swimming research with their waterproof compact designs and reliable data collection adequacy.

The purpose of this study was to develop a measurement and an analysis protocol to asses three-dimensional kinematics of the arm movements in swimming. For this purpose, a competitive swimmer simulated all four strokes' arm movements in a laboratory environment. Data was acquired by five inertial measurement units equipped a tri-axial gyroscope and a tri-axial accelerometer with a 100Hz acquisition frequency and fused using Complementary filtering method. Video-based motion analysis was used to validate the results obtained by inertial measurement units. To investigate the agreement between results Bland-Altman analyses with 95% agreement limit was implemented.

Calculated hand, forearm and upper arm orientation, wrist and elbow joint angles were within the limits of agreement. The results of this study indicated that IMUs are well-suited measurement devices for swimming technical analysis and can be preferred to overcome limitations of video-based motion analysis.

SB351

ÇOCUKLARDA ALGISAL VE MOTOR YETENEKLERIN KARŞILAŞTIRILMASI

***[1]Selçuk Akpınar*, [1]Muhammed Özbay, [1]Uğur Ödek, [1]B.Okan Miçooğulları, [2]Nazif Kutay Erdem**

[1]Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü, Nevşehir
[2]Yükseköğretim Kurumu

***Email :** sakpinar@nevsehir.edu.tr, , , okanmicoogullari@gmail.com,*

Giriş ve Amaç İnsanların hareket edebilmelerini sağlayan bazı motor ve algısal özellikler vardır. Bunlar arasında kuvvet, dayanıklılık, sürat, esneklik, koordinasyon ve reaksiyon zamanı sayılabilir. Bu yetenekler arasından koordinasyon ve reaksiyon zamanı hem sporda hem de günlük yaşantıda çok önemlidir (Coker, 2007). Reaksiyon zamanı verilen uyarı ve tepki arasındaki süre olarak tanımlanmaktadır (Niemi ve Näätänen, 1981). Normal gelişim sırasında reaksiyon zamanı (RZ) anlamlı bir şekilde gelişmektedir (Goodenough, 1935). 4-6 yaş arasındaki çocukların RZ'ları gençlerinkinden daha düşüktür (Kiselev vd., 2009). Bu sonuçlar uygulanan test ve yaşa göre de farklılık gösterebilmektedir (Miller ve Vernon, 1996). Bu yüzden, bu araştırmanın amacı 8 ve 10 yaş grubundaki çocukların uzanma becerisi ve çoklu RZ gerektiren becerideki koordinasyon ve RZ'larının karşılaştırılmasıdır. Yöntem 8 ve 10 yaşında olan toplam 24 (her grupta 12 kişi, 6 kız) çocuğun bir hedefe uzanma gerektiren beceri sırasında koordinasyon, doğruluk ve çoklu RZ verileri hesaplanmıştır. Çocuklara 3 farklı hedef rastgele gösterilmiş ve bu hedeflere uzanma sırasında veriler kayıt edilmiştir. Hangi hedefin çıkacağı ilk başta belli değildir. Görsel ve işitsel uyarı ile birlikte hedef belirmektedir. Çocukların her iki elleri ile testi yapmaları istenmiştir. Mixed Model ANOVA istatistiksel analiz olarak kullanılmıştır. Bulgular Daha önceki çalışmalarla paralel olarak 10 yaşındaki çocukların çoklu RZ daha hızlı bulunmuştur, $p<.05$. Bunun yanında 10 yaşındaki çocukların doğruluk performansları da istatistiksel olarak daha iyi bulunmuştur, $p<.05$. Sağ ve sol el performansları arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Sonuç Daha önceki çalışmalarla paralel olarak (Gentier vd., 2013), yaşla birlikte algısal ve motor yeteneklerde artış olduğu bulunmuştur. Bunun yanında sağ-sol el arasında farklılık bulunmamıştır. İleriki yaşlarda motor ve algısal yetenekler açısından kollar arasında asimetri oluştuğundan (Akpinar vd., 2015), bu yaşlardan itibaren her iki el ile yaptırılan antrenmanlar, asimetriyi azaltabilir.

THE COMPARISON OF PERCEPTUAL AND MOTOR ABILITIES IN CHILDREN

Introduction and Purpose There are some perceptual and motor abilities that maintain for human mobility. These can be considered as strength, endurance, speed, flexibility, coordination, and reaction time (RT). Among those abilities, coordination and RT are very important not only in sports but also in daily life (Coker, 2007). RT is defined as the time between the given stimulus and response (Niemi & Näätänen, 1981). During the regular development, RT improves gradually (Goodenough, 1935). 4-6 years old children have shorter RT compared to adolescents (Kiselev et al., 2009). These results can be depending on the applied tests and age differences (Miller & Vernon, 1996). Thus, the purpose of this study was to compare RT and coordination during a reaching task requiring choice RT between 8 and 10 years old children. Method The total of 24 children between 8 and 10 years old tested during a reaching task and coordination, accuracy and choice RT were calculated. Three different targets were shown to the children randomly. There was no information about the location of the targets in advance. Targets were shown after a visual and verbal cue. The children were tested with their each arm. Mixed Model ANOVA was used for the statistical analysis. Findings In parallel with previous findings, 10 years old children performed shorter choice RT, $p<.05$. Moreover, they showed better accuracy compared to 8 years old children, $p<.05$. There was no significant difference between the left and right hands for both groups. Conclusion We found an improved perceptual and motor abilities with older children, which is parallel with previous result (Gentier et al., 2013). Besides, there was no differences between the left and right hands performances. As there is an asymmetry between the right and left hands in older ages (Akpinar, 2015), trainings starting with early ages can decrease this asymmetry.

SB367

CZECH GET-UP EGZERSİZİ SIRASINDA FARKLI FAZLARDA KAS AKTİVASYONUNUN EMG ANALİZİ

***[1]Fahri Safa Çınarlı*, [1]M. Emin Kafkas, [1]Nurkan Yılmaz, [2]A. Ruhi Soylu**

[1]İnonu Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Hareket Ve Antrenman Bilimi
[2]Hacettepe Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Biyofizik Bölümü

***Email :** safa.cinarli@gmail.com, mkafkas1983@gmail.com, nurkan.yilmaz@inonu.edu.tr, a.ruhi.soylu@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu araştırmanın amacı; Czech Get-up egzersizi sırasında farklı fazlarda meydana gelen kas aktivasyonlarının incelenmesidir. Metot: Araştırmaya en az 2 yıldır vücut geliştirme sporu tecrübesi olan 9 katılımcı dâhil edildi. Czech Get-up egzersizi dört faz olarak incelendi ve her bir faz için tercih edilen yük 8 kg ağırlığındaki bir kettlebell olarak belirlendi. Czech Get-up egzersizi sırasında dakikada 60 vuruş metronom kullanıldı ve katılımcılardan vuruş ile senkronize olarak egzersizi uygulamaları istendi. Araştırmada katılımcıların rectus abdominis (RA), external oblique (EO), erector spinae (ES) ve gluteus maximus (GM) kasları incelendi. İşlenmemiş sEMG sinyalleri 8 kanallı wireless telemetri sistem kullanılarak toplandı (Noraxon Telemyo, USA). Elde edilen bulgular GraphPad Prism 7 kullanılarak analiz edildi. Egzersiz sırasında seçili kaslarda meydana gelen aktivasyonun fazlar açısından farklılığının belirlenmesinde tekrarlayan varyans analizi ölçümleri kullanıldı. Anlamlılık derecesine göre Tukey veya Dunn çoklu karşılaştırma testleri yapıldı. Anlamlılık düzeyi $p<0.05$ olarak belirlendi. Bulgular: Ortalama EMG aktiviteleri incelendiğinde; fazlar ve kaslar açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edildi ($p<0.05$). Egzersizin birinci fazında en yüksek aktivasyonun RA (%MVC-18.50), en düşük aktivasyonun ise GM (%MVC-1.59) kasında olduğu görüldü. Diğer üç faz için en yüksek aktivasyon EO (%MVC-40.15) kasında görüldü. ES (%MVC-15.04) açısından diğerleriyle karşılaştırıldığında en yüksek aktivitenin görüldüğü faz üçüncü faz olurken, dördüncü faz GM (%MVC-13.23) için en yüksek aktivitenin tespit edildiği faz oldu. Sonuç: Lumbopelvik bölgenin fonksiyonu için core bölgenin yeterli aktivasyona sahip olması gerekmektedir. Elde edilen bulgular bu egzersizin kuvvet gelişiminde istenilen yüzdesel aktivasyonu sağladığını göstermektedir. Lumbar bölge stabilizasyonu açısından kalkış egzersizleri ile birlikte ilave ağırlıkların kullanılmasının gelişim sürecini pozitif yönde etkileyeceği düşünülmektedir.

ANALYSIS OF EMG MUSCLE ACTIVATION AT DIFFERENT PHASES OF CZECH GET-UP EXERCISE

Introduction and Aim: The purpose of the research is to examine the muscle activations that occur in different phases during the Czech Get-up exercise. Method: Nine participants who have regular sports habits at least for 2 years were included in the research. The Czech Get-up exercise was examined in four phases and the preferred load for one phase was determined as a kettlebell weighing 8 kg. During the Czech Get-up exercise, a 60-minute metronome was used and participants were asked to practice the exercise synchronously with the stroke. In the research rectus abdominis(RA), external oblique(EO), erector spinae(ES) and gluteus maximus(GM) muscles of participants were examined. Raw sEMG signals were collected using an 8-channel wireless telemetry system (NoraxonDesktopDTS). Obtained findings were analyzed by using GraphPad Prism 7. Repeated measures analysis of variance was used to determine the difference in phases of exercise. Tukey or Dunn multiple comparison tests were performed according to significance level. Significance level in the research was determined as $p<0.05$. Findings: When the average EMG activities are examined, a statistically significant differences were found in terms of phases and muscles ($p<0.05$). In the first phase of exercise, the highest activation was in RA(%MVC-18.50) and the lowest activation was in GM(%MVC-1.59). The highest activation for the other three phases was observed in EO(%MVC-40.15). When compared to the other three phases, the third phase was determined the highest activity in terms of ES(%MVC-15.04), while the highest activity was determined in the forth phase for GM(%MVC-13.23). Conclusion: For the function of the lumbopelvic region, the core region must have sufficient activation. Findings indicate that this exercise provides the desired percentage of activation in strength development. It is considered that the use of additional weights together with the Get-up exercises in terms of lumbar region stabilization will affect the development process positively.

SB427

TÜRK KALKIŞI HAREKETİ SIRASINDA BAZI SEÇİLMİŞ KASLARIN YEMG AKTİVİTESİNİN İNCELENMESİ

***[1]Muhammed Emin Kafkas*, [1]Fahri Safa Çınarlı, [1]Nurkan Yılmaz, [2]Abdullah Ruhi Soylu**

[1]İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi
[2]Hacettepe Üniversitesi, Tıp Fakültesi

***Email :** mkafkas1983@gmail.com, safa.cinarli@gmail.com, nurkan.yilmaz@inonu.edu.tr, a.r.soylu@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı, Türk Kalkışı (TK) hareketi sırasında bazı seçilmiş kasların yüzeyel elektromiyografi (yEMG) aktivitesini belirlemektir.

Yöntem: Araştırmaya herhangi bir sağlık problemi olmayan 13 sağlıklı gönüllü katılmıştır (yaş: 26.00±3.55 yıl, vücut ağırlığı: 78.46±7.12 kg, boy: 180.30±4.73 cm, vücut yağı: 11.77±2.66 %, vücut kütle indeksi: 24.16±2.06 kg/m2). Gönüllülerin TK hareketi sırasında, sağ taraflarından üç merkezi sütün kaslarından [rektus abdominis (RA), eksternal oblik (EO), and erektor spinae (ES)] ve kalça bölgesinde [gluteus maksimus (GM)] yEMG aktivitesi ölçüldü. Araştırmada, TK hareketi sırasında belirlenen kasların yEMG aktivitesi hareket dört faza ayrılarak değerlendirildi.

Bulgular: Yapılan analiz sonucunda, 1. fazda RA ($F_{1,9}$ =35.068, p=.000) ve EO kaslarında ($F_{1,9}$ =44.720, p=.000), 3. ve 4. Fazlarda, ES kasında ($F_{1,9}$ =13.951, p=.001) ve 4. fazda GM kasında ($F_{1,9}$ =34.493, p=.000) daha yüksek normalleştirilmiş yEMG aktivitesi tespit edildi.

Sonuç: Elde edilen bu sonuçlar, TK hareketinin, kuvvetin transferi açısından oldukça önemli olduğu ve bu özelliği nedeniyle hem yaralanmaların önlenmesine hem de sportif performansın geliştirilmesine yardımcı olacağı düşünülmektedir. Aynı zamanda, TK hareketinin kettlebell ile uygulanması stabilizasyon, mobilizasyon, simetri, koordinasyon ve kuvvet parametrelerini geliştirebilir.

Anahtar Kelimler: Türk kalkışı, kuvvet, EMG, kas, merkezi sütün

EXAMINATION OF SOME SELECTED MUSCLES SEMG ACTIVITIES THROUGHOUT TURKISH GET UP

Introduction and Aim: The main purpose of this study was to examine some selected muscles sEMG activity during TGU exercise.

Methods: Thirteen asymptomatic volunteers were recruited for this research. A total of thirteen healthy volunteers (age: 26.00±3.55 year, weight: 78.46±7.12 kg, height: 180.30±4.73 cm, body fat: 11.77±2.66 % body mass index: 24.16±2.06 kg/m2) took part in the TGU protocol. The activity of four core and gluteal muscles including rectus abdominis (RA), external oblique (EO), gluteus maximus (GM), and erector spinae (ES) on the right side of the body was assessed using sEMG throughout TGU workouts.

Results: Findings indicated that mean normalized sEMG activity for the RA was significantly greater in the 1st phase compared with the other phases ($F_{1,9}$ =35.068, p=.000), for the EO it was significantly greater in the 1st phase compared with all the other phases ($F_{1,9}$ =44.720, p=.000) and the 3rd phase was significantly greater compared with the 2nd and the 4th phases. Results showed that mean normalized sEMG activity for the ES was substantially greater in the 3rd and the 4th phase compared with the other phases ($F_{1,9}$ =13.951, p=.001) and for the GM it was importantly greater in the 4th phase compared with the other phases ($F_{1,9}$ =34.493, p=.000).

Conclusion: This indicates that the TGU might be an optimal exercise to restore function after an injury or enhance sport and performance training. Also, it is found that when the TGU is applied with a kettlebell, it might improve stability, mobility, symmetry, coordination, and strength.

Keywords: Get up, EMG, stability, core, strength

SB555

BAZI ALT EKSTREMİTE MORFOMETRİK PARAMETRELERİN SPORCU PERFORMANISI ÜZERİNE OLAN ETKİSİ

[1]Kırıkkale Üniversitesi Tıp Fakültesi, KIRIKKALE

Email :

Giriş ve Amaç: Sporda üst düzey verim alabilmek için vücudun yapısı ile çeviklik, reaksiyon zamanı, koordinasyon, sürat gibi performans belirleyicileri, antrenman etkinliği açısından önemli rol oynamaktadır. Bu çalışmada, sporcularda alt ekstremiteye ait bazı antropometrik parametreler ile performansı arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Materyel ve Yöntem: Çalışmada araştırma grubu olarak 17-25 yaş arası 60 sağlıklı erkek sporcu ele alınmıştır. Standart teknikler kullanılarak, her bir sporcuda antropometrik parametrelerden boy (B), ağırlık (A), vücut yağı (VY), kalça çevresi (KÇ), uyluk çevresi (UÇ), baldır çevresi (BÇ), ayak bileği çevresi (ABÇ) normal anatomik pozisyonda ölçülmüştür. İşitsel ve görsel reaksiyon zaman testi için Fusionsport fotosel cihazı kullanılmıştır. Ölçüm sonuçları her bir sporcu için reaksiyon zamanı (RZ) (sn), 5 m. mesafede koşu zamanı (KZ) (sn) olarak kaydedilmiştir. Verilerin istatistiksel analizi Pearson korelasyon testi ve Minitab17 istatistiksel yazılım (P-değeri: 0.5-1) programı kullanılarak gerçekleştirilmiştir.

Bulgular: Elde olunan bulgulara göre; Pearson ilişki matriksinde bağımsız değişkenler arasında en yüksek korelasyon KÇ-A (0.915) ve KÇ- VY (0.803) olarak bulundu. Ayrıca, yüksek korelasyon içeren ilişkiler BÇ-A (0.797), BÇ-KÇ (0.763), VY-A (0.705) arasında saptandı. Buna ilaveten, UÇ-A (0.556) ve BÇ-UÇ (0.509) diğer ilişkili değişkenler olarak belirlendi. Buna karşın, bağımsız değişkenler ile cevap değişkenleri arasında (RZ, KZ) korelasyon bulunmadı.

Tartışma: Antropometrik parametreler sporcu performansında önemli bir rol oynamaktadır. Ayrıca, biomekanik etkileşimler ile teknik yetenekler de sporcu aktivitesi üzerinde etkili olabilmektedir.

Sonuç: Elde edilen sonuçlara göre; sporcu performansı açısından önemli olduğu öngörülen alt ekstremite morfometrik parametreleriyle çeviklik, reaksiyon zamanı, sürat ve koordinasyon gibi performans belirleyicileri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır. Buna karşın, morfometrik veriler kendi aralarında değerlendirildiğinde yüksek düzeyde korelasyonlar belirlenmiştir.

THE EFFECT OF SOME LOWER EXTREMITY MORPHOMETRIC PARAMETERS ON ATHLETIC PERFORMANCE

Introduction and purpose: In order to achieve high productivity of the sport, the structure of the body and performance determinants such as agility, reaction time, speed, coordination play an important role in training effectiveness. In this study, it was aimed to investigate the relationship between some anthropometric parameters of the lower extremity and performance in athletes

Materials and Methods: In this study, 60 healthy male athletes between the ages of 17 and 25 were considered as the research group. In an anatomic position using standard techniques, anthropometric parameters such as lenght(L), weight(W), body fat(BF), hip circumference(HC), thigh circumference(ThC), calf circumference(CC), ankle circumference(AC) was measured for each athlete. Fusionsport photocell device was used for visual and auditory reaction time test. As the measurement results, the reaction time (RZ)(sec) and 5m. distance running time (RUNT)(sec) were determined for each athlete. Statistical analysis of the data was performed using the Pearson correlation test and the Minitab17 statistical software (P-value:0.5-1) program. Results: According to findings; the highest correlation between the independent variables in the Pearson correlation matrix was found as HC-W (0.915) and HC-BF (0.803). In addition, correlations with high correlations were found between CC-W (0.797), CC-HC (0.763), BF-W (0.705). In addition,

ThC-W (0.556) and CC-ThC (0.509) were identified as other related variables. However, there was no correlation between the independent variables and the response variables (RT, RUNT). Discussion: Anthropometric parameters play an important role in athletic performance. In addition, biomechanical interactions and technical abilities can have an impact on athletic activity. Conclusion: According to the results obtained; there was no statistically significant difference between performance determinants such as agility, reaction time, speed, coordination with the lower extremity morphometric parameters predicted to be important for athlete performance. On the other hand, when morphometric data were evaluated in their own interval, high correlations were determined.

SB684

FARKLI YÜKSEKLİKLERDEN YAPILAN DROP JUMP PERFORMANSINDA ÜRETİLEN KUVVETLERİN BELİRLENMESİ VE ALT EKSTREMİTE ANTROPOMETRİK ÖZELLİKLERİ İLE KARŞILAŞTIRILMASI

[1]Çiğdem Bulgan, [1]Mustafa Arslan Başar, [1]Sedat Odabaşı, [1]Ozan Özdemir, [2]Bergün Meriç Bingül

[1]Haliç Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, ISTANBUL
[2]Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, KOCAELI

Email : *cigdembulgan@gmail.com, m.aslanbasar@gmail.com, sdtodabasi@halic.edu.tr, ozanboun@hotmail.com, bergunmeric@gmail.com*

Giriş: Bir çok spor branşının performansı sırasında, atletlerin farklı pozisyonlara girdikleri, özellikle koşma, sıçrama ve sıçrama sonrasında devam eden hareket formlarında ne kadar kuvvet üretebildikleri ve performansı devam ettirebildikleri önem kazanmaktadır. Bu çalışmanın amacı, farklı yüksekliklerden yapılan drop jump performansı esnasında üretilen düşme kuvvetlerinin hesaplanarak, alt ekstremiteye ait bazı antropometrik özelliklerle olan ilişkilerinin belirlenmesidir. Yöntem: Çalışmaya Haliç Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda okuyan 50 erkek öğrenci (yaş 20.53±1.69 yıl; boy 179.86±8.9cm; kütle 72.31±8.90kg) gönüllü olarak katılmıştır. Deneklerin yaş, boy, kilo ve alt ekstremitelerine ait uzunluk ve çevre ölçümleri yapılmıştır. 10dk ısınmadan sonra, 30cm- 35cm- 40cm olan üç farklı kasadan drop jump yaptırılmış ve 3 boyutlu Bertec marka bir kuvvet platformunun üzerine düşüş yapmaları istenerek elde edilen veriler kaydedilmiştir. İstatistik analiz, IBM SPSS Versiyon 21 programı aracılığıyla yapılmış ve farklı yüksekliklerdeki kuvvet verilerinin karşılaştırılmasında tekrarlı ölçümlerde varyans analiziyle hesaplanmıştır. Ayrıca alt ekstremite çevre ve uzunluk sonuçlarının, kuvvet verileri ile karşılaştırılmasında Pearson Koralesyon analizi yapılmıştır. Bulgular: Sonuç olarak, üç farklı yükseklikten gerçekleştirilen drop jump sırasında üretilen düşme kuvvetleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur ($p<0.05$). Bu farkın, 30cm ve 40cm kasalardan yapılan sıçramalar arasında olduğu tespit edilirken, kuvvet üretiminin artışı gözlemlenmiştir. Ayrıca, alt ekstremite sağ ve sol calf çevre ölçümleri ile kuvvet üretimi arasındaki negatif yönde bir ilişki (sırasıyla, r=-.338; -.322) tespit edilirken diğer parametreler arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır. Sonuç: Düşme yüksekliğinin artmasıyla üretilen kuvvet miktarının artması, performans açısından önemliyken, yüksekliğin ne kadar arttırılacağı ve alt ekstremiteye binen yüklerin de ne kadar olacağının belirlenmesi daha sonraki çalışmalar için önerilmektedir.

DETERMINATION OF FORCES PRODUCED DURING DIFFERENT HEIGHTS OF DROP JUMP AND COMPARISON WITH LOWER EXTREMITY ANTHROPOMETRIC CHARACTERISTICS

Introduction: During the performance of many sports branches, it is important that the athletes can generate the force and continue the performance in the different positions, especially after running, jumping and leaping. The purpose of this study was to determine the relationships between some anthropometric characteristics of the lower extremity and the forces generated during drop jump performance at different heights. Method: 50 male students (age 20.53±1.69yrs, height 179.86±8.9cm, mass 72.31±8.90kg) who were studying at School of Physical Education and Sports, were participated to this study as voluntarily. Measurements of age, height, weight and circumference and lenght of the lower extremities were made. After warming for 10min, the drop jumps were made from three different heights; 30cm- 35cm- 40cm and the obtained data were recorded by asking them to drop on a 3-dimensional Bertec force platform. Statistical analysis was done by IBM SPSS Version21 program and repeated measures variance analysis was used in comparing forces at different heights. Pearson Correlation analysis was also performed to compare the results of lower extremity circumference and lenght with force data. Results: As a result, statistically significant difference were found between the drop forces produced during drop jump performance at three different heights ($p <0.05$). The increase in force production was observed when this difference was found to be between jumps made from 30cm and 40cm height. In addition, a negative correlation (r= -. 338; -.322, respectively) were found between the lower limb right and left calf circumference measurements and force production, but no

significant relationship were found between the other parameters. Conclusion: Increasing the amount of force generated by the increase of the drop height is important for performance, however it is recommended to determine how much the height should be increased and how much the load on the lower extremity should be.

SB835

MOTOR GÖREVİN ZORLUĞU EŞ ZAMANI BİLİŞSEL GÖREVİN POSTURAL KONTROL BİLEŞENLERİ ÜZERİNE ETKİSİNİ ARTIRMAKTA MIDIR?

[2]Zeren Bampatzimopoulos, [3]Uğur Yılmaz, [1]Hüseyin Çelik, [1]Pınar Arpınar Avşar, [4]Sadettin Kirazcı

[1]Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Biyomekanik Ve Motor Kontrol ABD, Ankara
[2]YL Öğrencisi, Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü, Ankara
[3]Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Biyomekanik Ve Motor Kontrol ABD,Ankara
[4]Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü, Ankara

Email : *, , , parpinar@gmail.com,*

Amaç: Bu çalışmanın amacı motor görevin zorluğunun artmasına bağlı olarak eş zamanlı bilişsel görevin spinal ve supraspinal postural kontrol mekanizmaları üzerine etkisinin artacağı hipotezini test etmektir. Yöntem:16 gönüllü katılımcı 1 dk boyunca üç farklı zorlukta bilişsel görev altında, kuvvet platformu üzerinde ayakta sakin duruş (QS) ve istemli postural salınım (VS) hareketi yapmışır. Bilişsel görev işitsel ve ardışık olarak sunulan basit aritmetik işlemlerin akılda tutularak yapılmasını içermektedir. Katılımcılar her iki motor görevi, sırasıyla, bilişsel görev olmaksızın (%0), %50 ve %80 işlem sıklığını içeren bilişsel görev ile eş zamanlı olarak 1 dk ara ile gerçekleştirmiştir. Postür kontrolünün değerlendirilmesinde vücut basınç merkezi (COP) yörüngesinden sinyal ayrıştırma tekniği ile COP'nin Yavaş (RM) ve Hızlı Kontrol bileşenleri (TM) belirlenmiştir. Ardından COP, RM ve TM yörüngelerinin herbirisine ait Hız, Elips Alanı (EA), anterio-posterior ve medio-lateral yönlerde rms değerleri (rms_x ve rms_y) ile değişim aralıkları (DA) hesaplanmıştır. İstatistiksel analizlerde tekrarlayan ölçümlerde varyans analizi kullanılmıştır. Bulgular ve Sonuç:QS esnasında COP, RM ya da TM bileşenlerinde bilişsel görevin sunulmasına ve zorluğunun artmasına bağlı herhangi bir farklılık gözlenmemiştir.Motor görevin zorluğu arttığında, eş zamanlı olarak Bilişsel Görevin sunulması postural kontrol bileşenlerinde bilişsel görev olmayan duruma göre farkı arttırmıştır. VS denemelerinde bilişsel görevin zorluk düzeyi arttıkça COP, RM, ve TM yörüngesi elips alanı ve hız bileşeni ile AP yönünde rms ve DA değerleri istatistiksel olarak anlamlı derecede azalmasına karşın ($p<0.01$), ML yönünde rms ve DA tüm bilişsel görev zorluk düzeyleri için benzerdir. EA değerleri 3 bilişsel görev için de COP> RM>TM sırasını izlemiştir. Yalnızca salınım hızı değeri RM için en düşük değere sahiptir. Bilişsel görevin zorluğunun artmasıyla her iki motor görev esnasında COP,RM,TM yörüngeleri EA daralmıştır. Bulgular, hareketin zorluğu arttığında postural kontrol bileşenleri üzerinde bilişsel görevin etkisinin arttığı hipotezini desteklemektedir. Bu çalışma, postür kontrolünün sürdürülmesinde spinal düzeyde, artan kassal ko-aktivasyonu sonucu, hızlı kontrol bileşenlerinin etkinliğinin artmış olabileceğine dair kanıt sunmaktadır.

DOES THE DIFFICULTY OF MOTOR TASK AMPLIFY THE EFFECT OF SIMULTANEOUS COGNITIVE TASK ON POSTURAL CONTROL MECHANISMS?

Aim:The study aims to test the hypotheses that the difficulty of motor task amplifies the effect of simultaneous cognitive task on postural control mechanisms. Methods:19 participants attended the study. They performed quiet stance (QS) and voluntary sway (VS) for 1 min under different cognitive task conditions (CT). The CT is completing a series of simple arithmetics presented as auditory stimulus. The CT conditions were: No cognitive task, cognitive task with 50% and 80% difficulty. The COP trajectories were decomposed into Rambling (RM) and Trembling (TM) trajectories and fitted ellipse-areas were calculated. COP velocity (COPHız), COP Ellipse area (EA),COP range and rms values in AP-ML directions (rms_x,rms_y) were calculated to evaluate postural control. Repeated measures ANOVA were used for the statistical analysis. Results and Conclusion:No differences were observed in the COP, RM or TM components during QS upon either presentation of the CT or increasing the level of difficulty. However, when the motor task becomes more difficult, simultaneous presentation of the CT increases the difference. As the difficulty level of cognitive task increased, ellipse area and velocity components of COP, RM, and TM as well as rms and DA values in the AP direction significantly decreased ($p <0.01$), rms and DA values in ML direction were similar for all CT difficulties. EA values followed the order of COP> RM> TM for 3

cognitive tasks, whereas only sway velocity has the lowest value for RM. As the difficulty of the CT increased, EA of the COP, RM, TM trajectories were smaller during both motor tasks. Findings support the assumption that the effect of CT on postural control components increases as movement difficulty increases. This study provides evidence that as a result of increased co-activation, the fast control component reflecting spinal processes increase to be able to maintain postural control.

SB836

EŞ ZAMANLI GERÇEKLEŞTİRİLEN BİLİŞSEL VE MOTOR GÖREVİN POSTÜR KONTROLÜ ÜZERİNE ETKİSİ

***[1]Zeren Babajimopoulos*, [2]Uğur Yılmaz, [2]Pınar Arpınar-Avşar, [1]Sadettin Kirazcı**

[1]Orta Doğu Teknik Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü Ankara
[2]Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Biyomekanik Ve Motor Kontrol ABD

***Email :** zerengorkemgursoy@gmail.com, ugurbiyomek@gmail.com, parpinar@gmail.com, skirazci@metu.edu.tr*

Amaç:Bu çalışmanın amacı farklı zorlukta postural motor görev sırasında eş zamanlı olarak gerçekleştirilen bilişsel görevin postür kontrolü üzerine etkisinin incelenmesidir. Yöntem:19 gönüllü katılımcı (yaş:23±6 yıl, boy:171.7± cm, v.ağırlığı:71.1± kg) 1 dk boyunca üç farklı zorluk düzeyinde bilişsel görev altında, kuvvet platformu üzerinde ayakta sakin duruş (QS) ve istemli postural salınım (VS) hareketi yapmaları istenmiştir. Bilişsel görev işitsel olarak kendilerine ardışık olarak sunulan basit aritmetik işlemleri yaparak sonucu test sonunda araştırmacıya söylemeleridir. Zorluk düzeyinin belirlenmesinde kullanılmak üzere ölçümler öncesinde motor görev olmaksızın tamamladıkları ve sonucu doğru olan üç maksimal aritmetik işlem sayısı belirlenmiştir. Buna göre katılımcılar her iki motor görevi, sırasıyla, bilişsel görev olmaksızın (%0), %50 ve %80 işlem sıklığını içeren bilişsel görev ile eş zamanlı olarak 1 dk ara ile gerçekleştirmiştir. Postür kontrolünün değerlendirilmesinde basınç merkezi (COP) değişimlerinden COP Hızı (COPHız), COP Elips Alanı (COPEA), anterio-posterior ve medio-lateral yönlerde COP rms değerleri (rmsCOPx ve rmsCOPy) ile COP değişim aralıkları (DA_COPx ve DA_COPy) hesaplanmıştır. İstatistiksel analizlerde iki yönlü varyans analizi kullanılmıştır. Bulgular:Motor görev zorlaştıkça COPEA artmıştır (p<0.000). Buna karşın bilişsel görevin zorlaşması ile birlikte EA'da gözlenen azalma eğilimi istatistiksel olarak anlamlı değildir. Bilişsel görevin zorluğu artarken COPHız QS denemelerinde değişmemiş, VS'de azalma gözlenmiştir (p<0.000). RmsCOPx ve rmsCOPy değerleri VS için daha düşük bulunurken (p>0.01), her iki yönde COP değişim aralıkları ise QS denemelerinde daha küçük değerlere sahiptir (p<0.001). Hem rms ve değişim aralıklarına ait değerler bilişsel görev zorlaştıkça azalma eğilimindedir. Sonuç:Bilişsel görev zorluğunun artmasıyla hem QS hemVS esnasında salınım alanı daralmış, postural doğrulama hızı azalmıştır. Salınım destek yüzeyinin daralması postural instabilitenin göstergesi olarak ele alınmaktadır. Bilişsel görev ile artan dikkat gereksinimi postural motor görevi olumsuz yönde etkilemiştir. Bu çalışma, geleneksel olarak otomatik gerçekleştiği düşünülen postür kontrolünün, eş zamanlı olarak gerçekleştirilen bilişsel görevlerden etkilendiğini ileriye süren çalışmaları desteklemektedir. Anahtar Kelimeler: Motor kontrol, postür kontrolü, bilişsel görev, eş zamanlı motor görev

EFFECT OF MOTOR AND COGNITIVE DUAL-TASK CONDITIONS ON POSTURAL CONTROL

Aim: The aim of the study is to examine cognitive demands of postural control at different levels of cognitive and motor task difficulty by using dual-task paradigm. Method:19 participants attended the study (age:23±6 years, height:171.7 cm, weight:71.1 kg). They performed quiet stance (QS) and voluntary sway (VS) for 1 min under different cognitive task conditions(CT). The CT is completing a series of simple arithmetics presented as auditory stimulus and declaring final result vocally at the end. The number of correct answers within 1 min (MF,max frequency) were determined before the postural tasks and were used to set individual difficulty levels .The CT conditions were: No cognitive task, cognitive task with 50% and 80% of the MF. COP velocity (COPHız), COP Ellipse area (COPEA),COP range and rms values in AP-ML directions (rmsCOPx and rmsCOPy) were calculated to evaluate postural control. Repeated measures ANOVA were used for the statistical analysis. Findings: We found that COPEA increased (p<0.000) as motor task difficulty increased. Despite that, the decrease in EA with increasing cognitive task difficulty was not statistically significant. While cognitive task difficulty increased, COPHız did not change for QS but decreased for VS (p<0.000). rmsCOPx and rmsCOPy values were lower for VS (p>0.01), COP range for AP and ML directions have smaller in QS. However, both rms and range values tend to decrease as cognitive task difficulty increases. Result: As a result, when cognitive task difficulty increased, sway area and postural correction velocity decreased in both QS and VS. Attentional demand of a cognitive task as difficulty increased affected the motor task negatively. This study shows that although postural control is traditionally believed to be automatic,it seems to be affected by dual-task conditions where motor and cognitive tasks are simultaneously executed at certain level of task difficulty. Key Words: Motor control, postural control, cognitive task, dual-task

SB837

SAKİN DURUŞ SIRASINDA ZAMAN KISITLAMASININ İLERİ BESLEMELİ POSTURAL KONTROL MEKANİZMASI 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 seçtiği zamanda ya da işitsel uyarana karşı reaksiyon olarak gerçekleştirdiği istemli vücut hareketi öncesinde ileri beslemeli postural kontrol mekanizmalarının incelenmesidir.

Yöntem: Araştırmaya 10 genç kadın katılımcı (yaş: 20.10±1.81 yıl; vücut ağırlığı: 60.93±7.13 kg; vücut uzunluğu: 170.85±7.61 cm) gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılar, zaman kısıtlaması olan ve olmayan 30 saniyelik üç farklı sakin duruş (QS) protokolünü uygulamışlardır. Bunlar: i) sakin duruş (QS protokolü); ii) sakin duruş sonrası istedikleri zamanda (SS protokolü) maksimum squat sıçrama (MSS); iii) sakin duruş sonrası işitsel uyaran ile (RT protokolü) MSS. Katılımcılar bütün protokolleri kuvvet platformu üzerinde yapmıştır. Vücut basınç merkezi (COP), COP yörüngesi bileşenleri olduğu ileriye sürülen Yavaş (Rambling,RM) ve Hızlı (Trembling,TR) kontrol değişkenleri yörüngeleri her bir deneme için sinyal ayrıştırma tekniği ile belirlenmiştir. Elips alanı ve ortalama-hız değişkenleri COP, RM ve TM için hesaplanmıştır. İstatistiksel karşılaştırmalarda tekrarlı ölçümlerde ANOVA testi kullanılmıştır.

Bulgular: COP,RM ve TM değişkenlerine ait elips alanlarında, protokoller bakımından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur (RT>SS>QS). Ayrıca, COP ve RM değişkenlerine ait elips alanları, RT ve SS protokollerinde anlamlı olarak daha büyük değerlere sahiptir. COP, RM ve TM değişkenlerine ait ortalama-hızlar ise protokoller arasındaki değişimi RT>SS>QS şeklindedir. COP, RM ve TM'de ortalama- hızlar, QS protokolünde RT-SS protokolüne göre anlamlı olarak daha küçük iken RT-SS protokolleri arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Sonuç: İleri-bildirimli postüral kontrolün, istemli hareketin başlamasından önce, COP'de görülen değişimlerle ilişkili olduğu bilinmektedir. RM ve TM değişkenleri, sırasıyla, COP'deki değişimin supraspinal ve spinal mekanizması olarak yorumlanmaktadır. Kasların artan ve değişken aktivasyonunun yanı sıra, planlanan hareketi başlatmak için yaklaşan uyaranın tahmin edilmesinin, RT protokolünde COP, RM ve TM'de daha yüksek bulunan hız ve elips alanı değerlerini açıklamada etkili olduğu düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: sakin duruş, postüral kontrol, COP, sinyal ayrıştırma

EFFECT OF TIME CONSTRAINT ON POSTURAL ADJUSTMENTS DURING QUITE STANCE

Introduction:The purpose of the study is to examine feed-forward postural strategies produced prior to self-selected and reaction-time tasks.

Method:10 young female participants(age: 20.10±1.81 years;weight: 60.93±7.13 kg;height: 170.85±7.61 cm)voluntarily participated in this study. They performed three different 30-sec quite stance (QS)task in random order with or without time constraints, namely, i)Quite stance only (QS condition);ii)QS followed by a maximal squat jump (MSJ) at a self-selected-time (SS condition) or iii)QS followed by a MSJ as a response to an auditory stimulus(RT condition). All trials were performed on a force platform. COP, as well as Rambling (RM) and Trembling (TM) trajectories of COP were calculated for each trial. Ellipse-area and mean-velocity variables were calculated for COP and for decomposed RM and TM trajectories of COP. Repeated Measures ANOVA was used in statistical comparisons.

Results:COP, RM and TM ellipse-areas were significantly different among the postural task condition which followed the order of RT>SS>QS. Also, ellipse-areas for COP and RM were significantly higher in RT and SS conditions than that of QS. As for mean-velocity for COP, RM and TM trajectories, the values followed the same order as RT>SS>QS. Whereas mean-velocity for QS was significantly smaller than RT and SS conditions for COP, RM and TM; there was no significant difference between RT and SS.

Conclusion:Feed-forward postural adjustments are known to be associated with the observed shifts in COP prior to the initiation of a voluntary movement. RM and TM components are interpreted as the supraspinal and spinal mechanisms of the COP shifts. Our findings also show that increased and covaried activation of muscles as well as anticipation of approaching stimulus to initiate the planned action might be responsible for the higher values of COP, RM and TM velocity and ellipse area values in reaction time condition.

Key words: quite stance, postural adjustments, COP, rambling, trembling

SB842

İÇSEL VE DIŞSAL DİKKAT ODAKLANMASININ GİDON DENGELEME HAREKETLERİ KONTROLÜNE ETKİSİ: PİLOT ÇALIŞMA

***[1]Sinem Beril Sertoğlu*, [2]Hüseyin Çelik, [2]Pınar Arpınar Avşar**

[1]Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA
[2]Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Biyomekanik Ve Motor Kontrol ABD, ANKARA

***Email :** sertoglu.beril@hacettepe.edu.tr, huseyincelik@hacettepe.edu.tr, parpinar@hacettepe.edu.tr*

Amaç: Bu çalışmada içsel ve dışsal dikkat odaklanmasının gidon dengeleme hareketleri kontrolüne etkisinin araştırılması hedeflenmiştir. Bisiklet sürme gibi, tüm vücut ile yapılan ve fazla sayıda serbestlik derecesine sahip çoklu eklem hareketlerinin koordine edilmesini gerektiren motor beceriler esnasında dikkat odaklanmasının duyusal bilginin işlenmesi sürecini etkilediği ileriye sürülmektedir.

Yöntem: Tecrübeli iki erkek yol bisikleti kullanıcısı pilot çalışmaya dahil edilmiştir. Kendi bisikletleri ile kapalı alanda gerçekleşirilen saha ölçümleri iki aşamadan oluşmuştur. İlk teste mümkün olduğunca düz gitmeleri dışında herhangi bir komut verilmezken (içsel odaklanma denemeleri), ikinci testte gitmeleri istenen hedefe kadar mümkün olduğunca çizgi üzerinden ve düz gitmeleri istenmiştir (dışsal odaklanma denemeleri). Ölçümler sırasında bilateral olarak omuz, dirsek ve el bileği hareketliliğinde etkili fleksör ve ekstensör kasların (anterior and posterior deltoid, biceps and triceps brachii, extensor carpi ulnaris, flexor carpi radalis) aktivite düzeyleri (rmsEMG) ile gidon ve pedal açısal hareketleri eş zamanlı olarak kaydedilmiştir.

Bulgular ve Sonuç: 6 pedal devrine karşılık gelen ilerleme hareketi boyunca gidon üzerinden ölçülen media-lateral eksende açısal değişim hızı verisi rms değeri dışsal dikkat odaklanması testlerinde daha yüksek bulunmuştur. Omuz fleksor, dirsek ekstensör, ve el bileği fleksör kasları aktivite düzeyi gidon kontrol hareketlerinde daha yüksek değerlere sahiptir. Tecrübeli bisikletçilerin içsel ya da dışsal dikkat odaklanması durumunda kas koordinasyonunu nasıl sağladıkları ve gidon dengeleme hareketine ilişkin bilginin, bisiklet öğretimi sürecinde kullanılacak dikkat odaklanması türünün yeni öğrenen kişilere ait verilerin yorumlanmasında yol gösterici olacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: bisiklet kontrolü, içsel ve dışsal dikkat odaklanması, kas aktivitesi

THE EFFECT OF INTERNAL AND EXTERNAL FOCUS OF ATTENTION ON STEERING A BICYCLE: A PILOT STUDY

Aim: This study aims to investigate the effect of internal and external focus of attention on the control of steering a bicycle with handlebar balancing movements. It has been postulated that focus of attention during motor skills, such as cycling which requires coordination of multi-joint movements with high degrees of freedom, affects the processing sensory information.

Methods: Two experienced road cyclists were included in this pilot study. Field measurements were carried out indoor with their own bikes and consisted of two experimental conditions. For the first condition, subjects were asked to ride on a line drawn on the floor as straight as possible (external focus of attention trials). For the second condition, subjects did not receive any commands except the command to go to the target as straight as possible (internal focus of attention). During the measurements, the activity levels of the flexor and extensor muscles of shoulder, elbow and wrist (anterior and posterior deltoid, biceps and triceps brachii, extensor carpi ulnaris, flexor carpi radalis) bilaterally, as well as angular movements of handlebar and pedal were recorded simultaneously.

Results: The rms amplitude of angular velocity of handlebar in media-lateral direction measured over the stem during 6 pedal rotations were found to be higher in external focus of attention trials. The level of muscular activity of the shoulder flexor, elbow extensor, and flexor muscle of the hand were higher during controlling the handlebar movements. The knowledge on muscle coordination and handlebar movements of experienced cyclists during internal or external focus of attention trials is thought to be useful in interpreting novice bicycle users' data and in investigating the appropriate focus of attention command while teaching how to steer a bicycle.

Key words: bicycle steering, internal and external focus of attention, muscle activity

SPOR EKONOMİSİ, SPONSORLUK VE PAZARLAMA / SPORTS ECONOMY, SPONSORSHIP AND MARKETING

SB60

METAFOR OLMADAN ASLA YÜRÜMEYECEKSİN: FUTBOLDA TAKIM MARŞLARI ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA

[2]Metin Argan, [1]Sabri Kaya, [2]Caner Özgen, [2]Gözde Yetim, [2]Büşra İlbars

[1]Kırıkkale University, Faculty Of Sports Science, KIRIKKALE
[2]Eskişehir Technical University, Faculty Of Sports Science, ESKİŞEHİR

Giriş ve Amaç: Futbol oyunu yüz yıl önce başladı ve takım marşları da bu oyunun vazgeçilmez ritüelleridir. Futbolda takımını desteklemek için söylenen bu marşlar her zaman bir takım için sanal 12. adam olarak hareket etmiştir. Çeşitlilikleri ve farklılıklarıyla, marşlar oyunun başladığı günden beri bu güzel oyunun ayrılmaz bir parçası olmuştur. Futbol gibi yoğun rekabet ortamının olduğu sporlarda takım marşları çok önemli bir yer tutmaktadır. Taraftarlar için marşların hatırlanmasında ve takıma karşı olan güçlü duyguların yansıtılmasında marşların sözleri oldukça önemlidir. Bu nedenle, takım marşlarında kullanılan metaforlar önemli bir yere sahiptir. Çünkü metaforlar, bireylerin belirli bir olguya karşı algılarını ortaya çıkarmaya yardımcı olur. Bu çalışmanın amacı, futbol takım marşlarında kullanılan metaforları belirlemektir.

Yöntem: Bu çalışmada, amaçlı örnekleme yöntemlerinden biri olan ölçüt örnekleme yöntemi ile seçilen, 13 Süper Lig takımı için toplam 84 bestelenmiş marş içerik analizi ile incelenmiştir. Marşların her birinin tek tek dinlenmesi ve sözlerinin okunması ile ortaya çıkan metaforlar SPSS 23 programına girilerek sıklık ve yüzde analizleri yapılmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Araştırma kapsamındaki tüm takımların marşlarında kullanılan metaforlar ortak özelliklerine göre değerlendirilerek kategorilere ayrılmıştır. Toplamda, araştırma dahilinde incelenen bütün takımların marşlarında kullanılan 526 metafor tespit edilmiştir. Her bir metafor incelenerek analizlere dahil edilmiştir. Ortaya çıkan bütün metaforlar incelendiğinde, tüm takımlar için en fazla "kalp" ve "aşk" metaforlarının ön plana çıktığı tespit edilmiştir. Tüm takımlar için en fazla kullanılan metaforlar, "tutku", "güç", "doğa", "sembol", "hayat" ve "fanatik" olmak üzere altı kategoride toplanmıştır. Özellikle tutku kategorisinde toplanan metaforların marşlarda daha sık kullanıldığı görülmüştür. Bu şekilde, taraftarlar takımlarına olan güçlü duygularını yansıtabilmektedir. Sonuç olarak, marşlardaki duygu yoğunluğunu en üst seviyede ve en etkili bir biçimde iz bırakmak ve akılda kalmak suretiyle metafor kavramıyla desteklendiği ifade edilebilir.

YOU'LL NEVER WALK WITHOUT METAPHOR: A STUDY ON THE CHANTS OF FOOTBALL TEAMS

Introduction: Football game started over a hundred years ago and chants are rituals. Football chants have always acted as the virtual 12th man for a team. With their variety and diversity, chants have been an integral part of the beautiful game since its inception. That's why, the metaphors used in team chants are pivotal. Because metaphors help individuals surface their perceptions against phenomena. The purpose of this study is to determine the metaphors used in the chants of football teams.

Method: It was examined through content analysis 84 chants composed for 13 Super League Teams, which they were selected using criterion sampling, one of the techniques of purposive sampling. The metaphors detected upon listening and reading the lyrics of chants one by one were entered to the SPSS.23 program. Findings and Result: In this study, frequency and percentage analyses were performed. Subsequently, the metaphors used in the chants of all teams were categorized by their common characteristics. In total, 526 metaphors were determined within the chants of all teams under consideration. Each metaphor was examined and added in the analyses. Through the analyses of all metaphors at hand, it is determined that the metaphors of "heart" and "love" excel over the others. The most frequently used metaphors for all teams fall in six categories as "passion", "power", "nature", "symbol", "life", and "fanatic". It is seen that especially the metaphors in the passion category are used more frequently in chants. This way, the fans are able to convey their vigorous emotions for their team. In conclusion, it is assumed that the intensity of emotions in chants is supported by metaphors in order to leave a mark and stick in mind in the most influential way.

SB259

REAL MADRİD FUTBOL KULÜBÜ VE FENERBAHÇE SPOR KULÜBÜ'NÜN PAZARLAMA STRATEJİLERİ FARKLILIKLARI

[1]Merve Altun Ekinci ***, [1]Settar Koçak, [2]Canan Koca Arıtan, [3]Pablo Garcia-Manitz, [3]Álvaro Luna-Fernández***

[1]Orta Doğu Teknik Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü, ANKARA
[2]Hacettepe Spor Bilimleri Fakültesi Rekreasyon Bölümü, ANKARA
[3]Universidad Europea Real Madrid Graduate School, MADRID

Email : *altunmerve@gmail.com, settar@metu.edu.tr, canankoca@hacettepe.edu.tr, pgmanitz@gmail.com, alvaro.fernandez2@universidadeuropea.es*

Giriş ve Amaç

Futbolun belirsiz, tutkulu ve ebedi rekabet yapısı düşünüldüğünde, bir kulübü rakiplerinden daha iyi ya da kötü yapan temel faktörler, futbol sektörünün rekabet ortamında, kulübün fark yaratacak stratejileri nasıl geliştirdiği ile ilgilidir. Son yıllarda, spor kulüplerinin rekabetçi bir avantaj elde edebilmek için, müşteri değeri yaratmalarını ve yakalamalarını sağlayan, doğru değer önermeleri içeren, tatminkar pazarlama stratejileri geliştirmeleri son derece önemli hale gelmiştir. Bu bağlamda, bu çalışma, Real Madrid Futbol Kulübü (FK)'nin ve Fenerbahçe Spor Kulübü (SK)'nin pazarlama stratejileri arasındaki farklıkları, Dolles ve Söderman (2013)'ün futbol işletmelerinde değer yakalama ağı çerçevesi, kapsamında incelemeyi amaçlamaktadır.

Yöntem

Bu çalışma, 2014-2016 sezonunda, Real Madrid FK'nin (n= 8) ve Fenerbahçe SK'nin (n= 7) üst düzey yöneticileri ile gerçekleştirilmiş olan yarı-yapılandırılmış görüşmelere dayandırılarak; derinlemesine analiz yapılan bir durum çalışmasıdır. Çalışmanın güvenilirliğini ve geçerliliğini artırmak için araştırmacı, analist ve veri (araştırmacı alan notları, dokümanlar ve raporlar) çeşitlemesinden yararlanılmıştır.

Bulgular

Toplanan veriler doğrultusunda, iki kulüp arasındaki pazarlama stratejileri farklılıkları; (1) marka konumlandırmaları (küresel'e karşı ulusal), (2) ticari faaliyetleri (marka yayılımı'na karşı farklı markalar yaratma), (3) taraftar kitlesi ve toplumsal katılım faaliyetleri (değer paylaşımı'na karşı aidiyet hissi) ve (4) ligler arası farklılıklar (La Liga'ya karşı Süper Lig), olarak ortaya konulmuştur.

Sonuç

Mevcut çalışma, Real Madrid FK'nin ve Fenerbahçe SK'nin, müşteri grupları için değer yaratma ve yakalama süreçlerinde nasıl farklı değer önermeleri ve stratejileri kullandıkları konusunda bir anlayış kazandırmaktadır.

Kaynak

Dolles, H., & Söderman, S. (2013). The network of value captures in football club management: a framework to develop and analyze competitive advantage in professional team sports. Handbook of Research on Sport and Business. Glos, UK: Edward Elgar Publishing Limited.

THE DIFFERENCES OF MARKETING STRATEGIES BETWEEN REAL MADRID FOOTBALL CLUB AND FENERBAHÇE SPORTS CLUB

Introduction and Purpose

Considering the structure of football within the ambience of uncertainty, passionate and enduring competition, the underlying factors what make clubs better or worse than its competitors, are about how they develop strategies to make a difference in the competitive scope of the football business. In recent years it is critically important for sports clubs to develop satisfying marketing strategies, which including right value propositions to create and capture their customers' values to gain a competitive advantage. In this context, this study intends to examine the differences of marketing strategies between Real Madrid Football Club (CF) and Fenerbahçe Sports Club (SC) within the scope of Dolles and Söderman (2013)'s network of value captures framework in football business.

Methodology

This is a case study, which based on in-depth analysis of the top-level executives of Real Madrid CF (n=8) and Fenerbahçe SC (n=7) through semi-structured interviews during the season of 2014-2016. The investigator, analyst, and data (researcher's field notes, documentation and reports) triangulation were used to increase the reliability and validity of the study.

Results

The main differences of marketing strategies between two clubs lied in; (1) brand positioning (global versus (vs) national), (2) commercial activities (brand extension vs creating different brands), (3) fan base and community involvement activities (sharing values vs the sense of belonging) and (4) the differences of football leagues (La Liga vs Super League).

Conclusion

The current study gains an understanding of how Real Madrid CF and Fenerbahçe SC utilized different value propositons and strategies into value creation and capture process for customers' groups.

Reference

Dolles, H., & Söderman, S. (2013). The network of value captures in football club management: a framework to develop and analyze competitive advantage in professional team sports. Handbook of Research on Sport and Business. Glos, UK: Edward Elgar Publishing Limited.

SB411

YENİ MEDYADA YENİ NESİL PAZARLAMA: KİLO KONTROL ÜRÜNLERİ ÖRNEĞİ

[1]Rengim Sine, [1]Selami Özsoy

[1]Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi İletişim Fakültesi

Email : *rengimsine@gmail.com, selamio@gmail.com*

Günümüzde yeni medya, ürün pazarlama stratejileri kapsamında vazgeçilmez etkileşim ortamlarından biri olmuştur. Hız, maliyet düşüklüğü, kolay erişilebilirlik gibi avantajlarından dolayı içeriğinde görsel ögeleri ön planda bulunduran araçların kullanımı gün geçtikte artmaktadır. Birçok ürününün pazarlamasında kullanılan yeni medya, yeni nesil beslenme ürünlerinden kilo kontrol ürünlerinin pazarlanması amacıyla da kitleye ulaşma aracı olarak kullanmaktadır. Nitel yöntemle yapılan bu çalışmada kilo kontrolü ürünlerini kullanan 14 katılımcıyla odak grup görüşmesi yapılarak bu ürünleri kullanma motivasyonları ve sosyal medyanın bu süreçteki etkileri incelenmiştir. Araştırmaya katılan 14 katılımcının görüşlerine göre, kilo kontrolü amacıyla üretilen ürünleri yeni medyadan duyma düzeyi düşük, ancak etkilenme düzeyleri yüksektir. Kullanıcıların çoğunluğu, sosyal medyayı takip ettiklerini ve paylaşım yapan kişilerin deneyimlerini aktarmasının kendilerini ürün kullanma yönünde olumlu etkilediği cevabını vermiştir. Elde edilen verilere göre, yeni medyada yapılan paylaşımların kilo kontrolü amaçlı ürün kullanıcıları üzerinde etkili olduğu, sosyal medya vasıtasıyla aktarılan deneyimlerin kilo kontrolü amaçlı ürün kullanıcılarını motive ettiği söylenebilir. Sonuç olarak bedenlerin kapitalist baskılarla şekillendirilmesi amacıyla tüketime yöneltilen bireyler, yeni medya ortamında bu ürünlerden haberdar olmakta ve kullanıcıların paylaştığı deneyimlerden etkilenmektedir.

NEW GENERATION NEW MEDIA MARKETING: SAMPLE OF WEIGHT CONTROL PRODUCTS

Today, new media has become one of the indispensable interaction environments within product marketing strategies. Due to its advantages such as speed, low cost, and easy accessibility, the use of vehicles with visual content in the content is increasing day by day. The new media used in the marketing of many products is also used as a means of reaching out to the masses for the marketing of weight control products from the new generation nutritional products. The focus group interview was conducted with 14 participants using weight control products in this qualitative study and the motives of using these products and the effects of social media on this process were examined. According to the opinions of 14 participants who participated in the research, the level of hearing from the new media for the products produced for weight control is low, but the level of the effects is high. The majority of users have said that they follow social media and that sharing their experiences has a positive effect on their use of the product. According to the obtained data, it can be said that the sharing made in the new media has an effect on the users of weight control products, and the experiences transferred through social media motivate the users of weight control products. As a result, the individuals who are driven to consumption in order to shape the bodies with capitalist pressures are aware of these products in the new media environment and are influenced by the experiences shared by the users.

SB535

AUMMM! YOGA YOLUNDA ALGI VE MOTİVLERİN SESİNİ DİNLEMEK

***[1]Dilşad Çoknaz*, [1]Meltem Nurtanış Velioğlu, [1]Süreyya Karsu, [2]Yeşer Eroğlu**

[1]Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, BOLU
[2]Fenerbahçe Üniversitesi, İSTANBUL

***Email :** coknaz_d@ibu.edu.tr, velioglu_m@ibu.edu.tr, karsu_s@ibu.edu.tr, yeserada@hotmail.com*

Giriş ve Amaç: Yoganın büyüyen pazar yapısı ürün olarak çok tüketildiğini göstermektedir. Amerika'da 20,4 milyon tüketici yoga seanslarına ve ürünlerine 10.3 milyar dolar harcamaktadır (Yoga Journal 2012). Türkiye'de de sektör giderek büyümektedir (Digital Yoga Platformu 2015). Doğu'da felsefi, Batı'da egzersiz yönelimli uygulamalar yoganın farklı tanımları olduğunu ve tüketici motivasyonlarının değişebileceğini göstermektedir. Çalışmanın amacı Türkiye'deki yoga katılımcılarının algı ve motivasyonlarını belirleyecek başlangıç çalışması yaparak mevcut tüketicileri elde tutabilmek ve yenilerini kazanabilmek adına sektörün pazarlama stratejilerine yönelik önerilerde bulunmaktır.

Yöntem: Çalışma, temellendirilmiş kuram araştırmasıdır. Katılımcılar kartopu örneklem yöntemiyle belirlenmiştir (3 yogi-12 yogini). Veriler, yarı yapılandırılmış görüşmeyle derinlemesine toplanmış, tümevarımcı yaklaşımla temellendirilmiş kuram analizine tabi tutulmuştur (açık- eksenel-seçici kodlama). Veriler iki araştırmacı tarafından ayrı ayrı kodlanmıştır. Kodlayıcılar arasındaki tutarlılık yüzde 72'dir. Açık kodlama sonrasında araştırmacılar analiz sürecini birlikte yürüterek temaları belirlemiştir. Analizlerde Nvivo 10 programı kullanılmıştır.

Bulgular: Katılımcılar yogayı spiritüel yönleri baskın yol/ yolculuk, bütünleşme şeklinde algılamaktadır. Buna zıt şekilde endüstriyel ürün, popüler kültür malzemesi gibi eleştirel algılar da mevcuttur. Öncelikli başlangıç motivleri sağlık sorunları, tavsiyeve meraktır. Devam motivlerinde iyi hissetmek, sağlık, rahatlama ve yaygınlaştırmak öne çıkmaktadır. Katılımcılar diğer insanların yoga motivlerinin moda, sağlık, tavsiye ve zayıflamak olduğunu belirtmektedir.

Sonuç: Moda etkisiyle başlayanların kısa sürede yogayı bıraktığı ancak yoga felsefesini özümseyenlerin yogaya devam ettiği ve yaygınlaştırmak istedikleri ortaya çıkmaktadır. Popüler kültür ürünü özelliği yogayı ilk kez denetme, yogaya başlatmada çekme stratejisi olarak düşünülebilir. Ancak yoganın moda olarak devam etme şansının az olması bunun etkili bir strateji olamayacağını düşündürmektedir. Çünkü moda olarak görenler yoganın özünü kavrayacak sürede devamlılık sağlamamaktadır. Sürdürülebilir pazarlama stratejilerinde yoga yapanları elde tutmak için rasyonel bilinçle yogayı tercih edenlerin deneyimlerinden yararlanılabilir.

Anahtar Kelimeler: Yoga, Algı, Motivasyon, Spiritüel, Nitel Araştırma

AUMMM! LISTENING THE VOICES OF PERCEPTIONS AND MOTIVATIONS IN YOGA PATH

Introduction-Purpose: Yoga's growing market structure show that it is consumed a lot as a product. 20.4 million American consumers spend $10.3 billion on yoga's sessions-products (Yoga Journal, 2012). The sector continuously grows in Turkey too (Digital Yoga Platformu, 2015). In East philosophical, in West exercise-focused practices indicate yoga can have different definitions, consumer motivations can change. The purpose of the study is to suggest marketing strategies to retain existing consumers and win new ones by conducting a pioneer study that determines yoga participants' perceptions- motivations in Turkey.

Method: Grounded theory was used; participants were determined with snowball sampling (3yogies- 12yoginies) in the study. Data were collected in-depth with semi-structured interviews, were subjected to theory analysis based on inductive approach (open-axial-

selective coding). Two researchers separately coded the data. The intercoder reliability was 72%. After open coding the researchers together determined the themes in analysis process. NVIVO 10 was used for analysis.

Findings: Participants perceive yoga as a way/ journey, integration full with spirituality, in contrary also critical perceptions as industrial and popular culture material are observed. Prior starting motivations are health problems, advice, curiosity. Motivations to continue yoga are feeling good, health, relaxation, spreading. Participants indicate that yoga motivations of others are fashion, health, advice, losing weight.

Result: The ones who start with fashion effects leave yoga in short-time, but those who realize the philosophy continues and like to spread it. The feature of being a popular culture product can be considered as a pull strategy for the first try and starting. However, the fact yoga has little chance of continuing as fashion set thinking this can't be an effective strategy because fashion-focused ones don't spend enough time for realizing the essence. It's able to benefit from the experiences of rational consciousness prefers in sustainable marketing strategies for keeping yoga practitioners.

SB683

SPORA AKTİF KATILIM GÜDÜSÜ VE SPOR SEYİRCİ GÜDÜLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ

***[1]Ercan Polat*, [2]Ercan Polat, [3]Kadir Yıldız , [4]Hanifi Üzüm**

[1]Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi
[2]Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Niğde
[3]Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Manisa
[4]Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi

***Email :** ercihanpolat@hotmail.com, ercihanpolat@hotmail.com, kadiryildiz80@hotmail.com, hanifiuzum46@hotmail.com*

İnsan davranışının temelinde yatan önemli konulardan birisi olan güdülenme, spor tüketim davranışlarında da ciddi roller üstlenir. Bu araştırmanın amacı, spora katılım güdüleri ile spor seyirci güdüleri arasındaki etkileşimi incelemektir. İlişkisel tarama modeli çerçevesinde yürütülen araştırmanın çalışma evrenini Niğde ilinde farklı branşlarda müsabık olsun ya da olmasın düzenli olarak aktif spor yapan kişilerden oluşmuştur. Araştırma grubu ise evren içerisinden ulaşılabilir örneklem yoluyla seçilen ve araştırmaya gönüllü katılan 173 kişiden oluşmaktadır. Verilerin toplama aracı olarak dört bölümden oluşan anket yöntemi kullanılmıştır. Birinci ve ikinci bölümü Polat ve Yalçın (2017) tarafında geliştirilen Spor Seyircileri İçin Dışsal Güdü Ölçeği (SSİDGÖ) ve Spor Seyircileri İçin İçsel Güdü Ölçeği (SSİİGÖ), üçüncü bölümü Pelletier ve arkadaşları (1995) tarafından geliştirilen, Kazak (2004) tarafından Türkçeye uyarlaması yapılan "Sporda Güdülenme Ölçeği" (SGÖ), dördüncü bölümü ise kişisel bilgi formundan oluşmuştur. Eldeki verilere ilişkin tanımlayıcı istatistikler ve normallik sınaması yapılmıştır. Bağımlı ve bağımsız değişkenler arasındaki etkileşimleri incelemek için gerekli ilişki ve fark testleri uygulanmıştır. Bulgulara göre 23,19±5,23 yaş ortalamasına sahip katılımcıların %61,3'ü (n= 106) erkek, %38,7'si kadındır. Genel anlamda SSİDGÖ alt boyutları ve SGÖ alt boyutları arasında pozitif yönde düşük düzey anlamlı korelasyonlar tespit edilmiştir. En yüksek ilişkinin kültürel gelişim alt boyutu ile bilmek başarmak ve içsel güdülenme alt boyutları arasında olduğu görülmüştür. Etik değerler alt boyutunun ise SGÖ alt boyutlarının hiç birisiyle ilişkilenmediği, sadece güdülenmeme boyutuyla anlamlı pozitif ilişkilendiği tespit edilmiştir. SSİİGÖ alt boyutları ve SGÖ alt boyutları arasında pozitif yönde düşük ve orta düzey anlamlı korelasyonlar tespit edilmiştir. Alt boyutlar arasında en yüksek ilişkinin spor tutkusu boyutuyla bilmek başarmak ve içsel güdülenme boyutları arasında olduğu belirlenmiştir.

ANALYSING THE RELATIONSHIP BETWEEN SPORT PARTICIPATION MOTIVES AND SPORT SPECTATORS MOTIVES

Motivation which is one of the elements underlying human behaviours bears significant roles in sport consumer behaviours. The aim of the study is to analyse the relationship between sport participation motive and sport spectator motive. The study conducted in the framework of relational screening model consists of the people doing different branches of sport regularly either joining or not joining competitions in Niğde as the population of the study. The sample of the study comprises of 173 volunteers selected via availability sampling from the population. The data was collected through survey consisting of four sections. The first and second section of data collection tool include Extrinsic Motive Scale for Sport Spectators (EMSSS) and Intrinsic Motive Scale for Sport Spectator (IMSSS) developed by Polat and Yalçın (2017), in the third section, it includes Sport Motivation Scale (SMS) developed by Pelletier and et al. (1995) and adapted to Turkish by Kazak (2004) and the last section consists of personal information form. Descriptive statistics and test of normality were applied on collected data. For analysing the interaction between dependent and independent variables, essential relation and difference tests were carried out. In general terms, positively directed low level meaningful correlations were found in the sub-dimensions of EMSSS and SMS. The highest relation was seen between the sub-dimensions, cultural development and knowing/succeeding and cultural development and intrinsic motivation. As for the ethical values, it isn't related to any sub-dimensions of SMS and it has meaningful positive relationship only with amotivation.It was found that sub-dimensions of EMSSS and sub-

dimensions of SMS have positively directed low and medium level meaningful correlations. Also it was revealed that the highest relation among sub-dimensions is between sport passion and knowing/succeeding and sport passion and intrinsic motivation. On the other hand, no meaningful relation was found between the dimension, amotivation and sub-dimensions of EMSSS.

SB956

SPOR BİLİMCİLER İÇİN YENİ ÇALIŞMA ALANI OLARAK ESPOR

***[1]Dudu Banu Çakar*, [1]Cengiz Güler**

[1]Fenerbahçe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

Email : *banu.cakar@fbu.edu.tr.edu.tr, cengiz.guler@fbu.edu.tr*

Özet Dijital sporlar ya da kısaca e-spor bölgesel ve uluslararası düzeyde turnuvaları olan profesyonel ve amatör oyuncuların birbirleriyle yarıştığı video oyun etkinliği olarak tanımlanmaktadır. Esporun hayatımıza girişi endüstri 4.0 ve dijital dönüşüm çağının toplumlara olan etkisi ile başlamıştır. Esporun sadece 2016 yılı için ABD'de elde ettiği sponsorluk gelirleri yarım milyar dolara yaklaşmıştır. 2020 yılına kadar bu rakamda %32 artış beklenmektedir. Dünyanın her yerinden milyonlarca seyirci ve taraftar grupları toplamayı başaran e-spor, bu gelirleri; bahis, ödül sistemleri, turnuvalar ve sponsor firmalar marifetiyle elde etmiştir. Ayrıca e-spor; oyun ve sporun kesiştiği, teknoloji firmalarına yenilikçi fırsatlar sunduğu, ilgi çekici içeriklere sahip aktivasyonların yapıldığı müsabakaları ile yeni medya düzenine de hizmet ettiği gözlenmektedir. Son dönemlerde e-spor, dünya çapında bir meslek haline de gelmiştir. (özellikle 16-22 yaş grubu arasında) Ülkemizde futbol kulüpleri başta olmak üzere 50'ye yakın e-spor takımı ve 250 lisanslı oyuncu vardır. E-sporun sportif bir faaliyet olup olmadığı bazı akademisyenler ve spor bilimciler tarafından kabul görse de, çoğu tarafından da kabul görmemektedir. Araştırmamızın temel amacı; her iki durumu da değerlendirerek, dünyada hızla gelişen ve taraftar toplayan dijital sporların, spor bilimcilerin olumlu veya olumsuz önermeleri açısından çalışma alanlarının görünür kılınmasıdır. Çalışmamızda; e-spor'un farklı disiplinlerle olan ilişkilerini, organizasyon ve müsabakaların ayırt edici özelliklerini, toplum ve taraftar gruplarının profillerini kısaca tanımlayarak, soru ve sorulara çözümler bulmaya gayret edilecektir. E-spor ile ilgili geçerli, güvenilir ve tutarlı kavramlara erişmek hedefiyle, sebeb- sonuç ilişkisi spor bilimi bakış açısıyla ortaya çıkarılmaya çalışılacaktır. Aynı zamanda çalışmamızın hazırlık aşamasında olduğu dikkate alınarak, kongreye katılan alan profesyonellerine çalışmamızın ana sorusu olan "E-spor, spor bilimcilerine hangi yeni araştırma alanlarını açmaktadır?" sorusuna cevap verilmesi planlanmıştır. Dijital ve isteğe göre anket yöntemi ile alınacak cevaplar e-spor alanında teori ve yasalara ulaşmada ve özellikle e-spor gelişim stratejileri hakkında ön bilgi toplamada faydalı olacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Espor, Spor, Dijital Teknoloji, Spor Bilimci, Spor Yönetimi

ESPOR AS A NEW WORKING AREA FOR SPORTS SCIENTISTS

Digital sports or as known esports is defined as new video technique for who are competing in regional or international tournaments. The entry of esports into our lives began with the impact of Industry 4.0 and the era of digital transformation on societies. The sponsorship 2016 revenues of esports in the US is about half a billion dollars. This figure is expected to be increased by 32% by 2020. Esports, which has managed to gather millions of spectators and supporters from all over the world, has made this income; betting, award systems, tournaments and sponsored companies. Also esports has a function to be observed that games and sports intersect, provide innovative opportunities to technology companies, and serve new media order with their competitions with interesting content. Recently, esports has become as worldwide profession. (especially between 16-22 age group) In our country there are nearly 50 esports teams and 250 licensed players such as football clubs. The fact that esports is a sporting activity and is accepted by some academics and sports scientists. The main purpose of our research is to be evaluated for both situations, and also it is to make visible the fields of study in terms of positive or negative propositions of digital sports, sports scientists who are rapidly developing and gathering fans in the world. According to our study; esports 's relations with different disciplines, the distinctive features of organizations and competitions, profiles of community and supporter groups will be briefly tried to find solutions to questions and questions. With the aim of reaching valid, reliable and consistent concepts related to esports, the cause-effect relationship will be tried to be revealed from the perspective of sports science. Considering the fact that our study is in the preparation phase however it is planned to answer

SB971

METAFOR OLMADAN ASLA YÜRÜMEYECEKSİN: FUTBOLDA TAKIM MARŞLARI ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA

***[1]Sabrı Kaya*, [2]Metin Argan, [1]Sabri Kaya, [2]Caner Özgen, [2]Gözde Yetim, [2]Büşra İlbars**

[1]Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, KIRIKKALE
[2]Eskişehir Teknik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ESKİŞEHİR

***Email :** sabrikaya@kku.edu.tr, margan@anadolu.edu.tr, sabrikaya@kku.edu.tr, , gozdeey03@hotmail.com,*

Takım tezahüratları, yoğun bir rekabetin hakim olduğu futbol gibi sporlarda önemli bir rol oynamaktadır. Tezahüratların sözleri, hayranların kendilerini hatırlayabilmeleri ve takımları için taşıdıkları güçlü duyguları yansıtabilmeleri açısından büyük önem taşımaktadır. İşte bu yüzden takım tezahüratlarında kullanılan metaforlar çok önemlidir. Metaforlar, bireylerin fenomenlere karşı algılarını ortaya koymalarına yardımcı olur. Bu çalışmanın amacı, futbol takımlarının tezahüratlarında kullanılan metaforları belirlemektir. Bu amaçla 13 Süper Lig Takımından oluşan 84 tezahürat analiz edilerek, kolayda örnekleme yöntemlerinden biri olan kriter (ölçüt) örnekleme yöntemi kullanılarak seçilmiştir. SPSS 23 programına, şarkı söyleme şarkılarının teker teker dinlenmesi ve okunması üzerine tespit edilen metaforlar, frekans ve yüzde analizleri yapıldı. Daha sonra, tüm ekiplerin tezahürlerinde kullanılan metaforlar ortak özelliklerine göre sınıflandırılmıştır. Toplamda, tüm ekiplerin tezahüratları kapsamında 526 metafor belirlenmiştir. Her bir metafor incelendi ve analizlere eklendi. Eldeki tüm metaforların analizleri ile “kalp” ve “sevgi” metaforlarının diğerlerine üstün olduğu belirlenmiştir. Tüm takımlar için en çok kullanılan metaforlar “tutku”, “güç”, “doğa”, “sembol”, “yaşam” ve “fanatik” olmak üzere altı kategoriye ayrılır. Özellikle "tutku" kategorisindeki metaforların tezahüratlarda daha sık kullanıldığı görülmektedir. Bu sayede taraftarlar, takımları için güçlü duygularını iletebilirler. Sonuç olarak, tezahüratlardaki duyguların yoğunluğunun, en etkili şekilde bir iz bırakıp zihnin içinde durması için metaforlar tarafından desteklendiği varsayılmaktadır.

YOU’LL NEVER WALK WITHOUT METAPHOR: A STUDY ON THE CHANTS OF FOOTBALL TEAMS

Team chants play out a significant role in such sports as football where an intense competition prevails. The lyrics of chants are of great importance for fans to be able to remember them and reflect the powerful emotions carried for their team. That’s why, the metaphors used in team chants are pivotal. Because metaphors help individuals surface their perceptions against phenomena. The purpose of this study is to determine the metaphors used in the chants of football teams. For this purpose, it was examined through content analysis 84 chants composed for 13 Super League Teams, which they were selected using criterion sampling, one of the techniques of purposive sampling. The metaphors detected upon listening and reading the lyrics of chants one by one were entered to the SPSS 23 program, then frequency and percentage analyses were performed. Subsequently, the metaphors used in the chants of all teams were categorized by their common characteristics. In total, 526 metaphors were determined within the chants of all teams under consideration. Each metaphor was examined and added in the analyses. Through the analyses of all metaphors at hand, it is determined that the metaphors of “heart” and “love” excel over the others. The most frequently used metaphors for all teams fall in six categories as “passion”, “power”, “nature”, “symbol”, “life”, and “fanatic”. It is seen that especially the metaphors in the passion category are used more frequently in chants. This way, the fans are able to convey their vigorous emotions for their team. In conclusion, it is assumed that the intensity of emotions in chants are supported by metaphors in order to leave a mark and stick in the mind in the most influential way.

SPOR FELSEFESİ / SPORTS PHYLOSOPY

SB488

ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN BEDEN EĞİTİMİ DERSİ SPORTMENLİK DAVRANIŞLARI

[1]Zehra Certel, [1]Buse Çelik, [2]Ziya Bahadır

[1]Akdeniz Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, ANTALYA
[2]Erciyes Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, KAYSERİ

Email : *zcertel@akdeniz.edu.tr., busecelik@akdeniz.edu.tr, ziyabahadir@erciyes.edu.tr.*

Giriş ve Amaç

Beden eğitimi ve spor dersi tüm toplumun spor ile ilgili aldığı temel eğitim yeridir ve bireyde geliştirilmek istenen bilişsel, sosyal ve duyuşsal davranışlar için önemli fırsatlar sunar. Ahlak, etik kurallar, felsefe ve oyun kurallarının bir bileşimi olarak görülen (Green, 1997) sportmenlik davranışları, beden eğitimi ve spor derslerinde geliştirilerek, öğrencinin olumlu davranış gelişimi desteklenebilir. Sportmenlik davranışının öğrencide geliştirilebilmesi için, bu eğitimi verecek kişinin sportmenliğin anlamını bilmesi ve uygun öğretim yöntemlerini kullanması gerekmektedir (Rudd ve Stoll, 1998). Bunun yanında öğrencilerin sportmenlik davranışlarının hangi düzeyde olduğu bilmek, eğitimin başlangıcı için önemlidir. Bu bağlamda araştırmanın amacı, ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi dersindeki sportmenlik davranışlarını cinsiyet, aile tutumu, sınıf düzeyi ve yaptıkları spor dallarına göre incelemektir.

Yöntem

Araştırma tarama modelindedir. Araştırma örneklemini, Antalya ilindeki ortaokullarda öğrenim gören 217 kız 154 erkek olmak üzere 371 ortaokul öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Koç (2013) tarafından geliştirilen "Beden Eğitimi Dersi Sportmenlik Davranışı Ölçeği" (BEDSDÖ) ve kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Araştırmada istatistiksel analiz olarak, betimsel istatistikler yanında Mann Whitney ve Kruskall Wallis testi yapılmıştır.

Bulgular

Ortaokul öğrencilerinin cinsiyetlerine, yaptıkları spor dallarına ve aile tutumlarına göre sportmenlik davranışlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıflara göre ise istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Sonuç

Kız öğrencilerin sportmenlik davranış puan ortalamaları erkek öğrencilere göre daha yüksektir. Demokratik aile tutumu sergileyen ailelerinin çocuklarının, uygunsuz davranış sergileme ve sportmenlik puan ortalamaları serbest aile tutumu sergileyen öğrencilere göre daha yüksek bulunmuştur. Öğrencilerin yaptıkları spor dallarına göre ise bireysel spor yapan öğrencilerin uygun davranış sergileme ve sportmenlik puanları diğer sporları yapan öğrencilere göre daha yüksek bulunmuştur. Öğrenim görülen sınıf ise sportmenlik davranışını etkilememektedir.

Anahtar kelimeler: Sportmenlik, beden eğitimi ve spor dersi, ortaokul öğrencisi

SPORTSPERSONSHIP BEHAVIORS OF SECONDARY SCHOOL STUDENTS IN PHYSICAL EDUCATION CLASSES

Introduction and Purpose

Physical education and sport class is where members of a society learn basics of sports and offers significant opportunities for development of cognitive, social and affective behaviors. Sportspersonship behaviors, which are thought as combination of morals, ethical principals, philosophy and game rules (Green, 1997), can be developed in physical education and sport classes that leads to development of positive behaviors. Prior to develop sportspersonship behaviors in students, educators need to know what is sportspersonship and how to apply appropriate teaching methods (Rudd ve Stoll, 1998). Furthermore, it is important to know students' levels of sportspersonship behaviors, prior to beginning of the education. The purpose of this study was to investigate secondary school students' levels of sportspersonship behaviors according to gender, family attitude, grades and sports they have done.

Method

Screening method was applied in this study. Participants were 371 secondary school students (217 female, 154 male) in Antalya. Personal information form prepared by researchers and Sportspersonship Behavior Scale in Physical Education Course developed by Koç (2013) were used in order to collect data. In data analysis, Mann Whitney and Kruskall Wallis were used along with descriptive statistics.

Fındıngs

Statistically significant differences were noted in sportspersonship behaviors according to gender, family attitudes and sports they have done. However, there was no statistically significant differences according to the grades participants studying in.

Result

The mean of females' sportspersonship behavior values is higher than males'. The means of avoidance from negative behavior values and sportpersonship values were higher in participants raised in a democratic family rather than those raised in free-range families. According to sports, realization of positive behavior and sportspersonship values were noted higher in participants doing individual sports. However, grades of participants did not have any effect on sportspersonship behavior.

Key Words: Sportspersonship, physical education and sport class, secondary school student

SPOR İŞLETMECİLİĞİ / SPORT BUSİNESS

SB7

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLERİNİN MESLEKLERİNE İLİŞKİN ÖZ YETERLİK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ VE ÖĞRETMENLERİN İŞ DOYUM ANALİZİ (NİĞDE İLİ ÖRNEĞİ)

[1]Hüdaverdi Mamak, [1]Gonca Özçete

[1]Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi/NİĞDE

Email : *hmamak@ohu.edu.tr,*

Bu araştırmada, beden eğitimi öğretmenlerinin öz yeterliliğini yorumlamada iş doyumunun rolü incelenmektedir. Araştırma modeli olarak öz yeterliliğin ve iş doyumunun demografik bilgilere göre farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek amacıyla betimsel ve ilişkisel tarama modeli tercih edilmiştir. Veriler, Niğde ili merkezi ve merkeze bağlı köylerindeki okullardan toplanmıştır. Araştırmaya 150 beden eğitimi öğretmeni (53 Kadın ve 97 Erkek olmak üzere) katılmıştır. Araştırmanın verileri Kişisel Bilgi Formu, Beden Eğitimi Öğretmenlerinin İş Doyumu Ölçeği ve Öz-Yeterlik Ölçeği ile toplanmıştır. Elde edilen verilerin analizinde normallik dağılımlarını belirlemek amacıyla Kolmogorov-Smirnov Testi; çıkarımsal istatistikler çerçevesinde Mann-Whitney U testi, Kruskal Wallis-H testi ve Spearman Rho kullanılmıştır. Gerçekleştirilen analizler sonucunda elde edilen bulgular şu şekilde özetlenebilir: Beden eğitimi öğretmenlerinin öz yeterliliği Niğde ilindeki görev süresine, branş dışındaki derslere girme durumuna göre anlamlı bir farklılık gösterirken; cinsiyete, yaşa, medeni duruma, eğitim durumuna, mesleki kıdeme göre bir farklılık göstermediği saptanmıştır. Beden eğitimi öğretmenlerinin iş doyumu mesleki kıdeme, branş dışındaki derslere girme durumuna göre anlamlı bir farklılık gösterirken; cinsiyete, yaşa, medeni duruma, eğitim durumuna, Niğde ilindeki görev süresine göre bir farklılık göstermediği saptanmıştır. Anahtar Kelimeler: Beden Eğitimi Öğretmenleri, Öz-Yeterlik, İş Doyumu

INVESTIGATION OF SELF SATISFACTION LEVELS RELATED TO THE PROFESSIONS OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORT TEACHERS AND JOB SATISFACTION ANALYSIS OF TEACHERS (NİĞDE PROVINCE)

NVESTIGATION OF SELF SATISFACTION LEVELS RELATED TO THE PROFESSIONS OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORT TEACHERS AND JOB SATISFACTION ANALYSIS OF TEACHERS (NİĞDE PROVİNCE)

In this research, the role of job satisfaction in the process of self-sufficiency of physical education teachers is examined. As a research model, descriptive and relational screening model was chosen to test whether self-sufficiency and job satisfaction differ according to demographic information. The data were collected from the schools in the villages of the Niğde province center and the center. 150 physical education teachers (including 53 female and 97 male) participated in the research. The personal information form of the study was collected by Physical Education Teachers' Job Satisfaction Scale and Self-Sufficiency Scale. The Kolmogorov-Smirnov Test was used to determine the normality distributions in the analysis of the obtained data; Mann-Whitney U test, Kruskal Wallis-H test and Spearman Rho were used in the framework of inferential statistics. The findings obtained as a result of the analyzes can be summarized as follows: While the self-sufficiency of physical education teachers a meaningful difference encountered according to the status of entering Niğde province during the period of duty, no meaningful difference encountered according to sex, age, marital status, education status, occupational seniority. It was determined that physical education teachers no significant difference encountered according to sex, age, marital status, educational status, duration of duty in Niğde province while job satisfaction a significant difference encountered according to occupational seniority, entering into courses outside the branch. Key Words: Physical Education Teachers, Self-Sufficiency, Job Satisfaction

SB9

SPOR KULÜPLERİNDE GÖREV YAPAN YÖNETİCİLERİN EĞİTİM DURUMLARI VE YETERLİLİKLERİ

***[1]Oktay Kızar*, [2]Mehmet Kargün, [3]Resul Ağırtaş**

[1]Bingöl Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu-Bingöl
[2]Gaziosmanpaşa Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu-Tokat
[3]Milli Eğitim Müdürlüğü-Elazığ

***Email :** oktaykizar@mynet.com, mkargun@gop.edu.tr,, oktaykizar@mynet.com*

GİRİŞ: Uzun yıllardır spora yön veren devlet politikalarında ve icraatlarında, spor yöneticileri düşünülmemiştir. Sporcu yetiştirilmesi ve tesisler düşünülürken, bütün bunların organizasyonunu yapacak yöneticilerle ilgili programlar tutarsız olmuştur. AMAÇ: Bu çalışmanın amacı; Elazığ'da faaliyet gösteren amatör spor kulüplerinde görev yapan yöneticilerin eğitim durumları ve yeterlilikleri" açısından incelenmesidir. YÖNTEM: Araştırma Elazığ Amatör Spor Kulüpleri Federasyonu'na bağlı, 61 spor kulübüne ve bu spor kulüplerinde görev yapan 166 spor yöneticisine uygulanmıştır. Anketten elde edilen veriler frekans, yüzde, aritmetik ortalama, ikili gruplar için t testi, çoklu gruplar için tek yönlü varyans analizi (Anova) uygulanarak sonuçlar tablolar halinde gösterilmiştir. BULGULAR: Spor branşı değişkenine göre Atletizm, Yüzme, Tenis branşlarındaki yönetici görüşleri diğer branşlardaki yönetici görüşlerine göre, tüm anket alt boyutlarında farklılıklar olduğu bulunmuştur ($p<0,05$). SONUÇ: Sonuç olarak; Spor yöneticilerin görevde kalma süresi ve eğitim düzeyleri arttıkça yöneticilikte planlama, karar verme, iletişim ve teknolojik alanlarında daha başarılı olduğu bulunmuştur. Ayrıca daha önce spor yapmaları spor yöneticilerin, yöneticilik yönetmelerine olumlu katkı sağladığı görülmüştür. Anahtar Kelimeler: Spor, Yönetim, Spor Yöneticisi, Spor Kulübü, Yönetici Yeterliliği

EDUCATIONAL DUTIES AND QUALIFICATIONS EXECUTIVE MANAGERS IN SPORTS CLUBS

For many years, sport managers have not been considered in government policies and actions that have spurred the sport. While the training of the athletes and the facilities are being considered, the programs related to the managers who will do the organization of all these are inconsistent. The purpose of this study; Managers in amateur sports clubs operating in Elazig is analyzed in terms of "competence area manager" and "sports administrators, various management competencies. Research, depends on the Elazig Amateur Sports Clubs Federation, was applied to 61 sports clubs and 166 sports administrators who work in the sports club. The data obtained from the Survey are shown in the tables of the results variance for multiple groups (Anova), t test for two groups, one-way analysis of, arithmetic mean, percentage, frequency. According to the variable sports branch, Athletics, Swimming, Tennis opinions managers in branches found that differences in dimensions ın all surveys according to the views of other opinions managers ($p<0,05$). Consequently; Increasing mission duration of sports administrators and ıncreases levels of education was more successful, communication and technological, management, decision making, planning, also sports administrators the situation before doing sport or sports do, the management has not been shown to provide any positive contribution. Anahtar Kelimeler: Sport, Management, Sports Administrator, Sports Club, Director Competence

SB567

FARKLI EGITIM ALT YAPISI OLAN BIREYLERIN FITNESS SEKTORUNU TERCIH NEDENLERI

[1]İlhan Odabaş, [1]Hüseyin Sarıçam, [2]Lale Güler, [3]Mete Bektaş

[1]Haliç Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu,İstanbul
[2]Marmara Üniversitesi,İstanbul
[3]Türkiye Vücut Gelştirme Fitness Bilek Güreşi Federasyonu,İstanbul

Email : *ilhanodabas@yahoo.com, huseyinsaricam@halic.edu.tr, laleguler@yahoo.com, metebektas33@hotmail.com*

Amaç: Çalışmanın amacı fitness antrenörlük eğitimine katılan bireylerin mesleki alt yapılarının tespit edilip fitness sektörüne yönelim nedenlerinin belirlenmesidir.

Yöntem: Araştırmanın örneklemini 2017-18 dönemi Türkiye Vücut Geliştirme Fitness Bilek Güreşi Federasyonunun İstanbul da açmış olduğu eğitimlere katılan 36 kadın (Xyaş=29.13±7.21) ve 123 erkek (Xyaş=24.92±5.88) toplam 159 (Xyaş=25.88±6.43) aday gönüllü katılarak oluşturmuştur. Katılımcılara yüzyüze anket yöntemi uygulanmıştır. İlk bölümde demografik bilgileri içeren 8 , ikinci bölümde fitness sektörüne yönelik 21 olmak üzere toplam 29 sorudan oluşmaktadır. Verilerin değerlendirilmesi için SPSS programı kullanılmış olup normallik testi yapıldıktan sonra tanımlayıcı istatistik, frekans analizi yapılmıştır.

Bulgular: Katılımcıların %26,4 işletme-pazarlama, %22,6 tekniker, %21,4 lise, %9,4 Besyo, %6,3 iletişim, %2,5 sağlık, %2,5 sosyal bilimler, %1,9 mühendis, %1,9 eğitmen, %1,9 turizm, %1,3 hukuk ile alakalı bölümlerden mezun veya öğrenci olarak devam etmektedir. Katılımcıların %35,8 Mezun olduğum alanda çalıştım ama mutlu değildim %8,8 Mezun olduğum alanda çalıştım fakat maddi olarak yetersizdi, %8,2 mezun olduğum alanda iş bulamadım, %8,2 mezun olduğum alanın geleceği açık değildi,% 5,0 mezun olduğum alanda istediğim iş imkanını bulamadım diyerek mezun olduğu alanda ilerlememiştir. Katılımcıların %77,4 daha mutluyum ve bu alanı seviyorum, % 5,7 kendi alanımda iş bulamadım, % 4,4 maddi olarak daha kazançlı, %2,5 Spor salonum olduğu için sertifika almak istedim, % 2,5 diğer sebeplerden dolayı bu alana yöneldiklerini belirtmişlerdir.

Tartışma ve Sonuç: Araştırmada Türkiye de lise, meslek liseleri, teknik lise mezunları ve/ veya farklı bilim dallarında akademik eğitim alan bireylerin fitness sektöründe istihdam arayışlarının açıklanması istenmiştir. Araştırmaya katılan bireyler Fitness alanında aldıkları bu eğitimlerle kendilerinin hem spor-sağlık alanında bilgi sahibi olduklarını ve mutlu olduklarını, hem de istihdam sağladığını hatta işletme sahibi olma gibi taleplerini gerçekleştirebildiklerini vurgulamışlardır. Araştırma sonucuna göre Fitness antrenörlük eğitimlerinin katılımcıya spor sağlık alanında eğitim sağladığı, tercih edilen bir meslek alanı olduğu ve istihdam sağlamada da önemli bir yeri olduğu düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Fitness, fitness sektörü, fitness antrenörlük eğitimi.

THE REASON WHY INDIVIDUALS WITH DIFFERENT EDUCATIONAL BACKGROUNDS ARE CHOOSING FITNESS SECTOR AS A JOB

Purpose: The aim of the study was to determine the reasons of tendency to fitness sector of the candidates who attended to the fitness trainer course examining their professional backgrounds.

Method: 36 women (Xage=29.13±7.21) and 123 men (Xage=24.92±5.88) total 159 (Xage=25.88±6.43) participants who attended to the course held by the Body Building Fitness Arm Wrestling Federation of Turkey participated voluntarily to this study. Survey method was used in this study to learn opinion about fitness sector of the candidates The survey consisted of totally 29 questions; 8 questions about demographic information in first section, 21 questions about fitness sector background in second section. SPSS program was used for the evaluation of the data. After normality test, descriptive statistics and frequency analysis were applied.

Results: The participants graduated from or studying in the following departments; business-marketing(26.4%), technician(22.6%), high school(21.4%), School of Physical Education and Sports (9.4%), communication(6.3%), health 2.5%), social sciences (2.5%), engineering(1.9%), instructor(1.9%), tourism (1.9%), law(1.3%). 53.5% of the participants did not work in the field before graduation while 44.0% of them have already worked in the field

Conclusion: In the study, the participants who studied in high school, vocational high school, and technical high school and / or had academic education in different science disciplines were asked to explain their searching employment in the fitness industry. The participants emphasized that both they learned some knowledge about sport and health and they were happy by means of this education they attended in fitness area. Also they thought that they could make demands such as employment and even business owner. As a result, it is thought that Fitness coaching education was a preferred occupation area and it was also an important place in providing employment

Keywords: Fitness, fitness sector, fitness coaching education

SPOR SOSYOLOJİSİ / SPORTS SOCİOLOGY

SB15

FUTBOL TARAFTARLIĞININ TÜRKİYE'DEKİ KÖKENİ VE DEĞİŞİM SÜRECİ

[1]Ferhat Bakır ,

[1]Radyo Ve Televizyon Üst Kurulu,Ankara

Email : *ferhatbkr@yahoo.com,*

Futbol, çağımızın en yaygın spor dalı olarak belirmekle beraber, Türkiye'de özellikle son on senede toplumsal ve ekonomik hayatın içerisinde kayda değer bir konuma sahip olmuştur. Futbolun sahip olduğu popülarite, toplumsal ve ekonomik çerçevedeki yükselişi bu spor branşının neden bu denli önemli bir gelişim kaydettiği sorusunu beraberinde getirmiştir. Ayrıca futbol alanının doğuşu ve gelişimiyle beraber futbolun asli aktörlerinden birisi olarak taraftarların durumu ve yıllar içerisinde taraftar profilinin değişimi sosyolojik, psikolojik ve ekonomik birçok disiplin için konu özelinde değerlendirme yapmaya olanak sağlayabilecektir. Bu çerçevede bu araştırmada futbol taraftarlığının Türkiye'deki kökeni ve dönüşümü araştırılmış, bulgulardan hareketle değerlendirmeler yapılmıştır.

ORIGIN AND CHANGE PROCESS OF FOOTBALL SUPPORTER IN TURKEY

Football, although our age appears to be the most popular sports, has had a considerable position in social and economic life especially in the last ten years in Turkey. The popularity that football has, the rise in social and economic context, has brought the question of why this sport branch has made such a significant development. In addition, with the birth and development of the football field, the situation of the supporter as one of the main actors of football and the change of the fans' profile over the years will allow to make an assessment for the sociological, psychological and economical discipline. In this context, in the study it was researched the origin and transformation of football supporter in Turkey, from these findings, evaluations were made.

SB22

SPOR VE SANAT EĞİTİMİNİN SOSYALLEŞMEYE ETKİSİ

[1]Feyzullah Koca, [2]Gülten İmamoğlu, [3]Feyzullah Koca

[1]Erciyes Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Kayseri
[2]Ondokuz Mayıs Üniversitesi Güzel Sanatlar Fakültesi Resim Ana Sanat Dalı/SAMSUN
[3]Erciyes Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Kayseri/TÜRKİYE

Email : *fkoca@erciyes.edu.tr, , fkoca@erciyes.edu.tr*

Özet:

Bu çalışmanın amacı spor ve güzel sanatlar eğitiminin öğrencilerin sosyalleşme üzerindeki etkisini incelemektir. Çalışmada 233 erkek ve 209 kadın üniversite öğrencisinin doldurduğu sosyalleşme anketleri değerlendirilmiştir. İstatistiksel işlemlerde bağımsız t-test, tek yönlü varyans analizi ve LSD testleri kullanılmıştır. Çalışmada erkeklerin sosyalleşme puan ortalamaları 122,60 iken kadınlarda 122,71 bulunmuştur. Cinsiyete, yaş kategorisine, gelir durumuna, insanlarla ilişkiler ve hayattan memnun olma durumuna göre sosyalleşme puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$). İletişim kurabilme durumları, eğitim alanı, ilgi duyulan alanlar ve yerleşim yerine göre sosyalleşme puanları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0,05$ ve $p<0,001$). Sonuç olarak Spor ve Güzel sanatlar eğitimi almanın insanlarda sosyalleşmeyi benzer şekilde artırdığı, cinsiyetin, İnsanlarla olan ilişkilerin durumu ve şu an hayattan memnun olmanın etki etmediği söylenebilir. Ayrıca bu çalışmaya göre iletişim durumu, ilgi alanları ve yerleşim yerinin sosyalleşmede etki ettiği, yaş kategorisi ve gelir durumunun etki etmediği bulunmuştur. Üniversite düzeyinde spor ve güzel sanatlar eğitimi toplumda daha yaygın olmalıdır.

Anahtar kelimeler: Öğrenci, spor, sanat ve sosyalleşme

SOCIALIZATION EFFECT OF SPORT AND ART EDUCATION

SOCIALIZATION EFFECT OF SPORT AND ART EDUCATION

The purpose of this study is to examine the effect of sports and arts education on the socialization of students. In the study, socialization questionnaires filled by 233 male and 209 female college students were evaluated. Comparison of t-test, One-Way ANOVA and LSD tests were performed. In the study, the average score of socialization of men was 122.60 while it was 122.71 in women. There was no statistically significant difference between socialization scores according to gender, age category, income status, people relations and satisfaction with life ($p> 0, 05$). Significant differences were found between socialization scores according to communication situations, education area, areas of interest and place of residence ($p <0, 05$ and $p <0,001$). As a result, it can be said that the education of Sports and Fine Arts enhances socialization in a similar way to people, the situation of gender, relationships with people, and the satisfaction of now being not affected. Moreover, according to this study, it was found that communication status, interest areas and settlement affect socialization, age category and income situation do not affect. Sports and fine arts education should be more widespread in society in level of University

Key words: Student, sport, art and socialization

SB27

TÜRK KÜLTÜRLERİNDE TANINAN GELENEKSEL OYUNLAR VE SPORLARA YÜZEYSEL BAKIŞ

***[1]Recep Nur Uzun*, [2]Mehmet Gül, [3]Recep Nur Uzun, [4]Osman İmamoğlu, [5]Mehmet Türkmen, [4]Mehmet Çebi, [2]Levent Ceylan**

[1]Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Spor Yöneticiliği Ana Bilim Dalı
[2]Cumhuriyet Üniversitesi. Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu
[3]Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı
[4]Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi
[5]Kırgız-Türk Manas Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu

***Email :** recepnruzun@outlook.com, mehmetgul@cumhuriyet.edu.tr, recepnruzun@outlook.com, osmani55@hotmail.com, turkmenafsin@hotmail.com, mcebi73@hotmail.com, leventceylan17@hotmail.com*

Geleneksel sporlar olarak adlandırılabilen faaliyetlerin, Türklerin sosyal hayatlarının bir parçası olduğu söylenebilir. Dolayısıyla bu çalışmada, çevgan, kökböri ve mangala, sporların-oyunlarının Türk kültürlerindeki yerine yüzeysel bir bakış açısı ile bakılmak amaçlanmıştır. Dünyada polo adı ile bilinen çevgan oyununun ile defa MÖ. VI. yüzyılında Sasaniler ile Türkmenler arasında oynandığı ifade edilmektedir. Kral oyunu olarak adlandırılan bu oyun da asıl amaç at üzerinde yarışan oyuncularının ellerindeki değnekleri, yere dikili çubukların arasından geçirerek topu hedeflenen yere eriştirmesidir. 1900 Paris olimpiyatlarına da dahil edilen bu oyun 2013 yılında UNESCO'nun kültür mirasları listesinde de yer aldığı bilinmektedir. Kökböri oyunu M.Ö. 276'dan itibaren Büyük Asya Türk toplumlarında oynanmaya başlandığı söylenebilir. Orta Asya'da yaygın olarak oynanan kökböri oyunu çöğen, gökbari, oğlak\ulak gibi isimlerle de anılmaktadır. Her insanın iştirak edebildiği bu oyun geniş ve düz sahalarda organize edilmektedir. Oyunun özünde at salıp koşarak oğlağı kapmak vardır. Kuzu veya keçi postu, hakem tarafından meydana atılır ve başla komutu verildikten sonra oyunculardan postu kapan oyunu kazanmış olur. Antik Mısıra ait belgelere göre M.Ö. 3000 yıllarına dayanan mangalanın Saka, Hun, Göktürk ve Osmanlı dönemlerinde yaygın olarak oynandığı ifade edilebilir. Ayrıca bu oyun Türk dünyasında Kale, Altıev, Evcik, Mereköçtü adlarıyla oynanmaktadır. Mangala iki kişinin karışlıklı olarak oynadığı bir oyundur. Oyun tahtasında bulunan 12 kuyuya toplamda 48 taşın 4'er şekilde dağıtılması gerekmektedir. Oyuncuların taşları toplayabileceği bir hazinesi bulunmaktadır. Asıl amaç ise oyuncuların hazinesini doldurmasıdır. Sonuç olarak, çevgan ve kökbörinin takım halinde ve at üzerinde oynandığı, mangalanın bireysel ve sabit şekilde oynandığı söylenebilir. Ayrıca kökbörinin kuzu ya da keçi postu ile oynandığı ifade edilebilir. Başkaca, çevganın halk arasında kral oyunu olarak tanımladığı belirtilebilir. Dahası 2013 yılınca UNESCO'nun kültür değerleri arasında yer alan bu oyun 1900 olimpiyatlarına da dahil edildiği ifade edilebilir. Uygulanış ve adlandırma olarak farklılıklar içeren bu oyunların Türk gençlerine yaygın olarak tanıtılması ve de benimsetilmesi kültür değerlerinin yaşatılması adına önem arz ettiği söylenebilir.

A SUPERFICIAL LOOK AT TRADITIONAL GAMES AND SPORTS KNOWN IN TURKISH CULTURES

It can be said that activities called traditional sports are part of the social lives of the Turks. Therefore, in this study, Çevgan, Kokböri and Mangala, sports-games are aimed to be looked at instead of a superficial perspective in Turkish cultures. The world known for polo with the name of Çevgan game times BC. In the 20th century, it was played between Sasanians and Turkmens.This game, which is also included in the 1900 Paris Olympics, is also known to be listed on UNESCO's cultural heritage list in 2013. Kökböri game started to be played in the great Asian Turkish societies from 276 BC. The game is commonly played in Central Asia with names such as Çöğen, Gokbari, Capricorn Messenger. The Lamb or goat fleece is made by the referee, and after the start command is given, players will win the pelt-catcher game. According to ancient Egyptian documents, the Mangala, which dates back to 3000 B.C., can be expressed as being widely played in Saka, Hun, Gokturk and Ottoman periods. In addition, this game is played with the names of Kale, Altiev, Evcik and Mereköçtü in the Turkish world. A Mangala is a game in which two people are playing with confusion. Players have a treasure that can collect stones. The main goal is to fill the players ' treasures. As a result, it can be said that the Mangala is played individually and in a fixed way, when the surroundings and the FIR are played on the team and on the horse. It can also be stated that the FIR is played with lamb or goat's fleece. It can be said that these games, which have differences in implementation and naming, are widely introduced to Turkish youth and that they are important for the survival of cultural values.

SB159

ANADOLU'NUN MİHENK TAŞI OYUNLARININ İNCELENMESİ: AŞIK OYUNLARI

[2]Osman İmamoğlu, [3] Mehmet Türkmen, [4]Mehmet Gül, [5]Mehmet Çebi, [4]Levent Ceylan, [1]Recep Nur Uzun

[1]Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı, SAMSUN
[2]Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi Spor Yöneticiliği Bölümü, SAMSUN
[3]Kırgızistan Türkiye Manas Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu,BİŞKEK
[4]Cumhuriyet Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu,SİVAS
[5]Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi Rekreasyon Bölümü, SAMSUN

Email : *osmani55@hotmail.com, mehmet.turkmen@manas.edu.kg, , mehmetgul@cumhuriyet.edu.tr , mehmet.cebi@omu.edu.tr, leventceylan17@hotmail.com, recepnruzun@outlook.com*

Aşık kemiğinin gerek işlenerek gerekse aşık kemiğinin çeşitli malzemelerinden yapılmış kopyaları ile oynanan aşık oyunlarının ilk örneğine Konya'nın Çumra ilçesinde bulunan Çatalhöyük'ün Neolitik Dönem tabakalarında rastlanmıştır. Yapılan arkeolojik ve etnografik araştırmalara göre aşık kemiği kullanılarak oynanan oyunların hemen hemen tüm kültürler ile etkileşim geçirdiği söylenebilir. Öyle ki aşık oyunları, çeşitlilik bakımından en zengin oyunlardan birisi olarak gösterilmektedir. Azerbaycan, Kırgızistan, Kazakistan, Özbekistan, Türkmenistan çocuklarının en çok rağbet ettiği oyunların başında aşık oyunu gelmektedir. Aşık oyunları Orta Asya bölgelerinde Ompa, Asıktı Tigin Oynav, Tas Kala, Han, Ketsin Bir, Han Talamay, Kumar, Bes tas, Köterispek, Atbakıl gibi isimlerle oynanmaktadır. Aşık oyunu, aşık kemiği ile en az iki kişinin oynadığı ayrıca farklı çeşitlerde oynanan oyunun genel ismidir. Eklem kemiği olarak bilinen aşık kemiği zengin yada fakir her ailenin sahip olabileceği bir oyun aracıdır. Aşık kemiğinin şekli ve oyunun oynandığı alanın şartlarına göre oynanışta farklılık içeren aşık oyunları üç farklı şekilde (tohan, üç ayak, sallaş) oynanabilir. Ancak yaygın olarak çizilmiş daire içerinde her oyuncunun eşit sayıda aşıklarını dizmesi ve oyuncuların eşit mesafeden daire içindeki aşıkları vurarak dışarıya çıkarmaya çalışması şeklinde oynanmaktadır. Anadolu'da da üç taş, beş taş dokuz taş isimleriyle isimleri ile yaygın olarak oynanan oyunların özünü aşık oyunları oluşturmaktadır. Ortak bir kültürün mirası olarak görülen aşık oyunu günümüzde de varlığını sürdürmektedir.

EXAMINATION OF CORNERSTONE GAMES OF ANATOLIA: KNUCKLEBONES

The first example of knucklebones played either with processed knucklebone or imitation of a knucklebone made of various materials were found on the layers of Neolithic Period in Çatalhöyük in Cumra district of Konya. As the result of archaeological and ethnographic researches, it could be stated that the games played with the knucklebone may have been interacted with almost all cultures. Therefore, knucklebones is accepted as one of the most diversified games. Knucklebones is the most popular game of children in Azerbaijan, Kyrgyzstan, Kazakhstan, Uzbekistan and Turkmenistan. Knucklebones has been played with different names in the regions of Central Asia such as Ompa, Asıktı Tigin Oynav, Tas Kala, Han, Ketsin Bir, Han Talamay, Kumar, Bes tas, Köterispek and Atbakıl. Knucklebones is the general name of the game played with knuckle bone by minimum two persons in various ways. Knucklebone, also known as anklebone, is a game tool that can be owned by all families no matter they are rich or poor. Knucklebones having differences according to the shape of the bone and the conditions of the area the game played can be played in three different ways (tohan, üç ayak, sallaş). Commonly, it is played as each player placing the same number of bones in a circle and players shooting the bones in the circle from the same distance while trying to take them out of the circle. Knucklebones forms the origin of the games called tick-tack-toe, jackstones and nine stones which were commonly played in Anatolia. Today, knucklebones accepted as a heritage of a common culture has still kept its existence.

SB266

JİMNASTİK SPORCULARINDA YEME BOZUKLUKLARI; DUYGUSAL VE FİZİKSEL İSTİSMAR AÇISINDAN BİR DURUM ÇALIŞMASI

***[1]Hande Türkeri-Bozkurt*, [1]Nefise Bulgu**

[1]Hacettepe Üniversitesi, ANKARA

Email : *hturkeri@yahoo.com, bulgunefise@gmail.com*

Giriş ve Amaç Amerikan Psikiyatri Birliği yeme bozukluklarını; yiyeceklerin tüketilmesi ya da emilmesinde değişme ile sonuçlanan fiziksel sağlık ve psikososyal işlevsellikte anlamlı bir bozukluğa yol açan yeme ile ilişkili davranışlarda kalıcı bozulma olarak tanımlamaktadır. Peki, gerçekte olan biten bu tanımdaki kadar basit midir? Bu bozukluğa sahip çocukların neler yaşadıklarını ortaya koymak özellikle önemli değil midir? Evet, önemlidir ve bilim dünyasında bu konuda çalışmalar da yapılmıştır. Ancak spora özgü çalışmalara baktığımızda yeme bozukluklarıyla duygusal ve fiziksel istismar arasındaki bağlantının yeterince irdelenmemiş olması, sporda çocuk hakları üzerine çalışan bizim gibi iki araştırmacıyı bu konu üzerine yoğunlaşmaya yönlendirmiştir. Buradan hareketle bu araştırmanın amacı; yeme bozukluğu sebebiyle büyük zorluklar yaşayan bir jimnastikçinin bedeninin eğitimi sürecinde beslenme planlamasında karşılaştığı, fiziksel ve duygusal istismara yol açan olumsuzlukların irdelenmesi ve yeme bozuklukları ile bu istismar türleri arasındaki bağlantının keşfedilmesi olarak belirlenmiştir.

Yöntem Bu çalışmada nitel araştırma yöntemlerinden biri olan durum çalışması (case study) kullanılmıştır Araştırmanın verileri yeme bozukluğu sebebiyle tüm yaşamında zorluklar yaşayan bir jimnastikçiyle çalışılarak toplanmıştır. Katılımcının yeme bozukluğuna ilişkin tüm yaşantısı derinlemesine incelenmiş, ailesi ve çevresiyle de birebir görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Araştırmadan elde edilen veriler durum çalışmasına özgü olarak analiz edilmiştir. Katılımcı Melis olarak adlandırılmıştır.

Bulgular Melis bize özellikle annesinin yemek yeme konusundaki kısıtlayıcı davranış ve söylemlerinin çok yoğun olduğunu ve onu büyük ölçüde etkilediğini söylemiş, anneden elde edilen bilgiler bunu onaylar nitelikte olmuştur. Antrenör ve hakemlerin sürekli devam eden zayıflık söylemleri ve rencide edici söz ve davranışları da yeme bozukluğunu tetiklemede etkili faktörler olarak karşımıza çıkmıştır.

Sonuç Yeme bozuklukları ile duygusal ve fiziksel istismar arasında oldukça güçlü bir bağ olduğu anlaşılmıştır. Bu konuda aile ve antrenörlerin çok etkili olduğu bilgisi beklenilen bir bilgi olmasına karşılık, hakemlerin de bu konuda önemli düzeyde bir etkiye sahip olması oldukça dikkat çekici bir bulgudur. Yeme bozuklukları ve istismar arasındaki ilişkiye dair daha fazla araştırmaya ihtiyaç olduğu düşünülmektedir.

EATING DISORDERS IN GYMNASTS; A CASE STUDY IN TERM OF EMOTIONAL AND PHYSICAL ABUSE

Introduction and Aim American Psychiatric Association describe eating disorders as persistent deterioration in eating-related behaviors leading to a significant impairment in physical health and psychosocial functioning, resulting in changes in consumption or absorption of food. Is the individuals' experience as simple as this definition? No, it is not. There are a lot of study about this topic. However, when we looked at sport, we found that the link between eating disorders and emotional and physical abuse was not adequately addressed. From this point of view, the purpose of this study was exploring the negativity faced by a gymnast who had an eating disorder and exploring the link between eating disorder and emotional and physical abuse. Method The case study is preferred as a research method in this study. The data of the study were collected by working with a gymnast who had difficulties in her life due to eating disorders. The whole experience of the participant's eating disorders was thoroughly examined and individual meetings were held with

her family and her friends about her. The data were analyzed specific to the case study. The participant is called Melis. Findings Melis told us that especially her mother's restrictive behaviors and discourse about eating were very intense and affected her to a great extent. The dominant discourses on the importance of being leanness with the coaches and referees, as well as the offending words and behaviors, have been raised as factors that are effective in triggering eating disorders.

Results It is understood that there is a strong link between eating disorders and emotional and physical abuse. It is a remarkable finding that the referees have a considerable influence on this issue, in spite of the fact that the knowledge that family and coaches are very effective in this regard is expected information.

SB277

YENİ TOPLUMSAL HAREKETLER VE ALTERNATİF FUTBOL LİGLERİ: ÖZGÜR LİG ÖRNEĞİ

***[1]İrem Sarıkulak*, [2]Hatice Şule Oğuz**

[1]Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara
[2]Hacettepe Üniversitesi İletişim Fakültesi, Ankara

Email : *iremsarikulak@gmail.com, h.suleoguz@yahoo.com*

Giriş ve Amaç: Futbol'un asla sadece futbol olmayacağını belirten Kuper, futbolun milyarlarca insan tarafından takip edildiği ve bir oyunun milyarlarca kişi için önemli olduğu takdirde sadece bir oyun olmaktan çıktığını söylüyor (Kuper, 2003). Bu araştırmada genel olarak 2015 sonrası kurulan ve endüstriyel futbola, ırkçılığa, cinsiyetçiliğe, her türlü ayrımcılığa karşı manifestolarıyla ortaklaşan alternatif futbol liglerinin yeni bir muhalif alan yaratıp yaratmadığı ve futbolun toplumsal direniş için bir lokomotif görevi görüp görmediği (Webster) ayrıca futbol ile kişilerin kendilerine nasıl alanlar açabileceği Özgür Lig üzerinden anlaşılmaya çalışılmıştır. Yöntem: Özgür Lig'de oynayan üç farklı takımdan rıza formu imzalatılan beş kişi ile yarı yapılandırılmış derinlemesine görüşmeler ve iki ay boyunca da maçlar sırasında gözlemler yapılarak notlar alınmıştır. Bulgular: Araştırma verileri 'Birliktelik Ruhu', 'Yeni Toplumsal Hareketler–Alternatif Ligler', 'Amaç Sadece Futbol Oynamak Değil', 'Alternatif Kamusal Alan Olarak Özgür Lig' ve 'Politik Koşullar ve Geri Çekilme' başlıkları altında analiz edilmiştir. Sonuç: Yarı yapılandırılmış görüşmeler ve gözlemler sonucunda Özgür Lig'in etnik, kültürel, dini ve cinsel kimliklerine vurgu yapılan yeni toplumsal hareket (Bayhan, 2014; Erdoğan, Köten, 2014) olarak değerlendirilip, Negt ve Kluge'un, Habermas'ın burjuva kamusal alan kavramının karşısına koyduğu 'alternatif kamusal alanı' oluşturduğu sonucuna varılmıştır.

NEW SOCIAL MOVEMENT AND ALTERNATIVE FOOTBALL LEAGUES WITH AN EXAMPLE OF OZGUR LEAGUE CASE

Introduction and Aim: Kuper who stated football never just football indicated that football is followed by billions therefore if something is important for billions it is not just a game anymore (Kuper, 2003). This study aims to focus on Özgür league to find out whether alternative football leagues founded after 2015 as a manifest to industrial football, racisism, sexisim and all other discrimination creates any opposition space; whether the sport is an engine for acts of resistance within the sphere of football itself and ultimately within wider society (Webster); how people can create a space for themselves with help of football. Method: In this study semi-structured interviews with 5 person from three different teams who signed consent form, were done and observations were made in league matches for two months as a research metedology. Findings: Data of the research are analyized under the titles of 'Spirit of Unity', 'New Social Movement – Alternative Leagues', 'Playing Football is not Only Target', 'Özgür League as an Alternative Public Sphere' and 'Political Conditions and Withdrawal'. Conclusion: As a result of semi-structured interviews and observations,this study defines Özgür League as a new social movement which is emphasized on ethnical, cultural, religious and gender identities (Bayhan, 2014; Erdoğan, Köten, 2014) and considers Özgür League as an alternative public sphere which is referred by Negt and Kluge against bourgeois public sphere that is defined by Habermas.

SB320

ESKİŞEHİR İLİNDEKİ KADIN FUTBOLCULARIN SPOR YAŞANTILARINDA KARŞILAŞTIKLARI SORUNLARIN VE SPOR YAŞANTILARINI TEŞVİK EDEN UNSURLARIN TOPLUMSAL CİNSİYET YAKLAŞIMIYLA İNCELENMESİ

***[1]Kevser Özkan*, [1]Serdar Kocaekşi, [1]Nalan Aksakal**

[1]Eskişehir Teknik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Eskişehir

Email : *kevserozkan6@gmail.com, skocaeksi@anadolu.edu.tr, naalan@gmail.com*

Eskişehir İlindeki Kadın Futbolcuların Spor Yaşantılarında Karşılaştıkları Sorunların Ve Spor Yaşantılarını Teşvik Eden Unsurların Toplumsal Cinsiyet Yaklaşımıyla İncelenmesi

Giriş ve Amaç: Toplumsal cinsiyet eşitsizliğinin, sosyal ve ekonomik alanda birçok toplumda farklı düzeylerde olduğu bilinmektedir. Birçok toplumda futbol, erkek hegemonyasının hakim olduğu bir spor branşı olarak bilinirken; kadın futbolu ikinci plana itilmektedir. Bu çalışmanın amacı; Eskişehir'de kadın futbol liginde oynayan kadın futbolcuların spor yaşantılarında karşılaştıkları sorunları ve spor yaşantılarını teşvik eden unsurları toplumsal cinsiyet yaklaşımıyla ortaya koymaktır.

Metot: Çalışma'nın katılımcılarını, Eskişehir Çamlıcaspor Futbol Kulübünde, aktif olarak futbol oynayan 13 kadın futbolcu oluşturmaktadır. Çalışmada veri toplamak amacıyla futbolcuların, yaş ve spor deneyimlerine göre iki farklı araştırma grubu belirlenmiştir. Belirlenen farklı iki grup ile odak grup görüşmesi yapılmıştır. Elde edilen veriler içerik analizi tekniği ile analiz edilmiştir.

Bulgular : Kadın futbolcuların erkek egemen anlayışı ile devam eden bu spor dalında yaşadıkları engellerle karşılaştıkları görülmüştür. Bu engellerden bazıları hakemlerin tecrübesiz olmaları, sporcuların maddi ve manevi destek göremedikleri, çevreden aldıkları tepki ve hakaretler, toplumsal cinsiyet eşitsizliği ve ayrımcılığa uğradıkları, başarıda aldıkları tebrik ve ödülden ziyade başarısızlıktaki tepkilerin daha fazla olduğu ve rakip takım oyuncuları tarafından taciz edilmeleri bu alandaki engeller olarak görülmüştür.

Sonuç :Kadın futbolcuların olumsuz deneyimlerinin tabanında toplumsal cinsiyet eşitsizleri ve buna bağlı olarak yapılanan ataerkil spor politikaları yer aldığı belirlenmiştir. Kadın futbolcuların, yaşadıkları birçok toplumsal temelli engellerle birlikte bu alanda aldıkları başarılar da onlar için teşvik edici unsurlar arasında yer aldığı görülmektedir. Sonuç olarak, toplumsal cinsiyet normlarının dışında bir spor branşı ile uğraşan kadın futbolcuların bu alanda birçok engele takılmaları, onların bu alandaki kısıtlayıcı uygulamalarına neden olmuştur. Anahtar Kelimeler: Toplumsal cinsiyet, Spor, Feminizm, Futbol

AN ANALYSIS OF THE FACTORS ENCOURAGING THE PROBLEMS OF WOMEN FOOTBALLERS IN ESKİSEHİR IN SPORTS EXPERIENCES AND GENDER APPROACHES TO PROMOTING SPORTS EXPERIENCES

An Analysis Of The Factors Encouraging The Problems Of Women Footballers In Eskisehir In Sports Experiences And Gender Approaches To Promoting Sports Experiences

Introduction and Aim: It is known that social gender inequality is a variable fact in both social and economic fields. In so many cultures, it presents the football is a male domination branch of sport and therefore women's soccer is pushed towards to secondary rows. Aim of this study is to determine women's soccer players problems encountered by the time of their sports careers and their encourages for their athlete lifes with a sigh thru gender mainstreaming in Eskişehir.

Method: This studies participants are 13 woman footballer that actively plays in Eskişehir Çamlıcaspor Football Club. For data acquisition, it specified as two research staff that will work on both their ages and their sport careers. Focus group discussions was done with two research groups. Results are analyzed by content analysis method.

Findings: When the outcomes are examined, it revealed that women footballers have problems in this male-dominant seen field of sport, football. Some of those challenges are inexperienced referees, athletes lack of moral and material support, reactions and insults from environment, social gender inequality by the circumstance that deprivation of reward and greeting in success but more and despite this, the increase of the reactions in lost and harassments from rival players.

Conclusion: It determined that women's soccer players' adverse experiences has a main reason that social gender inequality and in parallel with patriarchic sports policies. As a result, women's soccer players that labors with a sport branch in outer shell of social gender marks deals with challenges for their own because of this situation of limiter effects.

Key Words: Gender, Sport, Feminism, Football

SB330

BİKİNİ FİTNESSTA TOPLUMSAL CİNSİYETLENDİRİLMİŞ BEDEN

[1]İrem Kavasoğlu, [2]İrem Kavasoğlu, [3]Canan Koca

[1]Çukurova Üniversitesi, BESYO
[2]Çukurova Üniversitesi, BESYO, Adana
[3]Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : *kavasogluirem@gmail.com, kavasogluirem@gmail.com, canankoca@hacettepe.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Bu çalışma, bikini fitnessçı kadınların bedenlerini nasıl inşa ettiklerini anlamayı ve bu beden üzerindeki eril tahakküm pratikleri ile modern iktidar mekanizmaları hakkında kavrayış geliştirmeyi amaçlamaktadır. Yöntem:Nitel ve nicel içerik analizi kullanılan bu araştırmada en az 5 yıldır bikini fitness yapan elit düzey 10 sporcunun instagram hesapları, katıldıkları bir yarışmayı içine alan 15 günlük süre ile incelenmiştir. Bu sporculardan 5 tanesi ile derinlemesine bireysel görüşme yapılmıştır. Toplam 135 fotoğraf, 2230 yorum analiz edilmiştir. Bulgular: Nitel içerik analizi sonucunda, katılımcıların bedenlerini; geleneksel kadınlık, "kadınlık" stratejisi, normatif beden inşası, güçlü fakat ince mesajı, tüketim nesnesi olarak beden, zorunlu heteroseksüellik temalarında inşa ettikleri anlaşılmıştır. Sporcular en fazla, %88,9 oranında, "kadınlık" stratejisi, en az zorunlu heteroseksüellik içeriğinde fotoğraflar paylaşmışlardır (%1,5). Fotoğrafların %45,9'unda sporcular bikini ve/veya topuklu ayakkabı giymiş, %94,1'inde uzun ve bakımlı saçlar kullanmış,% 88,9'unda makyaj yapmış; küpe, yüzük, bileklik gibi parlak ve taşlı takılar kullanmışlardır. Kadın yorumun toplam yoruma oranı 32,5%, erkek yorumun toplam yoruma oranı 44,0% 'tür. Bulgulardan da anlaşıldığı gibi sporcuların fotoğraflarına en fazla yorum yapanlar erkeklerdir (%44,0). Sporcuların fotoğraflarına en çok sportif performansa ve bedene yönelik övgü ve motivasyon (%83,0) yorumları ile idealize edilen beden (%30,4) içerikli yorumlar yapılmıştır. Buna karşın yalnızca bir fotoğrafa (%0,7) özgürleştirici/anticinsiyetçi yorum yapılmıştır. Sporcuların yorumları ise, %51,9'u olumlu yanıt %3,7'si mücadele stratejisi içermektedir. Görüşme verilerine göre, bikini fitness estetik, feminen, seksi, narin, kaslı ve ince, dişiliği kullanmayı ön plana alan; saçı, makyajı, takıları, bakışları, gülümsemesi ile kusursuz beden normunu arzulayan bir spor dalıdır. Aşırı kaslı olmayan kadınsılığı kaybetmemiş fit bir vücut ideali ön plandadır. Sonuç:Sonuç olarak bikini fitnessta bedenin toplumsal cinsiyetlendirildiği; beden normunun eril tahakküm ve modern iktidar mekanizmaları tarafından belirlenip denetlendiği anlaşılmaktadır. Anahtar Kelimeler: Eril tahakküm, İktidar, Kadın Bedeni.

GENDERED BODY IN BIKINI FITNESS

The purpose of this study is to understand how bikini fitness women build their bodies and to develop insights into the practices of masculine domination on this body and modern power mechanisms.In this research using qualitative and quantitative content analysis,the instagram calculations of 10 elite athletes who have had bikini fitness for at least 5 years were examined for a period of 15 days including a competition they participated in.With 5 of these athletes were conducted in-depth individual interviews.A total of 135photographs,2230comments were analyzed.As findings,the participants' bodies;it is understood that they build on the themes of traditional femininity,femininity strategy,normative body construction,strong but thin message,body as an object of consumption,compulsory heterosexuality.At the most, 88.9% of the athletes shared photos in the content of "femininity" strategy,at least in obligatory heterosexuality (1.5%). 45.9%of the photographs were wearing bikini and/or heels,94.1%were using long and groomed hair,88.9%were wearing make up;they used brilliant and stony jewelry such as earring,ring, bracelet.Female comment total comment rate is 32.5%,male comment total comment rate is44.0%. The most male commented on the photos of the athletes.The photographs of the athletes were mostly interpreted with respect to sportive performance and body praise and motivation(83.0%)and the idealized body(30.4%).On the other hand, only one photo(0.7%)emancipating/antisexist the comment was made.In the comments of the athletes,51.9%of them responded positively and3.7%of them had a struggle strategy.According to interview data bikini fitness is a sports sport which is giving to be aesthetic,feminine,sexy,delicate,muscular and thin and to use femininity and it desiring the perfect body norm with hair,makeup,jewelery,glances and smile. The ideal of a fit body that is not overly muscular and has not lost femininity is the foreground. As a result,the gendered body in bikini fitness; it is understood that the body norm is determined and controlled by masculine domination and modern power mechanisms.Masculine domination, Power, Female Body.

SB386

SPORDA SOSYAL ALANLARDA YENİ BİR VERİ TOPLAMA ARACI OLARAK FOTOROMAN

[1]Pınar Öztürk, [1]Canan Koca

[1]Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

Email : *pinarpsy@gmail.com, canankoca@hacettepe.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Fotoğraflar ve konuşma balonlarıyla bir hikâye anlatma biçimi olan fotoroman, akademik alanda hem bir eğitim materyali hem de araştırma aracı olarak kullanılmaktadır. Son yıllarda görsel ve katılımlı araştırma yöntemi çatısı altında değerlendirilen fotoroman, katılımcıların deneyimlerini derinlemesine açığa çıkarmak amacıyla kullanılmaktadır. Bu çalışmada Türkiye'de ilk kez kadın futbolcuların katılımıyla düzenlenen atölyeler temelinde, sporda sosyal alanlarda fotoromanın bir veri toplama aracı olarak özgün yanlarının ortaya koyulması hedeflenmektedir. Bu doğrultuda sporda sosyal alanlarda gerçekliğin bilgisine ne tür bilgi ile nasıl ulaşılacağı tartışmalarına katkı sağlanacaktır. Yöntem: 2014-2016 yılları arasında kadın futbolu alanında farklı araştırma problemleri dahilinde, farklı tekniklerle üç ayrı fotoroman yazım atölyesi düzenlenmiştir. Bu atölyelere toplam 30 kadın futbolcu katılmıştır (14-26 yaş aralığı). İlk iki atölye önceden hazırlanan görsel hikaye örüntüsüne katılımcıların metin yazmasıyla; üçüncü atölye katılımlı fotoroman yöntemiyle düzenlenmiştir. Fotoromanlardan elde edilen veriler, araştırma problemlerinin yanıtlanmasında ikincil veri kaynağı olarak analizlere dahil edilmiştir. Bu çalışma kapsamında fotoromanın, bir veri toplama aracı olarak etkisinin betimsel analizine ilişkin bulgular sunulacaktır. Bulgular: Bir veri toplama aracı olarak fotoroman 1) Araştırma kapsamında kabul edilen ontolojik ve epistemolojik sayıltılar doğrultusunda kullanılabilecek bir yöntemdir; 2) Katılımcıların keşfetme ve ilişki kurma deneyimleri için önemli bir alan sağlarken, kendilerini görsel/metinsel yolla doğrudan ifade etmelerini derinleştirir ve zenginleştirir; 3) Araştırmacı- araştırılan arasındaki hiyerarşik ilişkiyi silikleştirmektedir. Sonuç: Bir veri toplama aracı olarak fotoroman, görsel temsillerin sadece söze dökülmesi değil; diyalog, direnme ve görmenin değişen yeni yolları için yeni alanlar açan hibrid bir foto-imaj-metin inşa eder. Fotoroman yöntemi, bireysel görüşmelerde derinleşilmesine ihtiyaç duyulan konularda, katılımcıların kendilerini görsel imaj ve metinle ifade etmesini sağlamaktadır. Bu yönüyle fotoromanın sporda sosyal alanlarda yürütülecek çalışmalarda alanın özneleri açısından gömülü anlamları, niyetleri ve duyguları görsel ve metinsel yolla açığa çıkarabilme potansiyeli bulunmaktadır. Son olarak, fotoroman yöntemi araştırmacı-araştırılan ilişkisindeki 'bilen ve bilinen' hiyerarşisini silikleştirme potansiyeline sahiptir.

FOTONOVELA AS A NEW DATA COLLECTION TOOL IN SOCIAL SCIENCES IN SPORTS

Introduction and Purpose: The fotonovela, which is a way of telling stories with photographs and speech bubbles, is used both as educational material and data collection tool. As a data collection tool in the framework of visual and participatory research methodology, it is being used to understand the participants' experiences deeply. In this study, by workshops held with the women football players, is aimed to explore the effect of fotonovela as a data collection tool in the social sciences in sports. This study will contribute to the discussions on how to reach the knowledge of reality. Method: Three separate fotonovela workshops were organized with a total of 30 women football players (range age:14-26) between the years of 2014-2016. The first two workshops were prepared by writing the participant's visual storytelling; the third was organized by the participant fotonovela method. In this study, the findings of the descriptive analysis of the effect of the fotonovela will be presented in three themes. Findings: Fotonovela 1) can be used in the direction of ontological and epistemological assumptions accepted within the scope of the research; 2) deepens and enriches the direct expression of the participants in a visual/textual way, while providing an essential space for participants' experiences of exploration and relationship building; 3) undermines the hierarchical relationship between participant and researcher. Conclusion: Fotonovela builds a hybrid photo-image-text that opens new areas for dialogue, resistance and new ways of changing the visual. The fotonovela enables participants to express themselves in visual images and texts in situations that need to be deepened in individual interviews. In this way, there is a potential to expose the buried meanings, intentions and emotions visually and textually regarding the subjects of the field in the research which will be conducted in the social sciences in sports.

SB420

SANAL ORTAMDA SPORUN YENİ FORMU: E-SPOR

***[1]Selami Özsoy*, [1]Arzu Kalafat Çat**

[1]Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi İletişim Fakültesi, Bolu

Email : *selamio@gmail.com, ak_cat2008@hotmail.com*

Giriş: İnternet kullanımının yaygınlaşması ile tüm dünyada olduğu gibi Türkiye'de de dijital oyunlara ilgi artmıştır. Günümüzde genç kuşak arasında günden güne yaygınlaşan bilgisayar oyunları, profesyonel olarak oynanmaktadır. "E-spor" olarak isimlendirilen ve bir "spor" dalı olarak sınıflandırılan elektronik sporlar, dünyada olduğu gibi Türkiye'de de sayıları milyonları bulan izleyici kitlesine ulaşmıştır. E-spor, bazı bilgisayar oyunlarının profesyonel liglere katılan profesyonel oyuncular ile oynanması olarak tanımlanmaktadır. Beşiktaş ve Fenerbahçe gibi kulüplerin isimleriyle e-spor müsabakaları yapılmaktadır. E-spor, günümüzde çok sayıda oyuncunun bulunduğu önemli bir finansal boyuta da ulaşmıştır. Yurt genelinde faaliyet gösteren birçok büyük firma sponsorluk desteği sağlamaktadır. Gençlik ve Spor Bakanlığı bünyesinde Gelişmekte Olan Spor Branşları Federasyonu'na bağlı olarak Digital Oyunlar Asbaşkanlığı kurulmuştur. Amaç: Bu çalışmanın amacı, e- spor oyunu oynayan amatör oyuncuların e-spora olan yaklaşımlarının ortaya konulmasıdır. Yöntem: Bu çalışmada nitel araştırma yöntemi kullanılmış ve e-spor oyunu (League of Legends) oynayan Abant İzzet Baysal Üniversitesi İletişim Fakültesi öğrencisi 5 erkek katılımcı ile odak grup görüşmesi yapılmıştır. Görüşmeler çözümlenmiş ve yapılan kodlamalar sonucu 5 temada değerlendirilmiştir. Bulgular: Katılımcılar ilköğretimden itibaren bilgisayar oyunu oynadıklarını, halen çevrimiçi oyun oynadıklarını bildirmiştir. Katılımcıların ikisi, günde 17-18 saat oyun oynadıklarını söylemiştir. Katılımcılar; eğlence, arkadaş edinme, heyecan, takdir edilme, tanınma gibi nedenlerle bilgisayar oyunu oynamaktadırlar. Bir katılımcı oyun oynama motivasyonuyla ilgili olarak, "Mesela ben şu an için bir ülkeyi yönetemem ama oyunda yönetebiliyorum" demiştir. Oyunlar genelde erkek oyuncular arasında oynanmaktadır. Katılımcıların 4'ü bilgisayar oyunlarını spor olarak gördüklerini ve reflekslerini geliştirdiğini ifade etmiştir. Bir katılımcı ise spor olarak değil, eğlence olarak gördüğünü bildirmiştir. Katılımcılar, e-sporun oyun oynamanın dışında interaktif kanallarda büyük oranlarda izleyici de çektiğini de vurgulamıştır. Bir katılımcı, bilgisayar oyunu oynayarak gelir elde ettiğini, para kazanan oyuncuların kendileri için rol model olduğunu kaydetmiştir. Oyunlarda şiddet eğilimi, argo ve olumsuz örnek oluşturabilecek sohbetlere de sıkça rastlanmaktadır. Sonuç: Görüşme verilerine göre e-spor genç kuşak arasında geleneksel spor branşlarından daha fazla ilgi görebilir.

NEW FORM OF SPORT IN VIRTUAL ENVIRONMENT: E-SPORTS

Introduction: As in all the world with the spread of Internet usage in Turkey has increased interest in digital games. Today, the computer games that become popular among the young generation day by day are played professionally. "E-sports" and named as a "sports" category is classified as electronic sports, as well as in the world find numbers million in Turkey has reached the audience. E-sports is defined as playing some computer games with professional players participating in professional leagues. Besiktas and Fenerbahçe e- sports competitions are made with the names of the clubs. E-sports has reached an important financial dimension in which many players are nowadays. Large company operating in the country provides sponsorship support. Under the Ministry of Youth and Sports, the Digital Games Presidency has been established in connection with the Federation of Emerging Sports Branches. Objective: The aim of this study is to reveal the e-sports approach of e-sports players. Method: In this study, a qualitative research method was used and a focus group interview was conducted with 5 male university students participating in an e-sports game (League of Legends). Interviews were solved and the coding performed was evaluated in the final 5 themes. Findings: Participants reported that they played computer games from primary school, they still play online games. Two of the participants said they played 17-18 hours a day. Participants; entertainment, friendship, excitement, appreciation, recognition for reasons such as playing computer games. As for the motivation of a participant to play, he said, "For example, I can not manage a country for now but I can manage it." Games are usually played among male players. Participants stated that 4 saw computer games as sports and developed reflexes. One participant reported that you saw it as entertainment, not as a sport. Participants also emphasized that, besides playing e-sports,

SB452

BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİNİN ŞİDDET ALGILARI

[2]Fikret Alıncak, [2]Burak Gürer, [1]Güçlü Özen

[1]İzmir Demokrasi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Spor Bilimleri Bölümü - İzmir
[2]Gaziantep Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu - Gaziantep

Email : *alincakfikret27@gmail.com, burakgurer27@gmail.com, guclu1234@yahoo.com*

Giriş ve Amaç: Şiddet kavramı gün geçtikçe daha yaygın hale gelmektedir. Özellikle okullarda şiddet olaylarının artması toplumsal bir olay haline gelmiştir. Dolayısıyla şiddetin gün geçtikçe artış göstermesi insanların rahat ve huzurlu bir yaşam sürmelerini engellemektedir. Buradan hareketle bu çalışmanın amacı beden eğitimi öğretmenlerinin, şiddet algılarını ortaya koymaktır. Yöntem: Araştırmada beden eğitimi öğretmenlerinin; şiddeti nasıl algıladıkları belirlenmeye çalışılmıştır. Araştırmada nitel araştırma yöntemlerinden olan mülakat yöntemi kullanılmıştır. Araştırma grubunu 2016-2017 eğitim öğretim yılında Gaziantep İl Milli Eğitim Müdürlüğüne bağlı okullarda görev yapmakta olan 25 beden eğitimi öğretmeni oluşturmuştur. Veri toplama aracı olarak araştırmacı ve alan uzmanları tarafından geliştirilen açık uçlu sorular beden eğitimi öğretmenlerine uygulanmıştır. Elde edilen veriler, içerik analizi yöntemi ile çözümlenmiştir. Bulgular: Araştırmada beden eğitimi öğretmenleri şiddet kavramını; fiziksel anlamda verilen zarar, psikolojik baskı, sözlü ve sözsüz tepki olarak görmüşlerdir. Okul ortamındaki şiddeti ise fiziksel, sözlü ve psikolojik davranışlar olarak gördüklerini belirtmişlerdir. Öğretmenler; okulda şiddete neden olan olayların öğrenci davranışları, aile içi sorunlar ve şiddet içerikli yayınlardan kaynaklandığını ifade etmişlerdir. Sonuç: Öğretmenler genel olarak, okullarda şiddet olaylarının öğrenciler arasında yaşandığını ve eğitim kurumlarında şiddetin önüne geçilebilmesi için, eğitim seminerlerinin düzenlenmesi gerektiği, okul-aile işbirliğinin sağlanması, öğretmenlerin iyi rehberlik etmesi ve şiddet içerikli yayınların kaldırılması gerektiği sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Beden eğitimi öğretmeni, Şiddet, Algı

PERCEPTIONS OF VIOLENCE IN PHYSICAL EDUCATION TEACHERS

Introduction and aim: The concept of violence is becoming more prevalent day by day. Especially in schools, the increase of violent incidents has become a social event. Therefore, violence of increasing day by day prevent people from living a comfortable and peaceful life. Thus, the aim of study physical education teachers to reveal the perceptions of violence. In this study, physical education teachers; attempted to determine how they perceive violence. Method: In the research, one of the qualitative research methods, interview method was used. The research group, 25 physical education teachers have been constituted to Gaziantep City National Education Directorate in the 2016-2017 academic year. The data collection tool was open-ended questions developed by researchers and field experts have been implemented to physical education teachers. The obtained data were analyzed by content analysis method. Findings: In the research, physical education teachers concept of violence as Physical damage, psychological pressure, verbal and non- verbal response. They indicated that they saw violence in school environment as Physical, verbal and psychological behaviors. Teachers be enunciative of that the violence in the school was caused by student behavior, intrafamilial problems and violent publications. Result: The teachers generally violence in schools is occurring among students and In order to prevent violence in educational institutions, it was concluded that training seminars should be organized, school-family cooperation should be provided, teachers should be guided and violent publications should be removed.

Key Words: Physical education teacher, Violence, Perception

SB511

TOPOPHİLİC BİR MEKÂN OLARAK STADYUMLAR: HÜSEYİN AVNİ AKER STADYUMU ÖRNEĞİ ÜZERİNE NİTEL BİR ARAŞTIRMA

***[1]Fatih Samet Atasoy*, [2]Akın Çelik**

[1]Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Spor Yöneticiliği ABD, SAMSUN
[2]Trabzon Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Spor Yöneticiliği Bölümü, TRABZON

Email : *s.fatih.atasoy@gmail.com, akincelikktu@gmail.com*

Giriş ve Amaç: İnsanın, yer ve mekân ile kurduğu "hissi bağlar" anlamını içeren "Topophilia" kavramı ilk olarak hümanist akımın temsilcilerinden Yi-Fu Tuan tarafından ileri sürülmüştür. Bu kavramın bir spor coğrafyacısı olan John Bale, futbol stadyumları ile ilgili duyguları ve değerleri tanımlamak için kullanmıştır. Futbol stadyumları, onu deneyimleyenler için gömülü anlamlar barındıran "topophilic" yerledir. Bu bakış açısı ile çalışmanın amacı; Trabzonspor'un eski stadı olan Hüseyin Avni Aker Stadyumu'nu, Topophilia kavramı açısından değerlendirmek ve geride bıraktığı değerlerin neler olduğunu incelemektir.

Yöntem: Araştırmada nitel araştırma desenlerinden "netnografi" yöntemi kullanılmış ve veriler "arşivsel veri" tekniği ile toplanmıştır. Ayrıca yapılandırılmış görüşme formu kullanılarak bireysel görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın verileri, netnografi yöntemi için belirlenen örneklem grubunun facebook hesaplarından, "Hüseyin Avni Aker Stadyumu ile ilgili bir anınızı paylaşabilir misiniz" paylaşımına gelen yorumlardan ve "Hüseyin Avni Aker Stadyumu sizin için ne ifade ediyor" sorusu temelinde yapılan bireysel görüşmelerden elde edilmiştir. Verilerin analizinde içerik analiz tekniğinden faydalanılmıştır.

Bulgular: Farklı oranlarda frekans alan kodlar, 17 kategori altında toplanmıştır. Trabzonspor taraftarlarının, Hüseyin Avni Aker Stadyumu ile ilgili taraftarların zihinlerinde yer edinen anıların başında Fenerbahçe ile oynanan maçlar gelmektedir. Özellikle "1995-1996 sezonunda 05.05.1996 tarihinde oynanan Trabzonspor-Fenerbahçe karşılaşması" Trabzonspor taraftarları için travma etkisi yaratan bir anı olduğu tespit edilmiştir. Görüşmelerden elde edilen veriler ışığında, taraftarlar için Hüseyin Avni Aker Stadyumu'nun, ulaşılabilirliği, taraftarına yaşattığı gurur ve övünç, Trabzon spor tarihindeki önemi, insanların hayatlarını etkileyen konumu, birlikteliğin ve sosyal ilişkilerin gelişmesine katkı sağlayan özelliği ile "topophilic" bir mekân olduğu tespit edilmiştir.

Sonuç: Stadyumlar şehrin ve sakinlerinin kendilerine miras kaldığı yerlerdir. Böyle bir özelliği sahip olan Hüseyin Avni Aker Stadyumu'nun yıkılması, Trabzonspor ve Trabzon şehrinin spor tarihine önemli hasarlar vermiştir. Şehrin önemli spor alanlarında biri olan "Kavak Meydanı" sadece Hüseyin Avni Aker Stadyumu'nu kaybetmemiş, aynı zamanda şehrin tüm spor tarihi hafızasının silindiği bir alan görüntüsü çizmektedir.

Anahtar Kelimeler: Topophilia, Futbol, Stadyum, Hüseyin Avni Aker Stadyumu

STADIUMS AS A TOPOPHILIC SPACE: A QUALITATIVE RESEARCH ON THE CASE OF HÜSEYİN AVNİ AKER STADIUM

Aim: The aim of this research is to evaluate the former stadium of Trabzonspor; the Hüseyin Avni Aker Stadium with regards to the concept of Topophilia and to analyze the values it left behind.

Method: In the research, "netnography" method which is one of the qualitative research designs was used and the data were collected by the "archival data" technique. Also, individual interviews were conducted using the structured interview form. The data of the research has been obtained from the commentaries made from the Facebook accounts of the sampling group determined for the

netnography method, on the post of "Can you share a memory about Hüseyin Avni Aker Stadium?" and from individual interviews conducted on the basis of the question of "What does Hüseyin Avni Aker Stadium mean to you? " The content analysis technique was used in the analysis of the data.

Findings: The codes on different frequencies have been grouped into 17 categories. One of the leading memories of the Trabzonspor fans about the Hüseyin Avni Aker Stadium is the games played with Fenerbahçe. In particular, In light of the data obtained from the interviews, Hüseyin Avni Aker Stadium has been identified as a "topophilic" place with its accessibility, the pride and joy experienced by the fans, its importance in the Trabzonspor's history, its affecting position in people's lives, its characteristic of contributing to the unity and the development of social relations.

Conclusion: The demolition of Hüseyin Avni Aker Stadium, which has such a characteristic, has caused substantial damage to the sport's history of Trabzonspor and to city of Trabzon. "Kavak Meydanı", one of the important sports areas of the city, has not only lost the Hüseyin Avni Aker Stadium but it also looks like an area which the entire memory of the city's sports history has been erased.

SB559

TÜRK SPOR MEDYASINDA KADIN GAZETECİLERE YÖNELİK CİNSİYET AYRIMCILIĞI

[1]Elzem Seren Dinç, [1]İlknur Hacısoftaoğlu, [1]Cem Tınaz

[1]İstanbul Bilgi Üniversitesi Spor Bilimleri Ve Teknolojisi Yüksekokulu, İstanbul

Email : *dincelzem@gmail.com, ilknurhaci@gmail.com, cemtinaz@gmail.com*

Türk Spor Medyasında Kadın Gazetecilere Yönelik Cinsiyet Ayrımcılığı

Giriş-Amaç

Spordaki erkek egemen yapı, spor medyasına da yansımıştır. Spor medyasının çalışanlarının büyük bir bölümünü erkekler oluşturmaktadır ve spor haberciliğinde eril bir dil egemendir. Söz konusu durum kadın gazetecilerin çeşitli sınırlama ve sorunlarla karşılaşmasına neden olmaktadır. Bu çalışmada spor medyasının genel durumunu, haber dilini ve alanda kadınların yaşadığı sınırlama ve zorlukları toplumsal cinsiyete dayalı bir analizle ortaya koymak amaçlanmıştır.

Yöntem

Araştırma amacı çerçevesinde var olan durumu derinlemesine incelemek için nitel araştırma yöntemi seçilmiştir. Basında aktif çalışan dokuz kadın gazeteci ile görüşülmüş ve 12 maddelik yapılandırılmış bir görüşme formu kullanılmıştır. Görüşmeden elde edilen veriler içerik analizi ile analiz edilmiştir.

Bulgular

Görüşmeler sonucunda, spor medyasının; magazinselleşmiş, polemik yaratan olayları ön plana çıkaran ve aşırı futbol ağırlıklı olduğu, kadın gazetecilerin kurum içi ve deplasman görevleri sırasında cinsiyetleri sebebiyle zorluklar yaşadığı ve eril haber dilinin baskısıyla yaptıkları işe yabancılaştığı, erkeklerin ise sektörde kabul edilebilirliğinin kadınlara göre daha kolay olduğundan avantajlı oldukları ve kadınların futboldan anlamadığının düşünüldüğü tespit edilmiştir. Kadınların okuyucu/izleyici çekme kaygısıyla spor medyasında "süs gibi" kullanılabildiği ve cinsel tacize açık olduğu bulgularına ulaşılmıştır.

Sonuç

Bulgular sonucunda, spor medyasında mesleğe başlama döneminde kadınların önlerinde cinsiyetlerinden kaynaklı bir barikat olduğu ve görevleri esnasında zorluklar çektikleri ortaya çıkmıştır. Bu zorluk karşısında sıkışan kadınların aşırı feminenleşmek ya da erkeksileşmek gibi bir ikilemle karşılaştıkları tespit edilmiştir. Görüşmeciler tarafından futbol ağırlıklı ve yeniliğe kapalı olduğu belirtilen spor medyasında dilin ve haber içeriklerinin ezici bir üstünlükle erkeksi ve cinsiyetçi olduğu ifade edilmiş ve bu durumun toplumdaki genel erkek egemen yapıyla paralellik arz ettiği sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Sözcükler: Spor medyası, cinsiyetçilik, eril dil, futbol

SEXISM AGAINST FEMALE JOURNALISTS IN TURKİSH SPOR MEDIA

Sexism Against Female Journalists In Turkish Sport Media

Aim

Male dominance in sports has an impact on sport media. People who work in sport media are mostly men and there is a masculine language in journalism. This situation causes women to face with various restrictions and troubles. It is aimed to reveal the general situation of sport media, language of news, women who is working for sport media face with various restrictions and troubles with an analysis based on gender.

Material and methods

As a method, for close examination of this situation, qualitative research was implemented. Nine women who are working as a journalist and playing an important role was interviewed and a structured interview consent form with 12 items was used. Data which were acquired by these interviews were analyzed by content analysis.

Results

Following the interviews, it is established that sport media transformed into tabloid journalism and mostly consist of football news, women have in trouble during their work in-house or away because of their gender and became estranged from their job due to the pressure of masculine news language, however; hiring a male journalist is seen more acceptable than female and it is thought that women can't work in this field. It is determined that women might be used as "ornamental object" with the worry of attracting the audience or readers and might be abused.

Conclusions

It is also established that women who have in these troubles face with a dilemma: being an extremely feminine woman or being a masculine woman. It is stated that the language and content of sport media, which is mainly based on football and not open to innovation, are predominantly masculine and sexist. This paper introduces results that show malestream is parallel to this situation.

Key Words: Sport Media, sexism, masculine news language, football

SB618

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN KARAR VERME DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ (ONDOKUZ MAYIS ÜNİVERSİTESİ ÖRNEĞİ)

***[1]Mürşit Ceyhun Birinci*, [2]Seydi Ahmet Ağaoğlu, [2]Mürşit Ceyhun Birinci, [2]Melis Ünal**

[1]Ndokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi/Samsun
[2]Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi/Samsun

***Email :** ceyhun.birinci@hotmail.com, s.ahmet.agaoglu@gmail.com, ceyhun.birinci@hotmail.com, munal97@hotmail.com*

Çalışmanın amacı, Ondokuz Mayıs Üniversitesi'nin farklı fakülte ve bölümlerinde öğrenim gören öğrencilerin karar verme düzeylerini tespit etmek ayrıca fakülte veya bölümleri bazı değişkenlere göre karşılaştırmaktır. Bu çalışmaya 2017-2018 eğitim öğretim döneminde Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bölüm'ünden (PDR) (100), Fen Edebiyat Fakültesi Felsefe Bölüm'ünden (100) ve Spor Bilimleri Fakültesinin; Beden Eğitimi Öğretmenliği Bölüm'ünden (40) Antrenörlük Eğitimi Bölüm'ünden (40) Spor Yöneticiliği Bölüm'ünden (20) toplam 300 öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada belirlenen amaçlara ulaşabilmek için Mann ve diğ. (1998), tarafından geliştirilen "Kişisel Bilgi Formu", (Melbourne Decision Making Questionary) ve Deniz (2004) tarafından Türkçeye uyarlanan "Karar Verme Ölçeği"nden yararlanılmıştır. Cinsiyet ile Karar verme alt boyutları incelendiğinde "Erteleyici karar verme" alt boyutunda Erkeklerde kadınlara göre anlamlılık tespit edilmiştir. Spor yapma durumuna göre yapılan karşılaştırmada bir anlamlılığa rastlanmamıştır. Yaş ile Karar verme alt boyutları arasındaki karşılaştırmaya bakıldığında "kaçıngan karar verme" ve "dikkatli karar verme" alt boyutlarında 24 yaş ve üzeri grupta diğer gruba göre 21-23 yaş grubuna göre anlamlılık görülmüştür. Bölümler ile Karar verme alt boyutları arasında ki karşılaştırmaya bakıldığında "Dikkatli karar verme" alt boyutunda Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü ile Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bölüm'ünden daha düşük değerlere sahiptir. "Kaçıngan Karar verme" alt boyutunda ise Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü Spor Yöneticiliği Bölümü ve Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bölümlerinde, Felsefe Bölüm'ünden düşük değerlere rastlanmıştır. "Erteleyici karar verme" alt boyutunda Spor Yöneticiliği Bölümü, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bölüm'ünden daha düşük değerler göstermiştir ($p<0,001$). Sonuç olarak karar vermede yaşın ve cinsiyetin etkisinin olduğu belirlenirken spor yapmanın bir etkisinin olmadığı görülmüştür. Bölümlere göre bakıldığında ise PDR Bölümü öğrencilerinin dikkatli karar vermede daha iyi oldukları, Felsefe Bölümü öğrencilerinin de kaçıngan kara vermede daha iyi oldukları gözlemlenmiştir. "Erteleyici karar verme" alt boyutunda ise Spor Yöneticilik Bölümünün, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bölümüne göre daha iyi olduğu söylenebilir.

INVESTIGATION OF THE LEVELS OF DECISIONS OF UNIVERSITY STUDENTS (ONDOKUZ MAY UNIVERSITY SAMPLE)

The aim of the study is to determine the decision levels of the students who study at different faculties and departments of Ondokuz Mayıs University (OMU), compare the faculties or departments according to some variables. This study will be carried out in the period of 2017- 2018 from OMÜ Faculty of Education, Department of Psychological Counseling and Guidance (100), Faculty of Science and Letters of Philosophy Department (100) and Faculty of Sports Sciences; A total of 300 students participated voluntarily from the Department of Physical Education Teacher Training (BES) (40), the Coaching Education (AE) Department (40) and the Sports Management Department (20). In order to achieve the objectives set out in the study, Mann et al. Decision Making Questionnaire "developed by the Ministry of National Education (1998)," Melbourne Decision Making Questionary "and" Decision Making Scale "adapted to Turkish by Deniz (2004). When the Gender and Decision-making sub-dimensions were examined, the "Deferring decision making" sub-dimension revealed a significant level of significance in relation to women in men. There was no significant difference in the comparison made according to the sporting situation. In the comparison between age and decision making sub-dimensions, significant differences were found in the "evasive decision making" and "careful decision making" sub-dimensions compared to the age group of 21-23 years in the age group of 24 years and over. In the "Careful decision making" subdivision, the BES and AE departments have lower values than the PDR department in comparison between departments and decision making sub-dimensions. In the

"Avoiding Decision Making" sub-dimension, low values were found in the AE Department, the BES Department Sports Management Department and the PDR Departments and the Philosophy Department. In the "Delinquent decision making" sub-dimension, the Sports Management Department displayed lower values than the PDR Department ($p < 0.001$). As a result, it was seen that there was

SB640

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOKULU ÖĞRENCİLERİNİN KARİYER KAVRAMINA YÖNELİK METAFORİK ALGILARI

[1]Ahi Evran Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, KIRŞEHİR

Email :

Giriş ve Amaç: Bireyin çalışma hayatı süresince iş alanında ilerlemesi diyebileceğimiz kariyer, bir meslekte aşılması gereken aşamalar, bireyin işe başlangıcından emekliliğine kadar olan süreçte elde ettiği bilgi ve tecrübeler olarak da düşünülebilir. Bu araştırma beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin 'kariyer' kavramına ilişkin sahip oldukları metaforları ortaya çıkarma amacına yönelik olarak gerçekleştirilmiştir. Yöntem: Araştırmanın örneklemini; 2017–2018 eğitim-öğretim yılında, Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda öğrenim gören 41 kadın ve 53 erkek (n=94) öğrenci oluşturmuştur. Araştırmada nitel veri toplama teknikleri kullanılmıştır. Araştırma verileri, katılımcıların "Kariyer.....gibidir, çünkü....." ifadesini tamamlamaları ile elde edilmiştir. Verilerin analiz ve yorumlamasında içerik analizi tekniği kullanılmıştır. Metaforun içeriği ile kaynağı arasındaki ilişki "gibi" kelimesi ile belirlenmeye çalışılmıştır. "Çünkü" ifadesi ise metaforlara yüklenen anlamın nedenini açıklamaktadır. Metaforların analiz edilmesi ve yorumlanması: (1) adlandırma ve eleme aşaması (2) kodlama ve kategori geliştirme aşaması (3) geçerlik ve güvenilirlik aşaması (4) frekans ve yorumlama aşaması başlıkları altında gerçekleştirilmiştir. Bulgular: Veriler içerik analiz tekniğiyle çözümlenmiştir. Araştırma sonucuna göre toplam 25 çeşit metafor elde edilmiştir, bu metaforlar 4 kategori altında değerlendirilmiştir. Sonuç: Yapılan araştırma sonucunda üniversite öğrencileri ''kariyer'' kavramını %41,5'ü "gelecek" olarak, %28,7'si "hedef" olarak, %20,2'si "kendini gerçekleştirme" olarak, %9,6'sı "özgürlük" olarak gördükleri tespit edilmiştir. Sonuç olarak metaforların üniversite öğrencilerinin ''kariyer'' kavramına ilişkin algılarını açıklamada olumlu yönlerinin çok daha fazla olduğu sonucuna varılmıştır.

METAPHORICAL PERCEPTIONS OF STUDENTS OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS FOR CAREER CONCEPT

Introduction and Aim: The career that we can say that the individual progresses in the field of work during his working life, the stages to be overcome in a profession, from the beginning of the individual's employment to retirement in the process of knowledge and experience can also be considered. This study aimed to reveal the metaphors of the students of the School of Physical Education and sports about the concept of 'career'. Method: The sample of the study consisted of 41 women and 53 men (n=94) who were educated at Kırşehir ahi Evran University School of Physical Education and Sports in 2017-2018 academic year. Qualitative data collection techniques were used in the research. Research data, participants "career.....because it is....."it was obtained by completing the statement. Content analysis technique was used in the analysis and interpretation of data. The relationship between the content of the metaphor and its source was determined by the word "like". The expression" because " describes the reason for the meaning attributed to metaphors. Analyzing and interpreting metaphors was carried out under the following headings that (1) naming and elimination phase (2) coding and category development phase (3) validity and reliability phase (4) frequency and interpretation phase. Results: The data were analyzed by content analysis technique. According to the results of the research, a total of 25 metaphors were obtained, and these metaphors were evaluated under 4 categories. Conclusion: As a result of the research "career" concept of university students were regarded by 41.5% of them as ''future''; 28.7% of them as "target"; 20.2% of them as "self-realization"; and 9.6% of them as "freedom". As a result, it was concluded that the metaphor was more positive for university students to explain their perceptions about the concept of "career".

SB644

FUTBOLDA VİDEO YARDIMCI HAKEM UYGULAMASININ TARAFTAR GÖRÜŞLERİNE GÖRE DEĞERLENDİRİLMESİ

[2]İlhan Şen, [3]Zekiye Özkan, [1]Harun Yılmaz, [4]Muhammed Fatih Bilici, [4]Muhammed Zahit Kahraman

[1]Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, AĞRI
[2]Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ERZURUM
[3]Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, VAN
[4]Muş Alparslan Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, MUŞ

Email : *ilhan.sen@atauni.edu.tr, zekiyeozkan@yyu.edu.tr, harn.yilmazz@gmail.com, f.bilici@alparslan.edu.tr, mz.kahraman@alparslan.edu.tr*

Giriş ve Amaç; futbolda Video Yardımcı Hakem (VAR) uygulaması müsabaka devam ederken hakeminin karar vermekte zorlandığı pozisyonların tekrarını özel kameraların kaydettiği bir sistemden yavaşlatılmış bir şekilde izleyebildiği uygulamanın adıdır. VAR uygulamasına başvuran hakem önceden verdiği kararda ısrar edebilir veya vermiş olduğu kararı değiştirebilir. Bu araştırmada, futbol müsabakalarında kullanılan video yardımcı hakem uygulamasının taraftar görüşlerine göre değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

Yöntem; araştırma, genel tarama modelinde yapılmış betimsel bir çalışmadır. Araştırmaya rastgele örnekleme yöntemi ile ulaşılan Muş il merkezinde kendi takımlarına ait müsabakaları düzenli takip eden 600 kişi katılmıştır. Araştırmada, veri toplamak amacıyla taraftarların görüşlerine ilişkin araştırmacı tarafından geliştirilen 14 sorudan oluşan anket formu kullanılmıştır. Araştırmadan elde edilen verilerin istatistiksel analizinde bilgisayarlı istatistik programı kullanılarak frekans, yüzde alma ve çapraz tablo tekniklerinden yararlanılmıştır.

Bulgular; araştırmaya katılan taraftarların %83'ü futbolda VAR uygulamasını doğru bulduklarını belirtirken Türkiye'de uygulanmasını destekleyenlerin oranı ise %79,17 olarak bulunmuştur. Taraftarların %32,67'si VAR uygulamasının şiddetli hareketleri engellemediğini, %31,50'si ise sportmenlik dışı hareketleri azaltmadığını belirtmektedir. VAR uygulaması sayesinde futbolun daha adil oynandığını belirtenlerin oranı %80,33 olarak bulunurken taraftarların %23,17'si VAR uygulaması ile doğru karar verilmediğini belirtmiştir. Araştırmada VAR uygulamasının futbol zevkini olumsuz yönde etkilediği oran ise %42,50 olarak gerçekleşmiştir. Taraftarların %21,83'ü VAR uygulamasının süper lig müsabakalarından kaldırılmasını isterken, VAR uygulamasını en olumsuz etkileyen unsur %27,83 oranı ile hakemler olmuştur.

Sonuç; araştırma sonucunda taraftarların, VAR uygulamasının futbolda kullanılmasını yüksek oranda destekledikleri ancak Türkiye'de uygulanmasını isteyenlerin oranının biraz daha düşük olduğu görülmüştür. Taraftarların, VAR kararlarının şiddetli hareketleri ve sportmenlik dışı davranışları büyük oranda engellemediği görüşünde oldukları tespit edilmiştir. Ayrıca VAR uygulamasının futbol zevkini olumsuz yönde etkilediği ve uygulamayı en çok olumsuz etkileyen unsurun ise hakemler olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Futbol, Video Yardımcı Hakem, Taraftar.

ASSESSMENT OF VIDEO ASSISTANT REFEREE APPLICATION IN FOOTBALL ACCORDING TO THE OPINIONS OF SUPPORTERS

Introduction and Purpose; In this research, it is aimed to evaluate the application of video assistant referee used in football matches according to the opinions of supporters.

Method; research is a descriptive study made in the general screening model. 600 people who regularly followed the competition for their teams participated in the Muş province center which was reached by random sampling method. In the study, a questionnaire consisting of 14 questions developed by the researcher regarding the opinions of the supporters was used in order to collect data.

Results; 83% of the supporters who participated in the research stated that they apply the VAR to the football. Whereas the rate of implementation support in Turkey was found to be 79.17%. Of the supporters, 32.67% stated that VAR application did not prevent violent movements and 31.50% did not reduce unsportsmanlike movements. According to the VAR application, 80.33% of the players said football was played fairly, and 23.17% of the fans said that it was not decided correctly by VAR application. In the survey, the rate of VAR application affecting the taste of football was 42.50%. While 21.83% of supporters wanted to remove VAR application from super league competitions, the most negative factor affecting VAR application was referees with 27.83%.

Conclusion; as a result of the research, it was found that supporters support the use of VAR application on the futbol. However, the rate of those who want to be applied in Turkey were found to be slightly lower. It has been found that the folks are in a position to consider that the VAR decisions do not prevent violent movements and unsportsmanlike behavior. It has also been determined that the VAR application influences the taste of football negatively and the referees are the most negative factors affecting the application.

Keywords: Football, Video Assistant Referee, Supporter.

SB744

SPOR BİLİMLERİNDE OKUYAN ÖĞRENCİLERİN TOPLUMSAL CİNSİYET ALGISININ BELİRLENMESİ: AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ ÖRNEĞİ

***[1]Alkan Uğurlu*, [1]Emine Bal Turan , [1]Alkan Uğurlu, [1]Doğukan Batur Alp Gülşen**

[1]Akdeniz Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANTALYA

***Email :** augurlu@akdeniz.edu.tr, eminebal@akdeniz.edu.tr, augurlu@akdeniz.edu.tr, dugukangulsen@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın temel amacı; spor bilimleri fakültesindeki öğrencilerin toplumsal cinsiyet algılarının belirlenmesidir.

Yöntem: Çalışmaya Akdeniz Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim görmekte olan rastgele yöntemle seçilmiş 284 öğrenci katılmıştır. Katılımcıların 139'u (%48,9) kadın, 145'i (%51,1) erkektir. Araştırmada, sosyo-demografik değişkenler ile ilgili bilgiler, araştırmacı tarafından oluşturulan Kişisel Bilgi Formu ile toplanmıştır. Veri toplama aracı olarak ise Altınova ve Duyan (2013) tarafından geliştirilmiş olan "Toplumsal Cinsiyet Algısı Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin analizi SPSS 25 paket programı ile yapılmış ve araştırmada anlamlılık düzeyi $p<0.05$ olarak alınmış, Araştırma amacına ulaşabilmek t testi ve One Way Anova testleri kullanılmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Bu araştırmanın sonucunda, cinsiyet ve sınıf değişkenine göre incelendiğinde anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir.

DETERMINATION OF SPORTS SCIENCE STUDENTS' PERCEPTIONS OF GENDER: AKDENİZ UNIVERSITY EXAMPLE

Introduction and Aim: The main aim of this study was determination of Sports Science Students' Perceptions of Gender.

Method: A total of 284 randomly selected students who study in the Akdeniz University The Faculty of Spor Science, participated to current research, 139 woman and 145 man. In the research, information about socio-demographic variables were collected by the Personal Information Form created by the researchers. To reach the purpose of the research; "Perception of Gender Scale" developed by Altınova and Duyan (2013) was used. SPSS Package program (25) was used in the study and t test and one way anova were used in the data analysis and significant level in the study was taken as $p<0.05$

Findings and Conclusion: According to the result of the study, there were significant differences in the student's Perception of Gender in terms of gender and branch variables.

SB750

REKREASYON AMAÇLI SPOR YAPAN BİREYLERİN YAŞAM BECERİLERİNİN İNCELENMESİ

[1]Eda Baki, [2]Levent Önal, [2]Hasan Hüseyin Yılmaz

[1]Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü
[2]Atatürk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

Email : *eda.baki2533@gmail.com, levent.onal@atauni.edu.tr, hasanh.yilmaz@atauni.edu.tr*

Bu çalışmada fitness ve welness salonlarına aktif katılım sağlayan bireylerde sporun yaşam berine etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Araştırmanın evrenini Erzurum ilinde bulunan Fitness-Wellness merkezlerine katılan bireyler oluştururken; örneklem grubunu ise amaçlı örnekleme yöntemiyle seçilmiş 146 birey (75 Erkek – 71 Kadın) oluşturmaktadır. Çalışmada sporun yaşam becerilerine etkisini değerlendirmek amacı ile L. D. Cronin ve J. Allen tarafından 2017 yılında geliştirilen ve Düz ve Açak (2018) tarafından Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışması yapılan Life Skills Scale for Sport (LSSS) kullanılmıştır. Elde edilen verilerin analizi için istatistik programından yararlanılmış ve frekans analizi, betimsel istatistik, t-testi ve anova testleri uygulanmıştır.İstatistiksel anlamlılık düzeyi $p<0.05$ olarak hesaplanmıştır.

Yapılan analizler sonucunda sporun bireylerin günlük yaşantılarında önemli bir yere sahip olduğu ve bireylerin boş zamanlarda gerçekleştirdikleri aktivite türlerinin sporla ilişkilendirilebileceği söylenebilir. Sonuç olarak sporun bireylerin günlük yaşantılarındaki duygusal, sosyal, kişilerarası ilişkilerde önemli bir yere sahip olduğu görülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Spor, Rekreasyon, Yaşam Becerileri, Sporun Önemi.

INVESTIGATION OF LIFE SKILLS OF INDIVIDUALS PARTICIPATING TO SPORT FOR RECREATION ACTIVITIES

In this study, it was aimed to investigate the effect of sport life skills on individuals who are active participants in fitness and wellness halls.

While the universe of the research was formed by individuals participating in Fitness-Wellness centers in Erzurum province; and the sample group consisted of 146 individuals (75 males - 71 females) selected by the purposeful sampling method. Life Skills Scale for Sport (LSSS), developed by L. D. Cronin and J. Allen in 2017 and conducted in Turkish by Validity and Reliability (2018), was used for the purpose of evaluating the effect of sports on life skills. For the analysis of the obtained data, statistical program was used and frequency analysis, descriptive statistics, t-test and ANOVA tests were applied. The statistical significance level was calculated as $p<0.05$.

As a result of the analyzes made, it can be said that the sport has an important place in daily life of the individuals and that the kinds of activities that the individuals perform in leisure time can be related to sports. As a result, it seems that sport has an important place in emotional, social, interpersonal relationships in daily life.

Keywords: Sports, Recreation, Life Skills, Importance of Sports.

SB754

PİERRE BOURDİEU VE SPOR SOSYOLOJİSİ

[1]Olgu Karan,

[1]Başkent Üniversitesi
[2]Başkent Üniversitesi, Ankara

Email : *olgukaran@gmail.com,*

Modern toplumlarda spor pratikleri bireylerin bulundukları toplumsal tabakalarını yansıtır. Bireylerin hangi spor dalına yöneldiklerini toplumsal sınıf pozisyonları belirlemektedir. Örneğin seçkinlerin organize ettiği golf, yatçılık, atçılık, tenis, kayak, polo gibi sporların klüpleri ayrıcalıklı sınıf habitusunun oluşumunda önemli yer tutup yoksulların dışlandığı üyeliklerle kendisini korur. Boks, futbol, güreş gibi sporlar ise dar gelirli bireylerce tercih edilmektedir. Böylece spor, benzer tercihleri olanları birleştirir ve onları farklı beğenileri olanlardan ayırır (Bourdieu, 1984). Bu çalışma spor pratiğini anlamak için Bourdieu sosyolojisinin merkezi kavramlarını spor sosyolojisi alanında operasyonelleştirerek araştırmacılara kullanabilecekleri kavramsal alet çantası sunmayı amaçlamaktadır. Bu yazının amacı Bourdieu'nun teorik çerçevesinin spor sosyolojisi alanında nasıl kullanılabileceğini açıklamaktır. Bourdieu'nun merkezi kavramları, habitus, sermaye ve alandır. Bourdieu sosyolojisinin araladığı pencere, sporun farklı kültürel pratiklerle ve sosyal etkilerle bağı yokmuş gibi sadece spora odaklanarak izole bir şekilde anlaşılamayacağını söylemektedir.

PIERRE BOURDIEU AND SOCIOLOGY OF SPORTS

Sport practices are a reflection of individuals' social position in the class structure in our modern societies. The choice of sport is determined by the social class position of the individual. For instance, sports like tennis, golf, skiing, sailing are the sports organized by smart clubs with membership fees excludes poor social classes where privileged classes form networks and re-produces its dominant position in the class structure. In a similar vein, boxing, wrestling, football are sport practices of poor classes. In so doing, sport brings individual together who shares similar social class position, while distinguishes different choice of sport (Bourdieu, 1084) This study focuses on the central concepts of Pierre Bourdieu in order to understand the field of sport. The aim of this study is explain the ways and which Bourdieu's theoretical framework can be utilized in the sociological study of sport. The central concepts of Bourdieu are field, habitus and forms of capital. The theoretical framework of Bourdieu tells us that one cannot understand sport in isolation without focusing on other cultural practices and social influences.

SB773

ÖZEL YETENEK SINAVINA KATILAN ADAY ÖĞRENCİLERİN DURUMLUK VE SÜREKLİ KAYGI DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Arslan Kalkavan*, [1]Recep Fatih Kayhan, [1]Halil İbrahim Çakır**

[1]Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, RİZE

***Email :** arslan.kalkavan@erdogan.edu.tr, recepfatih.kayhan@erdogan.edu.tr, halilibrahim.cakir@erdogan.edu.tr*

Bu çalışmanın amacı özel yetenek sınavına katılan aday öğrencilerin durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre araştırılmasıdır. 2017 Yılında Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu özel yetenek sınavına katılan 417 aday öğrenciye Spielberger ve arkadaşları tarafından geliştirilen durumluk ve sürekli kaygı envanteri kullanıldı. İstatistik yöntem olarak öncelikle verilerin normallik dağılımına Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilks testleri ile bakıldı. Aday öğrencilerin dağılımları tanımlayıcı istatistik ile belirlendi. Cinsiyete göre yapılan karşılaştırmada α=0.05 anlamlılık düzeyinde Mann-Whitney-U testi uygulandı. Yaş (6 grup), Spor Dalı (6 grup), Lisanslı Spor Yapma Yılı (5 grup) ve Spor Yapma Düzeyine (7 grup) göre yapılan karşılaştırılmada α=0.05 anlamlılık düzeyinde parametrik veriler için tek yönlü anova, parametrik olmayan veriler için ise Kruskal Wallis testleri uygulandı. Test sonuçları cinsiyete bağlı olarak durumluk kaygı puanları arasındaki farkın anlamlı olduğunu (Z0.05; -5.008; P<0.05), sürekli kaygı puanlarının ise anlamsız gösterdi (Z0.05; -1.861; P>0.05). Yaşa bağlı olarak yapılan karşılaştırmada durumluk (X2=0.790, p>0,05) ve sürekli kaygı puanlarının anlamlı olmadığı belirlendi (F 5,416; 0.678; P>0.05), Spor dalına bağlı olarak yapılan karşılaştırmada, durumluk (X2=9.888, p>0,05) ve sürekli kaygı puanlarının anlamlı olmadığı görüldü (F 5,416; 1.701; P>0.05). Lisanslı spor yapma yılına bağlı olarak yapılan karşılaştırmada, durumluk (X2=5.501, p>0,05) ve sürekli kaygı puanlarının anlamlı olmadığı belirlendi (X2=6.460, p>0,05). Spor yapma düzeyine bağlı olarak, durumluk (F 6,416; 1.616; P>0.05) ve sürekli kaygı puanlarının anlamlı olmadığı görüldü (F 6,416; 1.164; P>0.05). Sonuç olarak; bayan adayların durumluk ve sürekli kaygı puanlarının erkek adaylardan daha yüksek olduğu tespit edildi. Yaş, spor dalı, lisanslı spor yapma ve spor yapma düzeyine göre durumluk ve sürekli kaygı puanları arasındaki farkların ise anlamlı olmadığı görüldü.

AN INVESTIGATION OF STATE AND TRAIT ANXIETY LEVELS OF CANDIDATE STUDENTS WHO PARTICIPATED SPECIAL ABILITY EXAMINATION

The purpose of this study is to investigate of state and trait anxiety levels of candidate students who participated special ability examination according to various variables. The state and trait anxiety inventory developed by Spielberger and his colleagues was used in 417 candidates who participated in the special talent exam of Recep Tayyip Erdoğan University, Physical Education and Sports College in 2017. As a statistical method, firstly the distribution of normality of data was examined with Kolmogorov-Smirnov and Shapiro-Wilks tests. The distributions of candidate students were determined by descriptive statistics. Mann-Whitney-U test was applied at the significance level of α=0.05 compared with the sex. The one-way ANOVA for the parametric data at the significance level of α=0.05 was compared with the one-way ANOVA for the non-parametric data and the Kruskal (non-parametric data) Wallis tests were applied. Test results showed that the difference between the state anxiety scores according to sex was significant (Z0.05;-5.008; p<0.05) and the trait anxiety scores were meaningless (Z0.05,-1.861, p>0.05). It was determined that age-related comparisons were statistically significant (X2=0.79, p>0.05) and trait anxiety scores were not significant (F5,416; 0.678; p>0.05). In the comparison made according to the sport branch, state (X2=9.888, p>0.05) and trait anxiety scores were not significant (F5,416, 1.701, p>0.05). According to the year of making licensed sports, state (X2=5.501, p>0.05) and trait anxiety scores were not significant (X2=6.46, p> 0.05). Depending on the level of sport, there was no statistically significant (F6,416; 1,164; p>0.05) and trait anxiety scores were not significant (F6,416; 1.164; p>0.05). As a result; it was determined that the status and trait anxiety scores of female candidates were higher than male candidates. It was observed that the differences between the state and trait anxiety scores were not significant according to age, sport, licensed sport and sporting level.

SB827

DEVLET VE VAKIF ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ ÖĞRENCİLERİNİN BESLENMEYE BAĞLI DESTEK ÜRÜN KULLANIMI KARŞILAŞTIRMASI

***[1]Ceyda Kuloğlu*, [2]Cihan Baykal, [3]Elif Helvacı**

[1]BAŞKENT ÜNİVERSİTESİ FEN EDEBİYAT FAKÜLTESİ SOSYOLOJİ BÖLÜMÜ, ANKARA
[2]GAZİ ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ BÖLÜMÜ, ANKARA
[3]ODTÜ FEN EDEBİYAT FAKÜLTESİ PSİKOLOJİ BÖLÜMÜ, ANKARA

***Email :** ceyda.kuloglu@gmail.com, cihanbaykal@gmail.com, elifkorpe@yahoo.com*

GİRİŞ: Bu çalışma 15. Spor Bilimleri Kongresi için hazırlanan psiko-sosyal faktörler bağlamında beslenmeye bağlı destek ürün kullanımı çalışmasının devamı niteliğindedir. Düzenli fiziksel aktivite içinde bulunan bireylerin sağlıklarını korurken performanslarını artırmak için kullandıkları destek ürünler çeşitlilik göstermektedir. Psikolojik ve sosyolojik açıdan bakıldığında, spor yaparken tercih edilen beslenme alışkanlıklarının farklı faktörlere bağlı olduğu gözlenmektedir. Bu faktörler kısaca, sosyo-ekonomik durum, destek ürün kullanım alışkanlıkları, destek ürünlerle ilgili bilgi düzeyi, beden algısı, benlik saygısı, sosyal medya kullanımı ve sosyo-demografik özellikleridir. Daha önceki çalışmamız, Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde lisans eğitimine devam eden 118 öğrenci ile yapılmıştır. Çalışmada çarpıcı sonuçlarla karşılaşılmıştır. Örneğin, kadınların erkeklere oranla destek ürün kullanma oranları daha düşüktür. Destek ürün kullanımında profesyonel yardım alma oranı düşüktür, genellikle tanıdık vasıtasıyla destek ürün kullanılmaktadır ve destek ürün kullanımı daha ziyade sosyal medyadan öğrenilmektedir. Destek ürün kullananların spor ile ilgili dergileri takip etme oranı yüksektir.

AMAÇ: Bu çalışmada, Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde lisans öğrenimi gören sporcular ile Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Spor Bilimleri Bölümünde lisans eğitimi gören sporcuların besin destek ürünü kullanmalarını etkileyen psiko-sosyal ve faktörlerin karşılaştırması yapılacaktır. Beslenmeye bağlı sporcu destek ürünlerinin maliyetli bir piyasa olduğu göz önüne alındığında, sağlıklı bir sonuç elde edebilmek için katılımcıların sosyo-ekonomik durumlarının da göz önünde bulundurulması gerekliliği aşikardır. Bu bağlamda, bir devlet ve bir vakıf üniversitesi spor bilimleri öğrencilerinin destek ürünü kullanma karşılaştırılması, spor sosyolojisi ve spor psikolojisi alanlarına bilimsel katkı sağlayacaktır.

YÖNTEM: Çalışma, 18 yaş üzeri düzenli egzersiz yapan 200 yetişkin ile anket yöntemi kullanılarak yürütülecektir.

BULGULAR VE SONUÇ: Destek ürün kullanan devlet ve vakıf üniversitesi spor bilimleri öğrencileri arasında, vakıf üniversitesi öğrencilerinin destek ürün reklamları içeren spor dergilerini daha sıklıkla kullandıkları, sosyal medya hesaplarından daha çok faydalandıkları, beden algısının daha olumsuz ve benlik saygısının ise daha düşük olacağı ve destek ürünlerle ilgili bilgi düzeylerinin daha fazla olacağı beklenmektedir.

A COMPARISON OF STATE AND FOUNDATION UNIVERSITY SPORTS SCIENCE STUDENTS' NUTRITION SUPPORT USE

INTRODUCTION: This study is the continuation of the use of nutritional support products in the context of the psycho- social factors prepared for the 15th Sports Science Congress. These products are used to improve the performance while maintaining the health of individuals in regular physical activity vary. From a psychological and sociological point of view, it is observed that the nutritional habits that are preferred when doing sports depend on different factors. These factors are socio-economic status, support product use habits, body sense, self-esteem, social media usage and socio-demographic characteristics. Our previous work was carried out with 118 students attending undergraduate education at Gazi University Sports Sciences Faculty. Striking results were encountered in the study.

For example, women are less likely to use support products than men. The rate of getting professional help in the use of support products is low.

OBJECTIVE: In this study, it is aimed to compare the psychosocial factors affecting the use of nutritional supplements by athletes studying in Gazi University Faculty of Sport Sciences and the athletes who are studying in Başkent University Faculty of Health Sciences, Department of Sport Sciences. Considering that the nutritional support products are a cost- effective market, it is obvious that the socio-economic status of the participants should be taken into consideration in order to achieve a healthy outcome. In this context, a state and a foundation university comparison will provide a scientific contribution to sports sociology and sport psychology.

METHODS: The study was carried out with 200 adult athletes who were older than 18 years of age.

RESULTS AND CONCLUSION: In support product use, it was found out that foundation university students followed sports magazines containing advertisements more, benefited more from social media accounts, body perception was more negative and self-esteem was lower.

SB828

ÇALIŞMA YAŞAMINDA DUYGUSAL EMEK

***[1]Ülkü Altınsoy*, [1]Velittin Balcı, [1]Övünç Erdeveciler**

[1]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : *usaltinsoy@gmail.com, vbalci2@gmail.com, ovunc_erdeveciler@hotmail.com*

Giriş ve Amaç: Günümüzde hizmet sektörünün öneminin artması, bu sektördeki rekabeti de beraberinde getirmektedir. Bu bağlamda çalışmanın amacı ekonomik bir değer haline gelen ve birçok örgütsel davranış değişkeninin öncülü ya da ardılı olabilen duygusal emek eğilimini akademisyenler açısından inceleyerek kavramsal ve yapısal bağlamda ne tür görece üstün özellikler içerdiğini yüzeysel, derinden rol yapma ve doğal duygu boyutlarıyla değerlendirebilmektir.

Yöntem: Bu çalışmaya; Ankara ilinde Hacettepe, Gazi, Ankara ve Bilkent Üniversitesi olmak üzere toplam 4 Üniversiteden 398 akademisyen (n=198, n=200) katılmıştır. Akademisyenlerden veri toplamamızın nedeni, en fazla duygusal emek beklenen meslek grupları içerisinde yer almasıdır. Nicel araştırma modelinin kullanıldığı çalışmada katılımcılara yaş, cinsiyet, çalışma alanı, çalışma yılı, akademik unvan gibi demografik karakteristiklerin bulunduğu toplamda 13 sorudan oluşan Diefendorff ve arkadaşları tarafından geliştirilen duygusal emek ölçeği uygulanmıştır. Ölçek sorularına verilen cevaplar SPSS 21 paket programında frekans, yüzde hesaplamalarının yanında bağımsız örneklem t testi ve one way anova testi kullanılmıştır.

Bulgular: Katılımcıların demografik verileri incelendiğinde %49,7'sinin kadın, %50,3'ün ün erkeklerden oluştuğu tespit edilmiştir. Yaş grupları incelendiğinde ortalama 40,63 olduğu tespit edilmiştir. Akademik personelin duygusal emek düzeylerinin belirlenmesi amacıyla yürüttüğümüz çalışmanın bulgularında cinsiyete göre t testi sonuçlarının yalnızca 'yüzeysel rol yapma' alt boyutunda anlamlı farklılığa rastlanırken diğer alt boyutlarda anlamlı farklılığa rastlanmamıştır. Ölçeğin genelindeyse istatistiksel olarak anlamlı fark mevcuttur (,020<0,05). Duygusal emek düzeyi alt boyutlarının yaşa göre varyans analizi sonuçlarında ölçeğin genelinde ve hiçbir alt boyutunda anlamlı farklılık gözlenmemiştir(,810,>0,05). Çalışma yılına göre varyans analizi sonuçlarında ölçeğin geneli ve hiçbir alt boyutunda anlamlı farklılık gözlenmemiştir(1,393,>0,05).

Sonuç: Duygusal emek kavramının çoğunlukla birebir yüz yüze iletişimde olan çalışanlar açısından önemli olduğu düşünüldüğünde, bu ölçeğin akademisyenler dışında farklı meslek gruplarında uygulanmasıyla daha anlamlı ve genellenebilir sonuçlara ulaşılabilecektir.

Anahtar Kelimeler : Çalışma yaşamı, Duygusal Emek,

EMOTIONAL LABOUR IN WORKING LIFE

Introduction and Aim : Today, the increasing importance of service sector brings competition in this sector. The aim of studying in this context is to evaluate the tendency of emotional labor, which has become an economic value and which is the predecessor or successor of many variables of organizational behavior, in terms of superficial, deeply acting and natural emotions in terms of the relative superior characteristics of conceptual and structural context.

Method : This study; A total of 398 academicians (n = 198, n = 200) from 4 universities including Hacettepe, Gazi, Ankara and Bilkent Universities participated in Ankara. The reason for collecting data from academicians is that they are placed in occupational groups where emotional labor is expected the most. In the study using the quantitative research model, the emotional labor scale developed by Diefendorff et al., Consisting of 13 questions was applied. The answers to the scale questions were used in the SPSS 21 package program as well as the frequency, percentage calculations, independent sample t test and one way anova test.

Findings : When the demographic data of the participants were examined, it was found that 49.7% were female and 50.3% were male. When the age groups were examined, it was determined that the mean age was 40.63. In the findings of the study conducted to determine the emotional labor levels of the academic staff, there was no significant difference in the other sub-dimensions only when the results of the t test by sex were found only in the 'superficial role' sub-dimension. There is a statistically significant difference across the scale (, 020 <0.05). Conclusion : If the concept of emotional labor is thought to be important in terms of employees who are in contact with each other, more meaningful and generalized results will be achieved by applying this scale

SB957

AKTİF SPOR YAŞAMI SONRASI FUTBOLCULARDA KARİYER PLANLAMASI

[1]Erkut Tutkun, [2]İlyas Görgüt

[1]Uludağ Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Bursa
[2]Kütahya Dumlupınar Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Kütahya

Email : *erkuttutkun@gmail.com, ilyasgorgut@hotmail.com*

Özet

Amaç: Bu araştırma ile aktif spor yaşamını sonlandıran futbolcuların nasıl bir kariyer planlaması yaptıklarının ve bu planlamaları doğrultusunda ne tür sorunlarla karşılaştıklarının belirlenmesi amaçlanmaktadır.

Yöntem: Araştırmada nitel araştırma yöntemlerinden biri olan fenomenoloji (olgubilim) deseni kullanılmıştır. Araştırmanın örneklem grubu ölçüt örnekleme yöntemi ile belirlenmiş 13 emektar futbolcudan oluşmaktadır. Futbolcular ile yarı yapılandırılmış görüşme tekniği kapsamında ortalama 15 dakika süren çevrimiçi (telefon ile) görüşmeler yapılmıştır. Katılımcılar görüşme yöntemi ilkeleri doğrultusunda bilgilendirildikten sonra görüşmeler kaydedilmiştir. Ardından ifadeler yazıya aktarılmış, bu metinlere betimsel ve içerik analiz yöntemi uygulanmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Analiz sonucunda futbolcuların spor içerisinde ve spor dışında kariyer planları yaptıklarına, ortaya çıkan bu yeni durumun yaşam tatminlerini etkilediğine ilişkin bulgulara ulaşılmıştır. Sonuç olarak futbolcular kariyer planlamaları yaparken antrenör olarak devam etme veya futbol dışındaki işlerde çalışma şeklinde tercihlerde bulunmaktadırlar. Özel sektörde çalışmayı tercih edenler niteliklerine uygun işler bulamamakta, antrenörlük yapmayı tercih edenler ise yaşadıkları sorunlar nedeniyle maddi, manevi ve mesleki anlamda dezavantajlar yaşamaktadırlar. Ayrıca ortaya çıkan bu yeni durum futbolcuların hayat tatminleri olumsuz olarak etkilenmekte ve futbolcular sporculuk günlerine geri dönme özlemi çekmektedirler.

Anahtar Kelimeler: Emekli, Futbolcu, Spor, Kariyer, Planlama

CAREER PLAINING OF FOOTBALL PLAYERS' AFTER ACTIVE SPORT LIFE

Abstract

Aim: With this research, it is aimed to determine what kind of career plans done and in the direction of these plans what kind of problems met by the soccer players who ended his active sports life.

Method: Phenomenologic design was used in the study which was prepared with qualitative research method. The sample group of the study consists of 15 retired soccer player who were determined with criterion sampling method. Online (by phone) interviews of an average of 15 minutes were conducted with the players within the context of semi-structured interview technique. The interviews were recorded after the participants were informed on the principles of the interview method. Then expressions were transferred to the texts, and descriptive and content analysis methods were applied to these texts.

Finding and Conclusion: As a result of the analysis, it has been found that footballers are making career plans in and out of sports, and this new situation affects their life satisfaction. Finally, players prefer to continue their career as coaches or working outside of football. Those who prefer to work in the private sector do not find jobs that match their qualifications and those who prefer to work as coaches

live with disadvantages in terms of material, spiritual and professional sense due to the problems they experience. In addition, this new situation affects their life satisfaction negatively and they miss to return their days of sports.

Key Words: Retired, Football Player, Career, Planning

SPOR TARİHİ / SPORTS HISTORY

SB70

İSLAM'DA SPORUN ÖNEMİ VE AHLAKI

[1]Baykal Karataş, [2]Metin Bayram, [3]Kenan Şebin, [2]Baykal Karataş

[1]Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu
[2]Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu AĞRI/TÜRKİYE
[3]Atatürk Üniversitesi K.K.E.Fakültesi Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Bölümü ERZURUM/TÜRKİYE

Email : *baykalkaratas@hotmail.com, metinbayram04@hotmail.com, kenansebin@hotmail.com, baykalkaratas@hotmail.com*

İSLAM'DA SPORUN ÖNEMİ VE AHLAKI

1Metin BAYRAM 2Kenan ŞEBİN 1Baykal KARATAŞ 1Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu AĞRI/TÜRKİYE 2Atatürk Üniversitesi K.K.E.Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümü ERZURUM/TÜRKİYE

GİRİŞ: İslâm dini, insanın hem ruh hem de beden sağlığını önemseyen, dolayısıyla ruh ve beden eğitimine değer veren, bu konuda birçok hüküm belirleyen bir dindir. Buna göre insanın ruh eğitimi ve sağlığı önemli olduğu gibi, beden sağlığı ve beden eğitimi de oldukça önemlidir. AMAÇ: Çalışmada özel olarak beden eğitimi konusunda İslâmî kaynaklarda geçen bilgileri bir araya getirerek İslâm dini açısından sporun önemini ve spor ahlakını incelemektir. Bu açıdan baktığımızda şu genel portreyi görmekteyiz: İslâm'ın temel iki kaynağı olan Kur'an ve Sünnet, Müslümanları spora çeşitli sebeplerle teşvik etmiştir. Bu sebepler arasında Müslümanların ibadetlerine ve diğer görevlerine kuvvetli bir istekle sarılmalarını sağlamak, onlara daha güçlü olma yollarını göstermek, beden sağlığını temin etmek, öte yandan Müslümanların İslam topraklarının savunmasına topyekûn hazırlıklı bulunmalarını teşvik etmek vb. sebepler sayılabilir.

YÖNTEM: Bu amaçla ilgili literatür incelenerek araştırma sosyal bilimlerde sıkça kullanılan tekniklerden biri olan Survey yöntemiyle hazırlanmıştır.

SONUÇ: İslâm dini insanın bireysel ve sosyal hayatının gerekli kıldığı tüm alanlarda olduğu gibi spor konusunda da insanın sadrına şifa verecek ve ihtiyacını giderek düzenlemeler koymuştur. Buna göre İslâm dini, insanın ruhî yapısı, zihnî yapısı ve bedenî yapısı üzerinde zararlı olmaması kaydıyla faydalı olan her türlü sportif etkinliklerin düzenlenmesine açık bir dindir. Bu konuda yasaklayıcı bir emir bulunmadığı gibi, duruma göre spor yapmanın caiz, mendup, müstehap, sünnet ev farz mertebelerine yükseldiği de görülmektedir. Burada esas olan, insanın maddî ve manevî sıhhati, huzuru, rahatı, mutluluğu, saadeti ve selametidir. Sonuç olarak günümüz spor anlayışına bakıldığında insan yaşamı ile bütünleşmiş olan spor, insanların sağlıklı, başarılı mutlu olmasında ve yüksek moral gücüne sahip olmasında çok önemli rol oynamaktadı.

Anahtar Kelimeler: İslamiyet, spor, spor ahlakı

THE IMPORTANCE OF SPORT AND ETHICS IN ISLAM

THE IMPORTANCE OF SPORT AND ETHICS IN ISLAM

INTRODUCTION: Islam religion is a religion that cares about the soul and body health of the person, values the mental and physical education of the hotel, and sets sufficient judgment on this issue. According to this, the skills of the person about mental education and health, body health and physical education are also important. OBJECTIVES: To study the sporting ethics by gathering the information

on the physical education in Islamic sources. When we look at this issue, we see the following general picture: The Qur'an and the Sunnah, the two main sources of Islam, encourage the Muslims to include the spore. If you are faced with a strong desire for Muslim worship and others among these reasons, fighting to have that right, ensuring physical health, and encouraging Muslims to be fully prepared for the defense of the Islamic lands, etc. mean reasons. METHOD: The literature review was prepared by Survey method which is one of the techniques frequently used in social sciences. CONCLUSION: To solve the sadness of people related to sports as Islam religion is related to the socialization of family and social life. Accordingly, the organization of athletic events, which include Islam religion, the spiritual structure of man, the mental structure, and everything related to their bodies, is a clear religion. There is no prohibitive order in this issue, and it is also seen that sporting according to the spore, mendup, müstehap, circumcision is elevated to farsighted households. The essential thing here is the physical and spiritual well- being of man, peace, comfort, happiness, happiness and salvation. As a result, regardless of today's understanding of sport, everyone has a very important role in life, sports, living, being happy and having high moral power. Key words: Islam, sports, sport ethics

SB71

TÜRK KÜLTÜRÜNDE TOPA DARA (SOPA TOPU)

***[1]Metin Bayram*, [2]Metin Bayram, [2]Serkan Tevabil AKA, [2]Gökhan Bayraktar, [3]Kenan Şebin**

[1]Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu AĞRI
[2]Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu AĞRI/TÜRKİYE
[3]2Atatürk Üniversitesi K.K.E.Fakültesi Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Bölümü ERZURUM/TÜRKİYE

***Email :** , metinbayram04@hotmail.com, aka_serkan@hotmail.com, gokbayraktar@gmail.com, kenassebin@hotmail.com*

TÜRK KÜLTÜRÜNDE TOPA DARA (SOPA TOPU) 1Metin BAYRAM 1Serkan Tevabil AKA 1Gökhan BAYRAKTAR 2Kenan ŞEBİN, 1Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu AĞRI/TÜRKİYE 2Atatürk Üniversitesi K.K.E.Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümü ERZURUM/TÜRKİYE GİRİŞ: İnsan topluluklarını millet yapan kültür unsurlarından biriside spordur. Spor, kişisel olduğu kadar, sosyal bir olaydır. Türk toplumunun sosyal tarihi içinde oluşan spor tarihinin, dönemler içindeki akışında yaşadıkları spor olaylarında etkili olmuştur. Sporun ne zaman başladığının belirlenmesi hemen hemen olanaksızdır. İnsanın doğadaki ilk hareketini spor olarak kabul edersek bu konudaki görüşlerin çatıştığını görürüz. Spor insan bedenini fiziki yönüyle geliştirdiği gibi oyunlar hareketler yarışmalar vasıtasıyla yapısını belirleyen yeni bir bilim dalıdır. AMAÇ: Doğu Anadolu ve güneydoğu Anadolu bölgesinde oynanan yöresel ismiyle (Topa dara) oyununun tarihini araştırmaktır. YÖNTEM: Topa Dara oyunu ile ilgili yaşları 85 ve 95 aralığında olan doğu Anadolu bölgesinde 40 güneydoğu Anadolu bölgesinde ise 25 olmak üzere toplam 65 kişiyle birebir canlı konuşarak oyun ile ilgili bilgi almaya çalışılmıştır. Ayrıca İran'ın Ürümiye, Hoy, Mako bölgesindeki insanlarla görüşüldü Suriye nin belli bölgelerinde ve Irak'ın Süleymaniye üniversitesi, ile Dohok üniversitesinde görev yapan hocalarla temasa geçerek bilgi alınmaya çalışıldı. SONUÇ: Yapılan görüşmelerde anlaşılıyor ki bu oyunun 1800 lı yıllara dayandığı ve bölge insanı tarafından oynandığı görüşü hâkim kılınmaktadır. Bu oyun Amerika'da oynanan beysbol oyunundan esinlenerek meydana geldiği düşünülebilir fakat beysbol oyunu Amerika'da 1850 lı yıllarda oynandığı bizim yapmış olduğumuz çalışmada görüşlerine başvurduğumuz bölge inşalarının bize verdikleri bilgiye göre ise topa dara oyununun 1800 yıllarında bölgede oynanan bir oyun olduğunu bu oyunun dönemin şartlarında Amerikalılardan esinlenerek oynanması mümkün olmadığını belirtmişlerdir. Anahtar kelimeler: Topa Dara, Ağrı, Doğu Anadolu bölgesi

TOPA DARA GAME IN TURKEY CULTURE

TOPA DARA GAME İN TURKEY CULTURE 1Metin BAYRAM 1Serkan Tevabil AKA 1Gökhan BAYRAKTAR 2Kenan ŞEBİN, 1Ağr Ibrahim Çeçen University School of Physical Education and Sports School PAIN / TURKEY 2Atatürk University of Physical Education and Sports Teacher section ERZURUM / TURKEY INTRODUCTION: One of the cultural elements that make people's communities sprawl. Sport is as social as it is personal. We have been influential in the sports events that have occurred in the flow of the sport history which formed in the social history of Turkish society. It is almost impossible to determine when you started the sport. As sports develops the human body physically, games are a new science that determines the structure of movements through competition. AIM: To investigate the history of the game with its local name (Topa dara) played in Eastern Anatolia and southeast Anatolia. METHOD: Topa Dara game was played with a total of 65 people, aged 85 and 95 in Eastern Anatolia and 40 in Southeastern Anatolia. In addition, Iran was interviewed by the people in Ürümiye, Hoy, Mako region, in certain regions of Syria and with the Suleymaniye University of Iraq, and Dohok University. CONCLUSION: It is clear from the interviews that this game is based on 1800's and is played by the people of the region. It may be thought that this game is inspired by baseball game played in America but baseball game is played in America in the 1850s and we applied to the views of the people we applied to the views of the region according to the knowledge given to us by the game of tare in 1800 in the region during the game played in the conditions of this game period they were not able to play inspired. Key words: Topa Dara, Ağrı, Eastern Anatolia region

SB528

KAR VOLEYBOLU'NUN ORTAYA ÇIKIŞI VE GELİŞİMİ

***[1]Ömür Duğan*, [1]Elif Bozyiğit**

[1]Pamukkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, DENIZLI

Email : *omurdugan@gmail.com, ebozyigit@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Rekreatif amaçla Avrupa'nın soğuk ve karlı bölgelerinde oynanmaya başlanan Kar Voleybolu, ilk kez 2008'de Avusturya'da ortaya çıkmıştır. 2011'de Avusturya Voleybol Federasyonu, 2015'de ise Avrupa Voleybol Konfederasyonu (CEV) Kar Voleybolunu resmi olarak tanimistir. Bu çalışmada "Kar Voleybolu"nun ortaya çıkışı ve Olimpik bir branş olma yolundaki süreci tartışılacaktır.

Yöntem: Kar Voleybolu ile ilgili tarihsel ve sayısal verilere ulaşmak amacıyla kapsamlı bir internet taraması yapılmıştır. Kar Voleyboluna resmi olarak katılan ülkeler ve organizasyonların yapıldığı şehirler incelenmiştir.

Bulgular: Tüm resmi kar voleybolu müsabakaları CEV tarafından Avrupa ülkeleri kapsamında yapılmıştır. İlk resmi "Avrupa Turu" 2016'da, Çek Cumhuriyeti'nde düzenlenmiştir. Turnuvaya katılan ülke sayısı 5, takım sayısı ise 39'dur (kadın n=14, erkek n=25). 2016'da toplam 3 Avrupa Turu düzenlenmiştir (CZE-AUT-ITA). 2016'da turnuvalara 9 ülkeden toplam 113 takım (kadın n=39, erkek n=74) katılmıştır. 2017'de toplam 7 Avrupa Turu düzenlenmiştir (TUR-CZE-TUR-SUI-SLO-LIE-ITA). 2017'deki turnuvalara 18 ülkeden toplam 182 takım (kadın n=58, erkek n=124) katılmıştır. 2018'de toplam 6 Avrupa Turu düzenlenmiştir (TUR-ITA-GEO-TUR-SLO-ITA). 2018 yılındaki turnuvalara 21 ülkeden toplam 183 takım (kadın n=63, erkek n=120) katılmıştır. En çok tura ev sahipliği yapan ülkelerin başında Türkiye ve İtalya gelmektedir (tur sayısı n=4). İlk "Avrupa Şampiyonası" Mart 2018'de Avusturya'da yapılmış, 66 takım (kadın n=29, erkek n=37) katılarak erkeklerde altın madalya sıralaması RUS-GER-LTU, kadınlarda ise LTU-TUR-LAT olmuştur. Spor tarihinde yapılmış olan ilk Avrupa Şampiyonası'nda, Türkiye'yi temsil eden Buğra Eryıldız ve Aleyna Vence ikilisi, gümüş madalya alarak tarihe geçmiştir.

Sonuç: Kar Voleybolu branşında henüz 17 resmi organizasyon yapılmasına rağmen, PyeongChang 2018 Kış Olimpiyatlarında gösteri maçı ile tanıtılmıştır. Bir spor dalının hem kış hem yaz olimpik oyunlarında uygulanabilir olması açısından, IOC'nin ilgisini çeken bu spor dalının hızla yayılacağı düşünülmektedir. FIVB 2017-2019 hedefleri arasında; Kar Voleybolu'nun yaygınlaştırılması, kıta ve dünya organizasyonları düzenlenerek, oyun kurallarının test edilmesi bulunmaktadır. 2020 yılında ilk Dünya Şampiyonası organizasyonunun yapılması planlanan Kar Voleybolu'nun gelişiminde, Türkiye'de yapılan başarılı organizasyonların katkısı olmuştur.

THE DISCOVERY AND DEVELOPMENT OF SNOW VOLLEYBALL

Introduction: Recreationally played in snowy areas in Europe, snow volleyball first appeared in Austria in 2008. In 2011 Austrian Federation, in 2015 European Volleyball Confederation (CEV) officially noticed snow volleyball. The purpose of this study is to put forth the discovery and development of "Snow Volleyball" through the process of becoming an Olympic Sport.

Method: In order to reach numerical data about snow volleyball web sites and sports news sources were examined. The participating teams and countries, the cities the organizations were held was analyzed.

Findings: The official tours were only established by CEV within European countries. The first official "European Tour" was held in Czech Republic in 2016. The number of countries was 5, teams was 39 (25M, 14W). 3 tours were organized in 2016 (CZE-AUT-ITA), 113 teams (74M, 39W) from 9 countries participated. 7 tours were organized in 2017 (TUR-CZE-TUR-SUI-SLO-LIE-ITA), 182 teams (124M, 58W) from 18 countries participated. 6 tours were organized in 2018 (TUR-ITA-GEO-TUR-SLO-ITA), 183 teams (120M, 63W)

from 21 countries participated. The countries which hosted the tour most were Turkey and Italy (n=4). The first European Championship was held in Austria in 2018, with 66 teams (37M, 29W). Medals went to RUS-GER-LTU in mens and LTU-TUR-LAT in womens. The duo Bugra Eryıldız and Aleyna Vence from Turkey won their first ever silver medal in Turkish sport history.

Result: Despite the fact that there has only been 17 formal organizations, the sport was launched in 2018 Winter Olympics PyeongChang. If being successful, volleyball would be the first sport to be at both Winter and Summer Olympic Games. The objectives of the FIVB during 2017-2019 is to universalize snow volleyball and to organize world organizations. FIVB is planning to hold the first world championship in 2020. The contribution of organizations in Turkey was a key factor in this process.

SPOR YÖNETİMİ / SPORTS MANAGEMENT

SB10

FUTBOL ALT YAPILARINDA SÜREÇ YÖNETİMİ

[1]Serdar Samur,

[1]Gelişim Üniversitesi, İstanbul

Email : *ssamur@gelisim.edu.tr,*

Giriş : Çağımızda yaşayan organizma olarak da kabul edilen işletmeler, gelişmelerini sürdürebilmek maksadıyla, maliyetlerini düşürerek, sürdürebilir bir rekabet avantajı yaratmaya yönelik yönetim yaklaşımları içinde başarı odaklı çalışma sisteminden süreç yönetimine geçişi tercih etmeye başlamışlardır. Aynı zamanda birer işletme olan Profesyonel Spor kulüplerinin kurulma amacı, sportif hizmet ve uygulamalarında başarılı olabilmek ve Futbol pastasından yeterince pay alabilmektir. Sportif başarının sürekliliğini sağlayacak en ekonomik kaynak kulüp alt yapılarını oluşturan gençlik geliştirme programlarında yetişen futbolcuların A takımlarında oynayabilecek standarda ulaşabilmesidir.Kulüplerin sürekli yıldız futbolcu transfer politikaları yoluyla sportif başarıyı sağlama gayretleri, uzun vadede borç batağının doğrudan nedeni olmaktadır. Amaç : Bu çalışmanın amacı, futbol kulüplerinin en önemli gelir kalemlerini yaratacak olan Sportif alt yapılarını etkili ve verimli olarak yönetebilmek maksadıyla, süreç yönetimini uygulayabilecek süreçler ve alt süreçler konularına ayırmaktır. Araştırmanın Yöntemi : Bu çalışma Amatör spor kulüplerinin alt yapılarından alınan verilerle Nitel araştırma yöntemi içinde incelenmiştir. Bulgular : Yetenekleri üst düzeye ulaşmış elit futbolcu yetiştirmek için, bilimsel metotlarla çalışacak akademik bir yapının süreç yönetimine uygun olarak faaliyet göstermesi sürekli gelişimin temellerini atacak bir yapının kurulmasına katkı sağlayacaktır. Kurulacak olan akademik yapı içinde çocuk ve gençlerin eğitimleri, yaş gruplarına, gelişmişlik düzeylerine ve bir programa bağlı olarak, teknik, taktik, motorsal, sosyal ve psikolojik yetenekleri ile anatomik yapılarının gelişmesine katkı sağlayacak şekilde üç süreçten oluşacaktır. İlk Süreç; Spor okullarında eğitimdir. Bu süreç, başlangıç (6-9 yaş) ve temel eğitim (10-12 yaş) faaliyetlerini kapsar İkinci Süreç; Yarışmacı takımlarda Uygulamadır. Bu süreç, İhtisas-1,İhtisas-2 ile Performans konularını kapsar. Üçüncü Süreç; Nitelikli Futbolcu teslimatıdır. Bu süreç, yetişmiş futbolcuların A takımına alınması ve ihtiyaç fazlası olanların ise ekonomik olarak değerlendirilmesini kapsar. Sonuç : Akademik bir yapı içinde uygulanacak etkili ve verimli süreç yönetimi ile nitelikli futbolcu yetiştirilmesi sayesinde, Kulüpler için en önemli bütçe kalemi olan transfer bütçesine önemli katkı sağlanacaktır.

PROCESS MANAGEMENT IN FOOTBALL SUBSTRUCTURE

The entry : In our age, businesses are accepted as living organisms. Businesses that are aware of this change today have begun to prefer to transition from a result-oriented work system to process management. The main goal of sports clubs is to increase their profits in addition to achieving success in their sports branch. The aim : The aim of this study is to determine the main process elements of the substrutural area of football that produces service to make this area suitable for process management in order to provide sportive success in football Clubs. Method : According to the data taken from the substructure of Amateur Sport Clubs, Research has been conducted in a qualitative way. Fındings: The most important budget item in Sports club is the transfer budget and the most important criterion in transfer is the importance of establishing a system in order to ensure the supply of players to the professional team with the correct time, correct features and the appropriate price. It can be seen that the process elements of the subject areas covering football and complementing each other can be categorized as follows :The first Process : Beginer (6-9 age) and Basic Traning (10-12 age), the second process: It is the execution in contestant teams. These processes coverts expertise-1, expertise-2 and performans. The third process : It is qualifed sportman handed over. These process coverts the transfer of expertise footballer and footballers of more than need sell to the other clubs as an economic. Result :, By means of these proceses, the contribution of the organizational structure to the continuity of the activities carried out in a model that is an appropriate to the process management approach and the system approach will be substantial.

SB18

SPOR GENEL MÜDÜRLÜĞÜ ÇALIŞANLARININ ÖRGÜTSEL SESSİZLİK DÜZEYLERİ

***[1]İnci Seçkin Ağırbaş*, [2]Yasemin Çakmak Yıldızhan**

[1]Bayburt Üniversitesi Demirözü Meslek Yüksekokulu, BAYBURT
[2]Binali Yıldırım Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, ERZİNCAN

***Email :** inciagirbas@bayburt.edu.tr, ycakmak@erzincan.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Örgütsel sessizlik çeşitli sebeplerden dolayı çalışanların kurum içinde sessiz kalmaları olarak ifade edilmektedir. Örgütsel sessizlik çalışan verimliliği dolayısıyla iş verimliliğini etkileyen durumlar arasında yer almaktadır. Bu çalışmanın amacı, Spor Genel Müdürlüğü merkez teşkilatı çalışanlarının örgütsel sessizlik düzeylerini belirlemektir. Materyal ve Metod: Araştırma Spor Genel Müdürlüğü Merkez Teşkilatında görev yapan 162 kadın ve 240 erkek olmak üzere toplam 402 kişi üzerinde gerçekleştirildi. Çalışanların demografik özellikleri ve örgütsel sessizlik durumları tespit edildi. Elde edilen veriler SPSS 22.0 for Windows istatistik paket analiz edildi. Veri setinin normal dağılmadığı tespit edildi. Bu nedenle ölçek puanlarının demografik değişkenlere göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemeye yönelik Kruskall-Wallis H ve ile Mann-Whitney U testleri uygulandı. Ölçekler arasındaki ilişki ise Bivariate Spearman korelasyon testi ile değerlendirildi. Bulgular: Cinsiyetlerine göre örgüt yararına sessizlik düzeyleri arasında, medeni halleri ve bu kurumda çalışma sürelerine göre örgüt yararına sessizlik düzeyleri arasında, unvanlarına göre ise kabul edilen, örgüt yararına ve genel örgütsel sessizlik düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar olduğu görüldü. Sonuç: Spor Genel Müdürlüğü merkez teşkilatı çalışanlarının örgütsel sessizlik düzeylerinin kişisel faktörlere göre farklılık gösterdiği sonucuna ulaşıldı. Anahtar Kelimeler: Örgütsel Sessizlik, Spor Yönetimi, Türk Spor Teşkilatı

THE LEVELS OF ORGANIZATIONAL SILENCES OF THE CENTRAL ORGANIZATION OF DEPARTMENT OF SPORTS SERVICES

Introduction and Objective: Organizational silence is represented as the silence of employees in the institution due to various reasons. Organizational silence is ranked as the conditions that affect employee productivity and thereby the work productivity. This study aims to determine the levels of organizational silences of the employees of the central organization of Department of Sports Services. Materials and Methods: A total of 402 people, including 162 women and 240 men, employed in the Central Organization of the Department of Sports Services, participated in the research. Questions to determine their demographic characteristics were asked and "Organizational Silence Scale" were applied to the employees. The obtained data were analyzed in the SPSS 22.0 for Windows statistical program. Kruskall-Wallis H and Mann-Whitney U tests were used to identify whether the values of the scales differed according to the demographic variables. The connection between the scales was assessed by the Bivariate Spearman correlation test. Findings: Significant differences were found among the levels of silence for the benefit of the organization according to gender, and according to their marital status and duration of work in this institution, and among the accepted silence, silence for the benefit of the organization, and general organizational silence levels. Conclusion: It was deduced that organizational silence levels of the employees of the Department of Sport Services differed according to personal factors. Key Words: Organizational Slience, Sport Management, Turkish Sport Organization

SB29

SPORUN KAMU DİPLOMASİSİ AÇISINDAN TÜRKİYE'NİN İMAJINA ETKİSİ

[1]Halil Erdem Akoğlu*, [2]Halil Erdem Akoğlu, [3]Tonguç Osman Mutlu

[1]İğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu,NİĞDE
[2]Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu,NİĞDE
[3]Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, MUĞLA

Email : *erdemakoglu@hotmail.com, erdemakoglu@hotmail.com, omutlu1907@hotmail.com*

Giriş: İletişim teknolojilerinin hızla geliştiği ve dünya üzerinde yaşanan her şeyin, dünyanın dört bir köşesinden neredeyse anında ve canlı olarak seyredildiği küreselleşme döneminde, spor faaliyetlerini kullanarak kamu diplomasisi uygulamalarını yürütmek birçok gelişmiş ve gelişmekte olan ülkenin öncelikleri arasına girmiştir. Son 20 yıldır uluslararası ilişkiler literatüründeki yerini alan yumuşak güç unsurlarının arasına sportif başarı da eklenmiş ve ülkelerin uluslararası alandaki imajlarının ve algılanma biçimlerinin oluşumunda spor önemli bir yer işgal etmeye başlamıştır. Amaç: Bu bilgiler doğrultusunda bu çalışmanın amacı, sporun kamu diplomasisi aracı olarak Türkiye'nin imajına etkisini incelemektir. Yöntem: Araştırmanın yöntemi, nicel araştırma desenlerinden genel tarama yöntemidir. Araştırmada olasılığa dayalı olmayan örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Bu kapsamda uluslararası spor organizasyonlarında yer almış spor yöneticileri, uluslararası hakemler, çeşitli branşlarda milli takımlarda yer almış veya almakta olan sporcular, antrenörler ve spor yazarlarını kapsayan 93 kadın ve 301 erkek olmak üzere 394 kişiye anket uygulanmıştır. Sporun kamu diplomasisi aracı olarak Türkiye'nin imajına etkisinin değerlendirilmesine yönelik Gök (2016) tarafından geliştirilmiş imaj ölçeği kullanılmıştır. Uygulanan anketler analiz edilmiş ve sonuçları değerlendirilmiştir. Bulgular: Araştırmaya katılan bireylerin %76,4'ünün erkek; %23,6'sının kadın olduğu görülmektedir. Siyasal-Politik (SP) boyutta "cinsiyet" değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu ve bu farkın erkek katılımcılar lehine olduğu görülmektedir. Türkiye'nin imajına ilişkin görüşlerde bazı yaş gruplarında farklılık olduğu ve bu farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$). Sonuç: Araştırmaya katılan kişiler, Türkiye'nin ülke imajı olarak tesisleşme, uluslararası organizasyonları başarıyla düzenleme, spor alanında zengin bir kültürel mirasa sahip olma ifadelerinde daha olumlu görüş bildirirken, spor kültürünün, spor biliminin yeterli düzeyde oluşmadığı ve spor alanında teknolojinin geri kaldığı bir ülke imajının olduğunu belirtmişlerdir.

SPORT'S EFFECT ON TURKEY'S IMAGE FROM THE POINT OF PUBLIC DIPLOMACY

Introduction: In the era of globalization in which communication technologies are rapidly improved and everything occurred all around world is watched almost instantly and alive from the four corners of the world, conducting public diplomacy practices by using sport events play a part between priorities in both developed and developing countries. For last 20 years, sportive success has been also added in soft power elements involved in international relations literatures and sport has begun to play an important role in the creation of the countries' image and perception at international area. Aim: In the light of this information, the aim of this study is to examine the effect of the sport as an instrument of the public diplomacy on the image of the Turkey. Method: The method of the research is the general survey of quantitative research patterns. Within this scope, questionnaire was applied to totally 394 persons including 93 females and 301 males composed of sport managers/administrators, international referees and sportswriters who all have participated in the international sport organizations and also athletes and coaches who took part in the National Teams at various sport branches. The image survey was developed by gök (2016) to evaluate the impact of sports on Turkey's image as a tool of public diplomacy. Finding: 76.4% of the individuals participating in the survey were male; 23.6% of them are women. It is seen that there is a statistically significant difference in the Political (SP) dimension compared to the "sex" variable, and this difference seems to be in favor of the male participants. Conclusion: it appears that while persons participated in the survey express positive opinion about the image of Turkey in the view of sports facilities, the successfully hosting of international sports organizations, the possessive of the rich cultural heritages in sport field.

SB37

BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİNİN MESLEKİ SOSYALLEŞME VE PSİKOLOJİK SERMAYE DÜZEYLERİ

[1]Ahmet Dinç, [2]Oğuz Özbek

[1]Iğdır Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, IĞDIR
[2]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

Email : *,*

Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Mesleki Sosyalleşme Ve Psikolojik Sermaye Düzeyleri

Bu araştırmanın amacı Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Mesleki Sosyalleşme ve Psikolojik Sermaye Düzeylerini incelenmektir. Araştırmada betimsel yöntem kullanılmıştır. Araştırma evrenini, Türkiye'de 81 ilde milli eğitim bakanlığına bağlı lise ve dengi okullarda 2016-2017 yıllarında görev yapan 31,976 beden eğitimi öğretmeni oluşturmuştur. Araştırma örneklemini 500 Beden Eğitimi Öğretmeni oluşturmuştur. Araştırmanın verilerini toplamak için Tösten ve Özgan (2014) tarafından geliştirilen Pozitif Psikolojik Sermaye Ölçeği ve Özbek ve Ercan (2014) tarafından geliştirilen Mesleki sosyalleşme ölçeği kullanılmıştır.

Psikolojik Sermaye Ölçeği 6 boyuttan oluşan 5'li likert tipi bir ölçektir. Beden eğitimi öğretmenlerinin psikolojik sermaye ölçeğininin alt boyutlarının güvenirlik katsayıları .88 ile .92 arasında değişmektedir. Mesleki sosyalleşme ölçeği 31 maddeden oluşan 5'li likert tipi bir ölçektir. Ölçek 4 boyutludur. Mesleki sosyalleşme ölçeğinin alt boyutlarının güvenirlik katsayıları .84 ile .94 arasında değişmektedir. Verilerin normal dağıldığı saptandığı için, parametrik testlerden T testi ve Anova testleri kullanılmıştır.

Araştırmanın sonuçlarına göre, beden eğitimi öğretmenlerinin psikolojik sermaye ve sosyalleşme düzeylerinin yüksek olduğu görülmüştür. Beden eğitimi öğretmenlerinin mesleki sosyalleşme ve psikolojik sermaye düzeylerinde cinsiyet, eğitim, yaş ve kıdem değişkenlerine göre anlamlı bir fark saptanmamıştır. Beden eğitimi öğretmenlerinin medeni durum değişkenine göre ise mesleki sosyalleşme ve psikolojik sermaye görüşlerin anlamlı bir farklılık görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Mesleki Sosyalleşme, Beden Eğitimi Öğretmeni, Psikoloji Sermaye.

PHYSICAL EDUCATION TEACHERS' LEVELS OF PROFESSIONAL SOCIALIZATION AND PSYCHOLOGICAL CAPITAL

Physical education teachers' levels of professional socialization and psychological capital

The purpose of this study is to analyze Physical Education Teachers' Levels of Professional Socialization and Psychological Capital. Descriptive methods have been used in the study. The scope of the study in terms of quantitative data has been constituted by 31976 physical education teachers from 81 provinces in Turkey who worked in high schools or equivalent schools of ministry of national education between 2016 and 2017. 500 physical education teachers will be taken as samples from that scope. The research sample was composed of 500 physical education teachers. In order to collect the data of the study, "Positive Psychological Capital Scale" developed by Tösten and Özgan (2014) and "Professional Socialization Scale" developed by Özbek and Ercan (2014) have been used.

Psychological Capital Scale is comprised of 6 dimensions and it is like 5 point Likert Scale. The reliability coefficients of the subscales of physical education teachers' psychological capital scale ranged from .88 to .92. Professional socialization scale includes 31 articles and it is a type of 5 point likert scale. The scale is four dimensional. The reliability coefficients of the subscales of the occupational

socialization vary between from .84 to .94. Since the data were found to be normal distributions, T test and Anova tests were used for parametric tests.

According to the results of the research, it has been seen that psychological capital and socialization levels of physical education teachers are high. There was no significant difference in the levels of occupational socialization and psychological capital of physical education teachers according to gender, education, age and seniority variables. However According to the marital status variable of the physical education teachers, there was a meaningful difference in the views of professional socialization and psychological capital.

Key Words: Professional Socialization, Physical Education Teacher, Psychological Capital.

SB38

SPOR KAVRAMLARINA YÖNELİK METAFORİK ALGILAMALAR

[2]F. Pervin Bilir, [2]Yeliz Eratlı Şirin, [1]Nurşen Şahin

[1]Çukurova Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı/ADANA
[2]Çukurova Üniversitesi, BESYO, Spor Yöneticiliği Bölümü/ADANA

Email : *fatmapervinbilir@gmail.com, yelizsirin75@gmail.com, nursenerd@mynet.com*

Bu çalışmada, sporcuların temel bazı spor kavramlarına yönelik metaforik algılarının belirlenmesi amaçlanmıştır. Betimsel ve nitel olarak tasarlanan bu çalışmanın örneklemini bir spor kulübünde lisanslı olan 34'ü erkek, 26'sı kadın olmak üzere toplam 60 sporcu oluşturmuştur. Veri toplama aracı olarak kişisel bilgi formu ve spor, sporcu, antrenman, antrenör, hakem, yönetici ve müsabaka gibi kavramlara yönelik sorulardan oluşan anket kullanılmıştır. Veriler içerik analizi ile belli temalar altında toplanmış ve tanımlayıcı istatistikler ile ifade edilmiştir. Çalışmanın bulgularına göre sporcuların en çok; spor'u sağlık; sporcuyu, güç; antrenmanı, zorluk ve beslenme; antrenörü, yol göstericilik; hakemi, adalet; yöneticiyi, otorite figürleri ve müsabakayı da şiddet içerikli temalar altında toplanan metaforlar ile algıladıkları belirlenmiştir. Sonuç olarak sporcular, spor, sporcu, antrenman, antrenör, yönetici, hakem kavramlarını olumlu metaforlar, müsabaka'yı ise olumsuz metaforlar ile algıladıkları söylenebilir. Anahtar Kelimeler: Antrenör, Metafor, Müsabaka, Sporcu, Yönetici.

METAPHORIC PERCEPTIONS RELATING TO THE CONCEPTS OF SPORT

In this study, it is aimed to determine the metaphoric perceptions of athletes relating to some basic concepts of sport. The sample of this study which was designed as descriptive and qualitative is totally 60 licenced athletes in the sport clubs ,34 of them are males and 26 of them are females. The personel information form and a questionnaire including questions relating to concepts like sports, athlete, training, referee, manager and competition were used as data collection tool in the study. Datas were grouped under specific themes with content analysis and also were signified by descriptive statistic. According to the findings of the study, it was determined that athletes at most perceived, by the metaphores which were grouped under the the themes including; the sports as health, athlete as strength, traning as hardness and nutrition, coach as a guide, referee as justice, manager as authority figure and competition as violance. As a result, it can be said that athletes perceive the athlete, sports, training, coach, manager, referee as positive metaphors whereas they perceive the competition as a negative metaphor. Key Words: Athlete, Coach, Competetion, Manager, Metaphor.

SB41

SPORCULARIN LİDERLİK DAVRANIŞLARI VE ANTRENÖRDE TERCİH ETTİKLERİ LİDERLİK : KANO SPORU ÖRNEĞİ

[1]F. Pervin Bilir, [2]Nurşen Şahin, [1]Tolga Çelik

[1]Çukurova Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Spor Yönetim Bilimleri ABD., Balcalı/ADANA
[2]Çukurova Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor ABD., Balcalı/ADANA

Email : *fatmapervinbilir@gmail.com, nursenerd@mynet.com, lctolga@gmail.com*

Bu çalışmada, kano sporcularının kendi liderlik davranışlarının antrenörlerinde tercih ettikleri liderlik davranışlarındaki rolünün incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda betimsel ve nicel olarak tasarlanan çalışmanın evrenini; 2018 yılında aday milli takım seçme yarışlarına katılan 194 kano sporcusu, örneklemini ise; 31 kadın ve 67 erkek toplam 98 sporcu oluşturmaktadır. Veriler, sporcuların liderlik davranışları için Halpin ve Winer (1957) tarafından geliştirilen "Liderlik Davranışını Betimleme Ölçeği" ile sporcuların antrenörlerinde tercih ettikleri liderlik davranışları için Chelladurai ve Saleh (1980) tarafından geliştirilen “Sporda Liderlik Ölçeği” aracılığıyla toplanmıştır. Verilerin analizinde tanımlayıcı ve yordamsal istatistik teknikleri kullanılmıştır. Sporcuların liderlik davranışları ile antrenörlerinde tercih ettikleri liderlik davranışları arasında orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu ve yapıyı kurma boyutunda daha yüksek ilişkinin olduğu belirlenmiştir. Sporcuların liderlik davranışları, antrenörlerinde tercih ettikleri liderlik davranışlarından otokratik davranış ve sosyal destek alt boyutlarını daha yüksek olarak yordamaktadır. Sonuç olarak, kano sporcularının liderlik davranışlarının antrenörlerinde tercih ettikleri liderlik davranışlarında rolü olduğu ve yapıyı kurma liderlik davranışına sahip sporcuların bu rolü açıklamada daha çok payı olduğu söylenebilir. Anahtar Kelimeler: Kano, Sporcu, Liderlik, Antrenör.

LEADERSHIP BEHAVIOURS OF THE ATHLETES AND LEADERSHIP THEY PREFERRED IN THEIR COACHES: THE SAMPLE OF CANOE SPORTS

In this study, it is aimed to investigate the role of canoe athletes' leadership behaviours on leadership behaviours they prefer in their coaches. The universe of this study which was designed as descriptive and quantitative is 194 canoe athletes who participated in the selection of candidate national team in 2018 and the sample of this study is totally 98 athletes composed of 31 females and 67 males. Data, for the athletes' leadership behaviours, were gathered through Leader Behavior Description Questionnaire (LBDQ) which was developed by Halpin and Winer (1957) and for the leadership behaviours they prefer in their coaches were gathered through Leadership Scale for Sport (LSS) which was developed by Chelladurai and Saleh (1980). Descriptive and inferential analysis were used in this study. There has been found to be a moderate meaningful relationship between the leadership behaviours of the athletes and the leadership behaviours they prefer in their coaches and also determined to be higher relationship on initiating dimension. The leadership behaviors of the athletes have predicted autocratic behavior and social support sub-dimensions from the leadership behaviors they prefer in their coaches. As a result, it can be said that leadership behaviours of the canoe athletes have a role on the leadership behaviours of their coaches, and the athletes who have initiating leadership behaviour have greater effect on explaining this role. Key Words: Canoe, Coach, Leadership, Sport.

SB47

SPORCULARIN ÇOKLU ZEKA ALANLARI VE ALGILADIKLARI LİDERLİK DAVRANIŞLARI

[2]F. Pervin Bilir, [1]Nurşen Şahin, [2]L. Tolga Çelik, [2]Turan Arı

[1]Çukurova Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor ABD., ADANA
[2]Çukurova Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu,Spor Yönetim Bilimleri ABD., ADANA

Email : *fatmapervinbilir@gmail.com, nursenerd@mynet.com, lctolga@gmail.com, turanari@cu.edu.tr*

Bu çalışmada, sporcuların çoklu zeka alanları ve antrenörlerinin liderlik davranışlarını algılamaları arasındaki ilişki incelenmiştir. Betimsel ve nicel olarak modellenen bu çalışmanın örneklemini Türkiye Üniversite Sporları Federasyonu tarafından 2018'de düzenlenen KOÇFEST organizasyonuna yüzme ve atletizm spor dalından katılan 183 sporcu oluşturmuştur. Veriler; Chelladurai ve Saleh'in (1980) geliştirdikleri "Sporda Liderlik Ölçeği" ve Gülşen'in (2015) geliştirdiği "Çoklu Zeka Alanları Değerlendirme Ölçeği" ile toplanmıştır. Verilerin analizinde; tanımlayıcı ve korelasyon istatistikleri kullanılmıştır. Çalışmanın bulgularına göre; sporcuların kinestetik ve sosyal zekalarının çok gelişmiş, diğer zeka alanlarının da gelişmiş düzeyde olduğu belirlenmiştir. Sporcular antrenörlerinde "eğitim ve öğretim" ile "pozitif geribildirim" liderlik alt boyutlarını yüksek algılamaktadırlar. Kinestetik zeka alanı ile "eğitim ve öğretim" liderlik alt boyutu arasında pozitif ve orta düzeyde bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Sonuç olarak bu bulgular, kinestetik zeka alanı yüksek olan sporcuların antrenörlerinde "eğitim ve öğretim" davranışlarını önemsedikleri yönünde bize ipuçları sunmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Atletizm, Çoklu Zeka Alanı, Liderlik, Sporcu, Yüzme.

MULTIPLE INTELLIGENCE AREAS AND PERCEIVED LEADERSHIP BEHAVIOURS OF ATHLETES

In this study, the relationship between the multiple intelligence areas of athletes and their perceptions concerning their coaches' leadership behaviours has been investigated. The sample of this study which was designed as descriptive and quantitative is 183 athletes who participated in the field of swimming and athletism to KOÇFEST which was organized by Turkish Universities Sport Federation. Data were gathered through Leadership Scale for Sport (LSS) which was developed by Chelladurai and Saleh (1980) and The Scale for Assessment of Multiple Intelligence Areas which was developed by Gülşen (2015). For the analysis of data; descriptive and relational statistics were used. According to the findings of the study, It has been determined that the athletes have highly advanced kinaesthetic and social intelligences and on the other hand they have advanced intelligence in other intelligence areas. It has been found that the athletes highly perceive the leadership behaviours of their coaches in training and instruction and positive feedback sub-dinemsions. It has been determined that there is a positive moderate relationship between kinaesthetic intelligence and training and instruction which are sub-dimension of leadership. Results of the study contains the findings that athletes who have higly advanced kinaesthetic intelligence area care about training and instruction behaviours on their coaches.

Key Words: Athlete, Athleticism, Leadership, Multiple İntelligence Area, Swimming.

SB55

TÜRKİYE'DE DÜZENLENEN ULUSLARARASI SPOR ORGANİZASYONLARININ PAZARLAMA VE KALİTE ALGILARININ KARŞILAŞTIRILMASI

***[1]Yeşim Bayrakdaroğlu*, [1]Yeşim Bayrakdaroğlu, [2]Dursun Katkat, [3]Orcan Mızrak**

[1]Gümüşhane Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu, GÜMÜŞHANE
[2]Mersin Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu, MERSİN
[3]Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ERZURUM

***Email :** yesimsongun@hotmail.com, , ,*

Çalışmanın amacı, Türkiye'de düzenlenen Uluslararası Spor Organizasyonlarının pazarlama faaliyetlerinin nasıl yapıldığını araştırmak ve bu organizasyonların marka yönetim yaklaşımlarını ortaya koyarak imaj yönetiminin kamuoyu üzerinde bıraktığı etkileri tespit etmek, bu organizasyonların tanıtım ve pazarlama hedeflerine ne düzeyde ulaşıp ulaşmadığını belirlemektir. Araştırmanın evrenini; Türkiye'de düzenlenen Uluslararası Spor Organizasyonları ve bu organizasyonlara aktif ya da pasif olarak iştirak etmiş seyirciler oluştururken; örneklem grubunu Erzurum 2011 Dünya Üniversitelerarası Kış Oyunları, Trabzon 2011 Avrupa Olimpik Gençlik Festivali ve Mersin 2013 Akdeniz Oyunları'na aktif ya da pasif olarak iştirak etmiş, toplam 2039 seyirci oluşturmaktadır. Araştırmada organizasyonların şehirler üzerindeki genel etkilerini araştırmak için Mega Organizasyon Etkisi ve Spor Organizasyonlarında Algılanan Kalite-İmaj Ölçeği adlı ölçek kullanılmıştır. Araştırma sürecinde 2039 kişiye ait veri seti üzerinde istatistiksel işlemler bilgisayarlı istatistik programı kullanılarak bağımsız örneklemler için t testi, tek faktörlü varyans analizi-ANOVA ve Post HocTukey testi, korelasyon analizi ve çoklu doğrusal regresyon analizleri yapılarak araştırmanın alt problemlerine cevap aranmıştır. Çalışmada çeşitli değişkenler açısından mega organizasyon etki ölçeği alt boyutlarının ve spor organizasyonlarında algılanan kalite-imaj ölçeği (SOAKİ) alt boyutlarının anlamlılık düzeyine bakılmıştır. Daha sonra regresyon analizi ile iki ölçeğin uyumu araştırılmıştır. Mega organizasyon algılaması ile spor organizasyonlarında algılanan kalite puanları arasında bütün alt boyutlarda pozitif yönlü ve anlamlı korelasyonlar olduğu görülmektedir. Sonuç olarak, pazarlama faaliyetleri kapsamında organizasyon komitelerinin resmi raporlarda belirtilen yöntemleri uygulandığı fakat seyircilerin bu pazarlama ve imaj çalışmalarını farklı düzeylerde algıladıkları tespit edilmiştir.

A COMPARISON OF THE PERCEPTIONS REGARDING THE MARKETING AND QUALITY OF INTERNATIONAL SPORT ORGANIZATIONS IN TURKEY

The objective of the study is to search how the marketing activities of International Sport Organizations in Turkey are done and to determine the impressions that the imagemanagement make on publicopinion by revealing the brand management approaches of these organizations and also to determine to what extent these organization sattain their intro ducingand marketing goals. International Sport Organizations in Turkey and the audience who participate in these organizations actively or quiescently constitute the target population of the study while totally 2039 audiences who participate in Erzurum 2011 World Interuniversity Winter Games, Trabzon 2011 Europe Olympic Youth Festival, Mersin 2013 Mediterranean Games actively or quiescently constitute the sample group. In the study, to reseach the over allimpact of the organization on the cities, Mega Event Impact Scale and Inventory of Perceived Quality and İmage at Sport Organization Scale (IPQISO) were used. In the process of the study, answers to the subquestions of the reseach were investigated by making t test for free samples, one-way analysis of variance, ANOVA ve Post Hoc Tukey test, correlation analysis, a multiplelinear regression analysis by using statistical processes on data set belong to 2039 people and computerised statistical programme. In the study, the significance level of subdimension of mega organization efficient scale and subdimension of Inventory of Perceived Quality and İmage at Sport Organization Scale (IPQISO) was examined. After wards, the harmony between two scales with regression analysis was searched. There are positive and significant correlations between the perception of the mega organization and the perceived quality scores of sport organizations in all sub dimensions. As a consequence, with in the marketing activities, it is determined that the organization committees perform the stated methods in the formal reports, but the audience percieve these marketing and image studies in different levels.

SB78

KAMU DİPLOMASİSİ AÇISINDAN SPORUN ÜLKE İMAJI ÜZERİNDEKİ ETKİSİ : TÜRKİYE ÖRNEĞİ

[1]Yasemin Gök,

[1]Gençlik Ve Spor Bakanlığı Spor Genel Müdürlüğü
[2]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : *yasegok@gmail.com,*

Ülkelerin ulusal imajını oluşturan önemli unsurlardan biri de ulusal marka değerleridir. Ulusal marka değerlerinde ise eğitim, sanat, turizm, sağlık, ekonomi, gençlik, spor gibi toplumla yakından ilişkili unsurların etkili olduğu söylenmektedir. Kamu diplomasisi sadece uluslararası ilişkiler alanında değil aynı zamanda sanattan spora, eğitimden kültüre, gençlikten halkla ilişkilere, yeni medya alanlarını kapsayan çeşitli alanlarda da uygulanabilmektedir. Uluslararası düzeyde etkin ülke tanıtımı ve ülkeye ilişkin olumlu imajın oluşturulmasının yanı sıra olumsuz imajın da iyileştirilmesi konularında yararlanılabilecek unsurlardan biri de yumuşak güçtür. Bir ülkenin yumuşak gücü, o ülkedeki pek çok aktör ve kurumun faaliyetleriyle oluşmaktadır. Ülkelerin mevcut yumuşak güç aktörlerinden olan gençlik ve spor alanları, kamu diplomasisinin gerek uygulama alanı gerekse uygulama araçlarından biridir. Kamu diplomasisinin temel amacı, stratejik iletişim aracılığıyla algıların yönetilerek var olan algıların olumlu yönde geliştirilmesi ve olumsuz algılamaların değiştirilmesini sağlamaktır. Uluslararası stratejik iletişim aracılığıyla algıların yönetilmesi sayesinde bireylerin zihinlerinde oluşan resimler yönlendirilerek, imajlar yönetilebilmektedir. Araştırma, Türkiye'de ve başka ülkelerde spor alanında görev yapan üst ve orta düzey yöneticiler, spor meslek uzmanları ile spor gazetecileri arasından uluslararası düzeyde spor organizasyonlarında yer alan 164'ü kadın ve 320'si erkek olmak üzere toplam 484 kişi ile gerçekleştirilmiştir. Araştırma grubuna kamu diplomasisi açısından sporun ülke imajındaki etkisini belirlemek amacıyla, sporun sosyal-kültürel, ekonomik-bilişim- teknoloji ve siyasal-diplomatik boyutlarını içeren ve 21 maddeden oluşan ve araştırmacı tarafından geliştirilen "imaj değerlendirme ölçeği" uygulanmıştır. Çalışma sonucunda, araştırmaya katılan bireylerin kamu diplomasisi açısından sporun ülke imajındaki etkisi üzerine sosyal-kültürel, ekonomik-bilişim-teknoloji ve siyasal-politik boyutlarda verilen ifadelere ilişkin görüşleri benzer olduğu ve olumlu yönde görüş bildirdikleri sonucuna ulaşılmıştır. Kamu diplomasisi açısından gençlik ve spor alanlarında uygulanacak uluslararası stratejik iletişim faaliyetleri sayesinde arzu edilen imajların oluşturulması, geliştirilmesi ve olumsuz imajların iyileştirilmesi sağlanmış olurken yumuşak gücün de hayata geçirilmesi sağlanmış olacağı değerlendirilmiştir.

SPORT'S INFLUENCE ON A COUNTRY IMAGE FROM THE POINT OF VIEW OF PUBLIC DIPLOMACY: THE CASE OF TURKEY

One of the important factors that create a country image is national-brand value. It is said that the factors closely related to society such as education, art, tourism, health, economy, youth, sport et al could become effective on a national-brand value. Public diplomacy is implemented not only at international relations but also multi-various fields covering new media areas from arts, education and youth to sports, culture, and public relations. A soft power is one of factors used in issues on the modifying of the negative image besides the creation of the favourable image and an effective country promotion at international level. A soft power of a country is composed of a great of actors and the events of the institutions in the country. Youth and sport areas that are one of the existing soft power actors in countries are both application scopes and application means of public diplomacy. The main objective of the public diplomacy is to ensure the modifying of the negative perceptions and the enhancement of the existing positively perceptions by managing these perceptions through strategic communication. With the perception management, profiles visualized in individuals' mind are manipulated and images are directed by means of the international strategic communication. This research was done with 164 females and 320 males totally 484 persons, who take part in the sports organizations/events at the international level, among top-level and mid-level managers, sport experts and sports journalists at sports' areas in Turkey and other countries. The survey of the image evaluation was applied to the research group in order to determine the sport's influence on an image of a country from the point of view of the public diplomacy. This survey includes the social, cultural, economic, scientific, technological, diplomatic, political dimensions of the sport and is composed of 21 questions. In this research

SB92

FUTBOLDA İLK GOLÜN MAÇ SONUCUNA ETKİSİ

[2]Tuğbay İnan , [1]Beyza Çetin, [3]Özge Güngörür

[1]Dokuz Eylül Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü,İZMİR
[2]Dokuz Eylül Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi,İZMİR
[3]Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü,İZMİR

Email : *tugbay.inan@deu.edu.tr, beyza.cetin217@ogr.deu.edu.tr, ozgegungorur.izmir@gmail.com*

Giriş ve Amaç: İletişim teknolojisindeki gelişmelerle beraber dünyada spora olan ilgi de artmaktadır.Spora olan ilginin artması sonucu ise spor endüstrisini ve spor yönetimine yönelik araştırmaların sayısı da artış göstermektedir.Dünya genelinde en fazla ilgiyi çeken spor dalı ise futboldur. Futbolun yönetimi, finansmanı,endüstrisi gibi farklı bilim alanlarıyla da iç içe geçen futbol araştırmalarına veri analizi ve istatistiksel araştırmalar da eklenmiştir.Bu araştırmalardan elde edilen bulguların spor yönetimi alanına aktarılması aynı şekilde hızlanmaktadır. Son yıllarda spor yönetimi alanında yapılan çalışmalar incelendiğinde futbol ekonomisi ve futbolun istatistiksel analizleriyle ilgili olduğu net bir biçimde görülmektedir. Bu araştırmaların ekonometrik ölçüm yöntemlerinin yanında,müsabaka sonuçlarına etki eden değişkenler ve bu değişkenlerin etki güçlerini tespit eden istatistiksel analizler literatürde sayıca daha fazladır. Müsabakalar sonucunda müsabaka sonuçlarına etki eden değişkenler özellikle futbolcuların,teknik ekibin,taraftarların,medya kuruluşlarının ve spor yöneticilerinin de ilgisini çekmektedir.Bu araştırma ise Avrupa'da yer alan futbol liglerinde ilk golün maç sonuçlarına etkisini istatistiksel açıdan tespit etmek amacıyla planlanmıştır. Yöntem: Bu çalışmada İspanya, Fransa, Almanya, İngiltere ve İtalya olmak üzere Avrupa'da yer alan 5 ülkenin 2014-2017 sezonlarına ait takımların ev sahibi olduğu maçların verileri kullanılmıştır. İspanya‘ da 1140 adet, Almanya‘ da 918 adet, Fransa‘da 1140 adet, İngiltere‘ de 1140 adet, İtalya‘ da 1140 adet olmak üzere toplam 5478 adet maç analize tabi tutulmuştur.İlk gol ile maç sonucu arasındaki ilişki ki-kare bağımsızlık testi ile tespit edilmiştir.Yapılan analizlerde SPSS 24.0 paket programı kullanılmıştır. Bulgular: Çalışmada yer alan ilk gol bağımsız değişkeni incelenmiş,maç sonucu ile ilk gol arasında ilişki olduğu görülmüştür ($p<0.01$). Sonuç: Araştırma verilerinden elde edilen sonuçlara göre Avrupa’da yer alan 5 büyük futbol liginde üç sezon boyunca takımların ev sahibi olarak oynadığı maçlarda atılan ilk gol ile maç sonucu arasında ilişki olduğu tespit edilmiştir.Buna göre ilk golün önemi bu çalışma ile ortaya konulmuştur; ancak araştırmanın güvenilirliğini arttırmak amacı ile ilk gollerin hücum stilleri bakımından,yıldız oyuncu profili,bütçe gibi farklı değişkenlerle de incelenmesi gerekmektedir.

THE INFLUENCE OF THE FIRST GOAL FOR THE FINAL RESULT OF THE FOOTBALL MATCH

Along with the developments in communication technology, interest in the world is increasing.The result of increased interest in sports is the increase in the number of studies on the sport industry and sport management.The most interesting sporting event in the world is football.Data analysis and statistical surveys have also been added to football researches that are intertwined with different science fields such as football management,financing and industry.The transfer of findings from these surveys to the field of sport management is accelerating in the same way.The transfer of findings from these surveys to the field of sport management is accelerating in the same way.In recent years, studies in the field of sport management are clearly related to the statistical analysis of soccer economy.In addition to the econometric measurement methods of these studies, the variables affecting the results of the competition and the statistical analyzes that determine the power of these variables are more numerous in the literature.As a result of the matches, the variables affecting the results of the competition are especially attracted by football players,technical team,supporters,media organizations and sports managers.This research was planned in order to determine statistically the effect of the first goalkeeper game results in football leagues in Europe. In this study, the data of the matches of the 5 countries of Europe, including Spain, France, Germany, England and Italy, where the teams belonging to the 2014-2017 seasons were hosted, were used. In this study, a total of 5478 matches were analyzed.The relationship between the first goal and the final result was determined by chi-square independence test.SPSS 24.0 package program was used in the analyzes. The first goal independent variable in the study was examined and it was found that there was a relationship between the result of the match and the first goal ($p <0.01$).

SB104

YENİ NESİL ÜNİVERSİTELERE DOĞRU VE SPOR BİLİMLERİ ALANI

***[1]Yunus Emre Karakaya*, [1]Sebahattin Devecioğlu**

[1]Fırat Universitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ELAZIĞ

Email : *emrekarakaya@firat.edu.tr, sdevecioglu@firat.edu.tr*

Giriş: Tarih boyunca üniversiteler birçok yönden büyük değişim geçirmiştir. İlk olarak "1. nesil üniversiteler" olarak adlandırılan üniversiteler eğitim-öğretim olarak hizmet vermekteydi. Sonra "2. nesil üniversiteler", araştırma ve geliştirmede ön plana çıkmıştır. Daha sonra "3. nesil üniversitelerde" araştırma geliştirme çalışmalarının endüstriye olan yansımaları dikkat çekmiştir. Günümüzde ise üniversitelerin yeni bir değişim geçirdiği ve "yeni nesil üniversitelerin" konuşulmaya başlandığı görülmektedir. Bugün üniversiteler, piyasayla iç içe, kozmopolit ve rekabetçi kurumlar olarak adlandırılmaktadır. Hâkim üniversite anlayışının ise artık rekabetçi ve girişimci yeni nesil üniversite olduğu görülmektedir. Amaç ve Method: Bu çalışmada, "Yeni nesil üniversitelerin konuşulduğu günümüzde spor bilimleri alanı kendini nerede görüyor?", "Spor bilimleri alanı bu değişimin neresinde?", "Spor bilimleri alanına yönelik öngörüler nelerdir?" gibi sorulara betimsel çerçevede cevap aranmaya çalışılmıştır. Sonuç: Sonuç olarak, spor bilimleri alanı bilgiyi üretmenin ve paylaşmanın yanında, araştırma ve geliştirme faaliyetlerinin topluma aktarılmasına yönelmek durumundadır. Spor bilimleri alanında görev yapan öğretim elemanları, küresel değişimler çerçevesinde, öğrencilerini gelecekteki olası değişimlere hazırlamalı, bilgi teknolojilerini onlara tanıtmaya yardımcı olmalıdır. Spor bilimleri alanında eğitim alan öğrenciler ise uluslararasılaşmaları için çok iyi derecede yabancı dil/dillere sahip olması gerekmektedir. Anahtar Kelimeler: Üniversiteler, yeni nesil, spor bilimleri alanı.

TOWARDS NEW GENERATION UNIVERSITIES AND THE FIELD OF SPORTS SCIENCES

Introduction: Throughout the history, universities have gone under significant changes in many aspects. Universities, which were initially called "1st generation universities", served for education. Then, "2nd generation universities" stood out with research and development. Later, "3rd generation universities" come to the fore with their reflection of research and development on the industry. Today, it is observed that universities are undergoing a novel change and the concept of "new generation universities" is discussed. Today, universities are called composite and competitive institutions, which are also concentric with the market. Additionally, the prevalent perception of universities is observed to be the new generation universities, which are competitive and entrepreneurial anymore. Aim and Method: In this study, answers to questions, such as "Where does the field of sports sciences place itself today where new generation universities are discussed?", "What is the place of sports sciences in this change?" and "What are the predictions regarding the field of sports sciences?", were investigated in a descriptive framework. Conclusion: In conclusion, the field of sports sciences is to head towards transmitting the activities of research and development to the society as well as producing and sharing knowledge. Within the framework of global changes, academics serving in the field of sports sciences should prepare their students for possible future changes and help them in introducing information technologies. Students studying in the field of sports sciences should have good commands of foreign language/languages in order to internationalize. Keywords: Universities, new generation, field of sports sciences.

SB105

TÜRKİYE'DE SPOR BİLİMLERİ ALANINDAKİ LİSANSÜSTÜ EĞİTİMDE KALİTE YÖNETİMİ

[2]Selman Aksarı, [1]Yunus Emre Karakaya

[1]Fırat Universitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ELAZIĞ
[2]Fırat Universitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, ELAZIĞ

Email : *selman.aksari@hotmail.com, emrekarakaya@firat.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Türkiye'de yükseköğretim sayısının hızla artmasıyla beraber akademik personel, öğrenci ve çalışma olanaklarıyla ilgili pek çok problemlerin olduğu görülmektedir. Diğer bilim alanlarında olduğu gibi Türkiye'de lisansüstü spor eğitiminde de problemler yaşanmaktadır. Bu problemler, yapısal problemler, nicel olarak yetersizlikler gibi başlıklarda ifade edilebilir. Bu araştırmada, Türkiye'de spor bilimleri alanındaki lisansüstü eğitimde eğitim alan öğrencilerin görüşleri doğrultusunda, lisansüstü eğitim kalitesini tespit etmek amaçlanmıştır. Yöntem: Araştırma grubunun görüşlerini belirlemek amacıyla Tosun (2012) tarafından geliştirilen, geçerlilik ve güvenirlilik çalışmaları yapılmış olan ölçme aracı kullanılmıştır. Elde edilen verilerin analizleri SPSS 22.0 paket programında yapılmıştır. Araştırma grubunun, kişisel ve mesleki değişkenlerine göre dağılımını ortaya koymak amacıyla frekans ve yüzdelik hesaplamalar yapılmıştır. Elde edilen veriler üzerinde normallik analizi yapıldıktan sonra parametrik testler yapılmasına karar verilmiş, bağımsız değişkenlere bağlı farklılaşma düzeyini değerlendirmek için "independent sample t-testi" ve "tek yönlü varyans analizleri (ANOVA)" yapılmıştır. İstatistiksel anlamlılık derecesi olan alfa (α) yanılma düzeyi ise $p<0.05$ olarak kabul edilmiştir. Bulgular ve Sonuç: Araştırmanın sonucunda, "cinsiyet", "yaş", "lisansüstü eğitim türü", "lisansüstü eğitim süreci" ve "çalışmak istenen meslek" değişkenlerinde anlamlı farklılık belirlenmiştir. Araştırma grubunun "yönetim ve idari personel kapasitesi", "akademik personel ve danışmanlık kalitesi", lisansüstü öğrenci kalitesi" ve "fiziksel koşulların kalitesine" yönelik görüşlerinin olumlu olduğu belirlenmiştir. Ancak, araştırma grubunun "lisansüstü eğitim kalitesine" yönelik görüşlerinde ise kararsız oldukları tespit edilmiştir. Anahtar Kelimeler: Kalite yönetimi, lisansüstü, spor bilimleri, öğrenciler.

QUALITY MANAGEMENT IN POSTGRADUATE EDUCATION IN THE FIELD OF SPORTS SCIENCES IN TURKEY

Introduction and Aim: With the rapid increase in the number of postgraduate education in Turkey, a number of problems were observed regarding academics, students and job opportunities. Just as in other fields of science, problems are also experienced in postgraduate education in sports education in Turkey. These problems can be identified in topics such as structural problems and quantitative inadequacies. In this study, it was aimed to determine the quality of postgraduate education according to the perceptions of students who study in postgraduate education in the field of sports sciences in Turkey. Method: In order to determine the perceptions of the study group, the scale developed by Tosun (2012), who also conducted the validity and reliability studies of the scale, was adopted. The collected data were analyzed by using SPSS 22.0 package software. Frequency and percentage calculations were conducted in order to reveal the distribution of the study group according to personal and professional variables. Following the normality analysis of the collected study, it was concluded to conduct parametric tests. "Independent Samples t- test" and "One Way Variance Analysis (ANOVA)" were conducted in order to determine the level of differentiation based on the independent variables. The statistical significance level, alpha (α) error rate, was determined to be $p<0.05$. Findings and Conclusion: As a result of the study, significant differences were determined in the variables of "gender", "age", "type of postgraduate education", "period of postgraduate education" and "desired job". It was also determined that the study group's perceptions towards "capacity of management and managerial employees", "quality of academics and supervising", "quality of postgraduate students" and "quality of physical conditions" were positive. However, it was concluded that the study group's perceptions of "quality of postgraduate education" were indecisive. Keywords: Quality management, postgraduate, sports sciences, students.

SB116

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN YALNIZLIK DÜZEYLERİNİN ARAŞTIRILMASI

[2]Emre Belli, [1]Necati Öner, [3]M.Alparslan Kurudirek

[1]Gençlik Hizmetleri Ve Spor İl Müdürlüğü, ANTALYA
[2]Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ERZURUM
[3]Kars Kafkas Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu

Email : *emre.belli@atauni.edu.tr, sp.egt.uzm@gmail.com,*

Giriş ve Amaç: Bu araştırmanın amacı; Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören öğrencilerin yalnızlık düzeylerinin araştırılmasıdır.

Metot: Araştırmada yalnızlık düzeyleri hakkında veriler elde etmek için; Russel ve ark. (1978) tarafından geliştirilen, Demir (1989) tarafından Türkçe'ye uyarlanan yalnızlık ölçeği (UCLA), 398'i erkek 179'u kadın olmak üzere toplamda 577 öğrenciye uygulanmıştır. Elde edilen verilerin değerlendirilmesinde SPSS programında frekans, bağımsız gruplarda t- testi ve tek yönlü varyans analizi (Anova), farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını bulmak için de Tukey testi yapılmıştır.

Bulgular: Katılımcıların cinsiyetler arası yalnızlık düzeylerinin karşılaştırılmasında kadın öğrencilerin lehine anlamlı farklılıklara rastlanmıştır. (p=,000).

Katılımcıların sınıflarına göre yalnızlık düzeylerinin karşılaştırılmasında 4.sınıf öğrencilerin lehine anlamlı farklılıklara rastlanmıştır. (p=,000).

Sonuç: Buna göre; kadın öğrencilerin erkek öğrencilere, 4.sınıf öğrencilerin ise 1.sınıf öğrencilerine oranla yalnızlık düzeylerinin daha yüksek olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Yalnızlık, Spor, Beden Eğitimi

AN INVESTIGATION OF LONELINESS LEVELS OF THE STUDENTS MAJORING AT THE FACULTY OF SPORT SCIENCES

Introduction and Aim:The aim of this study is to explore loneliness levels of the students majoring at the Faculty of Sports Sciences at Ataturk University.

Method: For data collection, "UCLA Loneliness Scale", which was developed by Russel et al. (1978) and adapted into Turkish by Demir (1989), was used in the present study to determine the loneliness levels of students. This questionnaire was administered to a total of 577 students consisting of 398 male and 179 female students. For data analysis, through SPSS statistical packet program, frequency analysis was carried out, independent sample t-tests and one-way ANOVA were run and Tukey test was performed to find out the source of the difference among different groups of participants.

Findings: The results of the study showed that regarding gender, there was a statistically significant difference between female and male students in terms of their levels of loneliness (p=,000). As for the grade of participants, there were statistically significant differences among different grades of students in terms of their loneliness levels (p=,000). Specifically, the fourth grade students were found to have higher levels of loneliness.

Result: Based on the findings of the study, female students and the 4th grade students were found to have higher levels of loneliness compared to male students and the 1st grade students. Keywords: Loneliness, Sports, Physical Education

SB117

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN BABA TUTUMLARI VE BENLİK SAYGISI ARASINDAKI İLİŞKİNİN ARAŞTIRILMASI

[2]Emre Belli, [1]Buket Öner, [2]Ahmet Şirinkan

[1]Akdeniz Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANTALYA
[2]Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ERZURUM

Email : *emre.belli@atauni.edu.tr, buketgelbal@gmail.com, asirinkan@atauni.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Bu araştırmanın amacı; Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören öğrencilerin baba tutumları ve benlik saygısı arasındaki ilişkinin araştırılmasıdır.

Metot: Araştırmada baba tutumu hakkında veriler elde etmek için; Kuzgun ve Eldeklioğlu (2005) tarafından geliştirilen Ana- Baba tutum ölçeğinin kısa formu, benlik saygısı hakkında veri elde etmek için; Coopersmith (1967) tarafından geliştirilen; Türkçe'ye Özoğul (1988) tarafından uyarlanan benlik saygısı ölçeği 342'si erkek 164'ü kadın olmak üzere toplamda 506 öğrenciye uygulanmıştır. Elde edilen verilerin değerlendirilmesinde SPSS programında frekans, bağımsız gruplarda t- testi, tek yönlü varyans analizi (Anova), farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını bulmak için Tukey testi ve benlik saygısı ile baba tutumu arasındaki ilişki için de korelasyon analizi yapılmıştır.

Bulgular: Katılımcıların benlik saygısı ile baba tutumu arasında pozitif yönde yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. (p=,000).

Sonuç: Buna göre; baba tutumu düştükçe, benlik saygısı düşmekte; baba tutumunun arttıkçada benlik saygısının da artmakta olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Baba Tutumu, Benlik Saygısı, Spor.

AN ANALYSIS OF THE RELATIONSHIP BETWEEN THE ATTITUDES OF THE STUDENTS MAJORING AT THE FACULTY OF SPORT SCIENCES TOWARDS FATHER AND THEIR SELF-ESTEEM

Introduction and Aim: The aim of this study is to explore the relationship between the perceived attitudes towards father and the self-esteem of the students majoring at the Faculty of Sports Sciences at Ataturk University.

Method: For data collection, a short form of the "Parental Attitude Scale' which was developed by Kuzgun and Eldeleklioğlu (2005) was used in the present study that was concerned with the perceived father attitude to explore the attitudes of participants towards father and "Self-Esteem Scale" developed by Coopersmith (1967) and adapted into Turkish by Özoğul (1988) was used to investigate their self-esteem. The data collection tools were administered to a total of 506 students consisting of 342 male and 164 female students. For data analysis, through SPSS statistical packet program, frequency analysis was carried out, independent sample t-tests and one-way ANOVA were run and Tukey test was performed to find out the source of the difference among different groups of participants. In addition, correlation analysis was conducted through Pearson product moment correlation to explore the relationship between the participants' self-esteem and their perceived father attitudes

Findings: The results of the study showed that there was a positive and a very strong correlation between the participants' self-esteem and their attitudes towards father (p=,000).

Result: Based on the findings of the study, the lower the level of the attitude of participants towards father was, the lower the self-esteem of the participants was. Furthermore, the higher the level of the attitudes of participants towards father, the higher their self-esteem was.

Keywords: Attitude towards father, Self-esteem, Sports.

SB123

FUTBOLDA PAPAZLIK KÜLTÜRÜ: FUTBOLDA ZORBALIK ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA

***[1]Hamza Kaya Beşler*, [1]Rıdvan Ekmekçi**

[1]Pamukkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Denizli

Email : *hamzakayabesler@gmail.com, ridvanekmekci@gmail.com*

Bu araştırmanın amacı futbolda zorbalık (papazlık) kavramını tanımlayarak hangi boyutlarda gerçekleştiğini ortaya koymaktır. Bu amaç doğrultusunda branşı futbol olan 4 akademisyen ve 7 futbolcu toplamda 11 kişi ile derinlemesine bireysel görüşmeler gerçekleşmiştir. Ses kaydına alınan görüşmeler yazılı metine aktarıldıktan sonra içerik analizine tabi tutulmuştur. Yapılan analize göre futbolda zorbalık futbol camiasında "papazlık" olarak nitelendirilmektedir. Ayrıca futbolda papazlık alan yazında kabul görmüş zorbalık türleri olan "fiziksel", "duygusal" ve "sosyal" zorbalık olarak 3 başlık altında değerlendirilirken alanyazından farklı ve katkı olarak "Papazlığın Ortaya Çıkma Nedenleri", "Papazlığın Gerçekleştiği Yerler", "Antrenör ve Yönetim Üzerinde Etkisi", "Papaz Futbolcunun Kişilik özellikleri" adlı 4 tema altında da değerlendirilmiştir. Sonuç olarak papazlığın (zorbalığın) Türk futboluna ve futbolcularına ciddi zararlar verdiği araştırmanın sonuçları arasındadır.

Anahtar Kelimeler: Zorbalık, Papazlık, Futbol

DOMINEERING CULTURE OF FOOTBALL: A STUDY ON BULLYING IN FOOTBALL

The purpose of this study is to define bullying (domineering/papazlık in Turkish) term in football and reveal how bullying in football occurs. According to this purpose there has been in-debt interviews with 4 former football players whom are academicians and also expert on football and 7 football players (in total 11). After the analyzes of the interviews it was found out that bullying in football is named "papazlık" which matches with the term "domineering" in English. Also in the literature bullying is considered under 3 titles "physical", "emotional" and "social". Some of our results have been considered under these titles. However, in addition and differing from the literature we have found out some interesting results which are considered under 4 themes; "occurring reasons of domineering", "Places where domineering occur", "The power of domineering player over the coach and the management" and "The character of domineering player". In conclusion ıt could be declared that bullying (domineering/papazlık) in football damages Turkish football which needs to be taken to consideration.

Keywords: Bullying, Domineering, Football

SB130

GENÇLİK VE SPOR BAKANLIĞININ SOSYAL MEDYAYI KULLANIM AÇISINDAN ANALİZİ

***[1]Selda Kocamaz Adaş*, [1]Murat Kalfa**

[1]Gazi Üniversitesi, Ankara

Email : *kocamazselda@yahoo.com.tr, mkalfa@gazi.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Bilgi çağının en önemli özelliği gelişmiş iletişim yolları sayesinde bilginin çok hızlı yayılabilmesidir. Gelişmiş iletişim yolları sayesinde örgütler, etkililiklerini artırmak için hedef kitleleriyle hızlı bilgi paylaşımı ve hızlı iletişim kurabilirler. Gelişmiş iletişim yollarından biri de hiç kuşkusuz sosyal medya ve onun bir parçası Facebook'tur. Bu çalışmanın amacı, Gençlik ve Spor Bakanlığı'nın facebook kullanımını analiz etmektir. Bu amacın gerekçesi ise, bakanlığın amaçları ve faaliyet alanları doğrultusunda bakanlığın sosyal medya kullanımındaki etkililiğini artırmaktır. Bu yüzden bakanlığın facebook paylaşımlarının kurumun faaliyet alanlarıyla ilişkisi incelenmiştir. Yöntem: Nitel bir araştırma tekniği kullanılan bu çalışma, tanımlayıcı bir araştırma tasarımına sahiptir. Bu doğrultuda 15 Haziran 2016 -22 Kasım 2016 tarihleri arasında Gençlik ve Spor Bakanlığı Facebook paylaşım haberleri analiz edilmiştir. 74.674 sözcükten oluşan 244 haber incelenmiştir. İncelenen nitel veriler içerik analizi yöntemi ile analiz edilmiştir. İçerik analizi yoluyla birbirine benzeyen ifadeler belirli kategori ve temalar altında toplanmış ve bir araya getirilerek sunulmuştur. Bulgular: Facebook haber paylaşımları beş temel kategori altında toplanmıştır. Bu kategoriler gençlikle ilgili haberler, bakan açıklamaları, sporla ilgili haberler, 15 Temmuzla ilgili haberler ve Kredi Yurtlar Kurumu ile ilgili haberler kategorisidir. İlk sırada gençlik ile ilgili haberler (%30) vardır. Bakan açıklamaları (spora ilişkin değerlendirmeler %14 + politik açıklamalar %11) İkinci sıradadır. Spor ile ilgili haberler (%22) üçüncü sıradadır. 15 Temmuz haberleri (%14) dördüncü sıradadır. Kredi Yurtlar Kurumu ile ilgili haberlerin (%9) beşinci sırada olduğu görülmüştür. Sonuç: Sonuç olarak Paylaşılan haberler gruplarının kurumun faaliyet alanları ve amaçlarıyla örtüştüğü görülmektedir. Anahtar Kelimeler: Spor, sosyal medya, facebook, Gençlik ve Spor Bakanlığı.

ANALYSIS OF SOCIAL MEDIA USAGE OF MINISTRY OF YOUTH AND SPORTS

Introduction and Aim: The most important feature of the information age is that information can be spread very quickly through advanced communication channels. With advanced communication channels, organizations can quickly share information and communicate quickly with their target groups to increase their effectiveness. One of the advanced channels of communication is undoubtedly social media and its part facebook. The aim of this study is to analyze the facebook use of the Ministry of Youth and Sports. The reason for this aim is to increase the effectiveness of the ministry's social media usage in the direction of the ministry's purposes and fields of activity. Therefore, the relationship between the Ministry's facebook shares and the ministry's activity areas has been examined. Method: This study, which was used a qualitative research technique, has a descriptive research design. In this direction, the Ministry of Youth and Sports Facebook share news has been analyzed between 15 June 2016 and 22 November 2016. In the study, 244 news consisting of 74,674 words were examined. The examined qualitative data were analyzed by content analysis method. Expressions that were similar to each other through content analysis, opinions were gathered and presented under certain categories and themes. Results: Facebook news shares are grouped under five main categories. These categories are news about youth, minister's statements, sports news, news about July 15th and news related to the Credit Dormitory Institution. News about youth (%30) are in the first order. Minister statements (related to sports evaluations %14 + political statements %11) are in the second order. Sports news (%22) are in the thirdth order. News related to the July 15 (%14) are in the fourth order. It is seen that the news related to the Credit Dormitory Institution (%9) are in fifth order. Conclusion: As a result, it has been seen that

SB136

ALTYAPI ERKEK BASKETBOL SPOR OKULU ÖĞRENCİLERİNİN AHLAKİ KARAR ALMA TUTUMLARININ İNCELENMESİ: AVRUPA YAKASI ÖRNEĞİ

***[1]Şerife Gamze Ülker*, [2]Şerife Gamze Ülker, [3]Haluk Uykan, [4]Bilge Donuk**

[1]İStanbul Esenyurt Üniversitesi,Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, İstanbul
[2]İstanbul Esenyurt Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu,İstambul
[3]İstanbul Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İSTANBUL
[4]İstabul Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

***Email :** gamzeulker07@gmail.com, gamzeulker07@gmail.com, halukuyk@hotail.com, bilgedonuk@hotmail.com*

GİRİŞ VE AMAÇ İlk çağ filozoflarından Sokrates, “sorgulanmamış hayat yaşamaya değmez” diyerek iyiye ulaşmanın temelinde bireyin kendi üzerine düşeni yapmasının zorunluluğuna dikkatleri çekmiştir. Platon’a göre sıradan insanlar bütün iyi şeyleri severler, bilge ise iyiliğin kendisini sever. Ahlak gelişimindeki iyiliğin evrensel olduğunu ifade eden teoriler doğrultusunda Bu çalışma; altyapı erkek basketbol spor okulu öğrencilerinin ahlaki karar alma tutumlarının incelenmesi amacıyla yapılmıştır. YÖNTEM“Altyapı Erkek Basketbol Spor Okulu Öğrencilerinin Ahlaki Karar Alma Tutumlarının İncelenmesi: Avrupa Yakası Örneği” başlıklı bu çalışmada; anket modeli uygulanmıştır. Çalışma; İstanbul ili Avrupa yakasında altyapı erkek basketbol spor okulundan faydalanan öğrencilerle sınırlı tutulmuştur. Toplamda 83 adet anket formu araştırmada kullanılmıştır. Araştırmada kullanılan ölçeğin Cronbach’s Alpha değeri hesaplanmış, geçerliliğini belirlemek için Kaiser Meyer Olkin değeri hesaplanmış, ölçeğin tamamının ortalama ve standart sapma değerleri belirlenmiştir. Karşılaştırmalarda Tek yönlü Varyans Analizi (ANOVA), bağımsız gruplar t testi, Kruskal-Wallis analizi kullanılmıştır. Araştırmada hata payı $p < 0,05$ ve $p < 0,01$ olarak alınmış ve yorumlanmıştır. BULGULAR Çalışmada kullanılan ölçeğinin geçerlilik düzeyi KMO 0,88, $p <0,05$ olarak hesaplanmıştır. Güvenilirlik değeri Cronbach’s Alpha: 0,82 olduğu görülmektedir. Ölçeğin ortalamasının 3,15 olduğu, bu değerin “kararsızım” grubuna daha yakın olduğu söylenebilir. Altyapı erkek basketbol spor okulu öğrencilerinin ahlaki karar alma tutumlarının “yaş” ,“boy (cm)”, kilo (kg)” değişkenine göre , “spor yılı” ve “eğitim düzeyi”ne göre farklılaştığı, genel olarak bu değişkenler artma eğilimi gösterdiğinde ahlaki tutumlarının da artış gösterebileceği sonucuna varılmıştır. SONUÇ Özetlemek gerekirse; ahlaki karar alma tutumunun yaş ve yaşa bağlı değişkenlerle doğrudan ilişkisi olduğu söylenebilir. Eğitim düzeyi, boy, kilo, spor yılı ve profesyonel / lisanslı spor yapma yılı değişkeni yaşla birlikte doğru orantılı olarak artmaktadır. Sporcular, zaman içinde ahlaki karar alma tutumuna sahip olmaktadırlar diyebiliriz.

STUDY OF MORAL DECISION-MAKING MANNERS IN STUDENTS OF MEN'S BASKETBALL YOUTH SETUP SCHOOL: EXAMPLE OF EUROPEAN SIDE

According to Plato, ordinary people love all the good things and the wise like the goodness itself. In line with the theories that suggest that the goodness in moral development is universal, this study was conducted with the intent of examining the moral decision-making attitudes of the students of Men's Basketball Youth Setup School. Survey model was applied in this study entitled. A total of 83 questionnaires were used in the study. Cronbach's Alpha value was calculated for the scale used in the study, Kaiser Meyer Olkin value was calculated for validity, and mean and standard deviation values of the whole scale were determined. One Way Analysis of Variance (ANOVA), independent samples t-test and Kruskal-Wallis analysis were used in the comparisons. The margin of error in the study was taken and interpreted as $p <0.05$ and $p <0.01$. KMO 0.88, was calculated. $p <0.05$. The confidence value of the scale used was observed as Cronbach’s Alpha: 0.82. All of the questions on the scale do not seem to reduce the confidence value regarding the whole scale. It can be said that the average of the scale is 3.15 and this value is closer to the "undecided" group. It has been concluded that the Moral Decision-Making Attitudes of Students of Men's Basketball Youth Setup School vary according to the variables of 'age', 'height, 'weight' and differ as per 'sports experience' and 'education level' and in general, when these variables tend to increase, moral attitudes of the students may increase as well.To sum up; it can be said that moral decision-making attitude is directly related to age

and age-related variables. Eventually, variables of education level, height, weight, sports experience, and professional/licensed sports experience are increasing in direct proportion to the age. It can be said that sportsmen have moral decision-making attitudes over time.

SB143

ÖRGÜSEL ÇEKİCİLİK ALGISININ ÖRGÜTSEL VATANDAŞLIK DAVRANIŞI ÜZERİNE ETKİSİ: BURSA GENÇLİK HİZMETLERİ VE İL SPOR MÜDÜRLÜĞÜ ÖRNEĞİ

***[1]Sevim Güllü*, [2]Süleyman Şahin**

[1]İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yönetim Bilimleri ABD, İstanbul
[2]Bursa Uludağ Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği ABD, Bursa

Email : *sevim.gullu@istanbul.edu.tr, ssahin16@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Örgütsel çekicilik, bireyin örgüte yönelik ilgi ve beğeni derecesini ifade etmek için kullanılan bir kavramdır. Örgütler yetenekli ve örgüt ile uyum içinde çalışacaklarına inandıkları bireyleri istihdam edebilmek için belli düzeyde cazibeye sahip olmalıdırlar. Örgütsel çekicilik kişilerin algısına göre değişmekle birlikte kişinin örgüt ile ilgili tutum ve davranışlarını da etkileyebilmektedir. Bunlardan birisi de örgütler için önemli bir kavram olan Örgütsel Vatandaşlık Davranışıdır. Bu çalışmanın amacı örgütsel çekicilik algısının örgütsel vatandaşlık davranışı üzerine etki düzeyini ortaya koymaktır.

Gereç ve Yöntem: Bu araştırma kesitsel tarama şeklinde yapılmış bir çalışmadır. Çalışma grubunu, Bursa Gençlik Hizmetleri ve İl Spor Müdürlüğü bünyesinde çalışan 185 kişi oluşturmaktadır. Katılımcılara, kişisel bilgiler elde etmek amacıyla demografik bilgilerden oluşan sorular sorulmuştur. Highhouse ve ark (2003) tarafından geliştirilen, Dural ve ark (2014) Türkçe' ye uyarladığı ve geçerlik/ güvenirliğini yaptığı, 15 sorudan ve "genel çekicilik", "takip etme niyeti" ve "prestij" olmak üzere üç boyuttan oluşan Örgütsel Çekicilik Ölçeği kullanılmıştır. Örgütsel Vatandaşlık Ölçeği Sevim (2011)' in çalışmasından alınmıştır. 24 sorudan ve "özgecilik", "vicdanlılık", "sportmenlik", "sivil erdem" ve nezaket olmak üzere beş alt boyutludur. Bizim çalışmamız için güvenirlik analizleri ayrıca yapılmıştır. SPSS 20 paket programı yardımı ile yüzde (%) ve frekans (f), t testi, üç ve ANOVA testi yapılmıştır. Anlamlılık düzeyi ise $p<0,05$ olarak kabul edilmiştir.

Bulgular ve Sonuç: Cinsiyet, medeni durum ve yaş değişkenleri ölçeklere katılımda anlamlı fark yaratmamıştır. Kurum kıdemi, her iki ölçekte; eğitim düzeyi örgütsel vatandaşlık davranışında, çalışma şekli ve pozisyon ise örgütsel çekicilik algısında anlamlı fark yaratmıştır. Ayrıca, iki ölçek arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkinin varlığını ispatlayabilmek için yapılan Korelasyon analizi sonucunda Örgütsel çekicilik algısı ve alt boyutları ile örgütsel vatandaşlık davranışı ve alt boyutları arasında pozitif yönde ve düşük düzeyde ilişki tespit edilmiştir. Örgütsel Çekiciliğin katılımcıların Örgütsel Vatandaşlık Davranışlarına etkisini sınamak için yapılan Regresyon Analizinde ise örgütsel çekiciliğin örgütsel vatandaşlık davranışını açıklama gücünün düşük olduğu görülmüştür.

THE EFFECT OF THE ORGANİZATİONAL ATTACTİVENESS PERCEPTİON ON ORGANİZATİONAL CİTİZENSHİP BEHAVİOUR: THE CASE OF BURSA YOUTH SERVİCES AND THE PROVİNCE OF THE SPORTS DİRECTORATE

Introduction and Purpose: Organizational attractiveness is an expression used to express the level of interest and appreciation of an individual for the organization. Organizations must have a certain degree of attractiveness to be able to employ individuals with whom they believe to work in harmony in the organization. Organizational attractiveness varies according to the perception of the person, but it can also affect the attitudes and behaviors of the person about the organization. One of these is the Organizational Citizenship Behavior, an essential concept for organizations. The purpose of this study is to reveal the level of effect of organizational attractiveness perception on organizational citizenship behavior.

Materials and Methods: The working group consists of 185 people working in the Bursa Youth Services and Provincial Sports Directorate. Participants were asked about demographic information to obtain personal information. Organizational Attractiveness and

The Organizational Citizenship Scale are used. Reliability analyzes have also been conducted for our study. Percent (%) and frequency (f), t-test, and ANOVA tests were performed with the aid of SPSS 20 packet program. Also Correlation and Regression tests were used.

Findings and Conclusion: Gender, marital status, and age did not make a significant difference in participation in the scales. Institutional seniority, on both scales; the level of education in organizational citizenship behavior, the way of working and the position have made a meaningful difference in the sense of organizational attractiveness. Also, positive correlation and low level of relationship between organizational attractiveness perception and sub-dimensions and organizational citizenship behavior and sub-dimensions were found as a result of correlation analysis to prove the existence of the statistically meaningful relationship between two scales. In the Regression Analysis, which was conducted to examine the effect of organizational attractiveness on Organizational Citizenship Behaviors, it was seen that organizational attractiveness had low level to explain organizational citizenship beavior.

SB147

MOBBİNG DAVRANIŞININ MESLEKİ TÜKENMİŞLİĞE ETKİSİ: ÜNİVERSİTELER LİGİ SALON FUTBOLU MÜSABAKALARINDA YER ALAN ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİ ÜZERİNDE BİR İNCELEME

[2]Süleyman Murat Yıldız, [1]Mehdi Duyan

[1]Bitlis Eren Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu
[2]Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Email : *smyildiz@gmail.com, duyanmhdi@gmail.com*

Mobbing ve mesleki tükenmişlik, birçok meslekte gözlemlenebilen olgulardır. Bu çalışmada mobbing davranışının mesleki tükenmişliğe etkisi, Üniversiteler Ligi (ÜNİLİG) salon futbolu müsabakalarında yer alan üniversite öğrencileri üzerinde incelenmiştir. Veriler, 2017-2018 Sezonunda Üniversiteler Ligi Salon Futbolu Doğu Anadolu Grubu müsabakalarında yer alan 6 üniversiteye ait oyuncular dan (n=72) elde edilmiştir. Çalışmada veri toplama aracı olarak, mobbing için NAQ-F (Negative Acts Questionnaire—Football) ölçeği, tükenmişlik için ABQ (Athlete Burnout Questionnaire) ölçeği kullanılmıştır. NAQ-F Yıldız (2015) tarafından geliştirilmiş 12 maddelik, ABQ ise Raedeke ve Smith (2001) tarafından geliştirilmiş 15 maddelik ölçektir. NAQ-F ölçeğinde yer alan "futbol" ifadeleri ile ABQ ölçeğinde yer alan "spor" ifadeleri salon futbolu ifadelerine dönüştürülmüştür. Her iki ölçekte beş dereceli Likert kullanılmıştır. Önce ölçeklerin güvenirlik analizi yapılmış, daha sonra mobbing davranışının mesleki tükenmişliğe etkisini belirlemek için hiyerarşik regresyon analizi kullanılmıştır. Ölçeklerin iç tutarlılık hesaplanmasında güvenirliklerinin yüksek olduğu görülmüştür (NAQ-F için Cronbach's alpha katsayısı=0.770; ABQ için Cronbach's alpha katsayısı=0.871). Hiyerarşik regresyon analizinde mobbing davranışının salon futbolu oyuncularının mesleki tükenmişliğini anlamlı ve pozitif olarak etkilediği bulunmuştur (ß=0.489; P<0.001). Sonuç olarak bu çalışma, daha çok profesyonel sporlarda görülen mobbing ve tükenmişlik olgusunun amatör sporlarda da görülebileceğini ortaya koymuştur.

Anahtar Kelimeler: Mobbing, Mesleki Tükenmişlik, Salon Futbolu, Amatör Spor

THE EFFECT OF MOBBING BEHAVIOR ON OCCUPATIONAL EXHAUSTION: A STUDY ON UNİVERSITY STUDENTS IN THE UNİVERSITIES FUTSAL LEAGUE

Mobbing and burnout are phenomena that can be observed in many occupations. The effect of mobbing behavior on occupational exhaustion in this study was examined on university students in the Universities League (UNILIG) futsal competitions. The data were obtained from 6 universities' players (n=72) who participated in the UNILIG, East Anatolian Group futsal competitions, in Turkey, during the 2017-2018 season. NAQ-F (Negative Acts Questionnaire—Football) scale developed by Yildiz (2015) to measure mobbing and the ABQ (Athlete Burnout Questionnaire) scale developed by Raedeke and Smith (2001) to measure burnout were used to collect the data in this study. The football terms in the NAQ-F scale and the sports terms in the ABQ scale have been converted into futsal terms. A five-point Likert scale was used for both scales. First, reliability analysis of the scales was performed, then hierarchical regression analysis was used to determine the effect of mobbing behavior on occupational exhaustion. Reliability of the scales were assessed using Cronbach's alpha. The values of Cronbach's alpha obtained for NAQ-F (α=0.770) and ABQ (α=0.871), indicating very good reliability scores and exceeding the 0.70 threshold cited in the literature. Hierarchical regression analysis indicated that mobbing behavior significantly and positively influenced occupational exhaustion of futsal players (ß=0.489; P<0.001). The results of this study showed that mobbing and burnout phenomena seen in professional sports can also be seen in amateur sports.

Key Words: Mobbing, Occupational Exhaustion, Futsal, Amateur Sports

SB164

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEK OKULU ÖĞRETİM ELEMANLARININ ÖRGÜTSEL ADALET ve ÖRGÜTSEL SİNİZM ALGILAMALARININ İNCELENMESİ

[2]Yeliz Eratlı Şirin, [2]Özge Aydın, [1]Günseli Öz, [3]Tayfun Şirin

[1]Doğa Koleji, Kahramanmaraş
[2]Çukurova Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu, Adana
[3]Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu Kahramanmaraş

Email : *yelizsirin75@gmail.com, denizguzelyurur@hotmail.com , ozgunseli@yahoo.com, tayfunsirinksu@hotmail.com*

Giriş ve Amaç:Bu araştırmada Üniversite öğretim elemanlarının Örgütsel Adalet ve Örgütsel sinizm algılarını tespit etmek amaçlanmıştır. Araştırmanın örneklemini 2017–2018 eğitim-öğretim yılında Türkiye'de bulunan 10 üniversitenin Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okullarında görev yapan toplam 100 öğretim elemanları oluşturmaktadır.

Yöntem: Araştırmanın amacına uygun olarak var olan durumu betimleyici niteliğe en uygun genel tarama modellerinden kesitsel tarama ve ilişkisel tarama modelleri kullanılmıştır. Anket; kişisel bilgi formu örgütsel adalet ve örgütsel sinizm ölçeğinden oluşmaktadır. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler, araştırma değişkenlerinin normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek üzere Kurtosis (Basıklık) ve Skewness (Çarpıklık) değerlerine, iki bağımsız grup arasında karşılaştırmalarda t-testi, ikiden fazla bağımsız grup arasındaki karşılaştırmalarda ise Tek yönlü (One way) Anova testi kullanılmıştır. Anova testi sonrasında farklılıkları belirlemek üzere tamamlayıcı post- hoc analizi olarak Scheffe testi kullanılmıştır.Aynı zamanda değişkenler arasında ilişki belirlemek için sperman korelasyon analizine başvurulmuştur.

Bulgular ve Sonuç: Araştırma sonucuna göre Üniversitelerin Beden eğitimi ve Spor Yüksek Okulu öğretim elemanlarının orta düzeyde örgütsel adalet ve örgütsel sinizm algısına sahip olduğu görülmüştür. Örgütsel adalet ve örgütsel sinizm alt boyutlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık bulunmamış ($p>0.05$); yaş, akademik kariyer, idari görev değişkenleri ile aralarında anlamlı farklılığa rastlanmıştır ($p<0.05$). Örgütsel sinizm alt boyutları ile kadro durumu değişkeni arasında anlamlı farklılığa rastlanmaz iken örgütsel adalet alt boyutlar ile kadro durumu değişkeni arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Örgütsel adalet ve örgütsel sinizm arasında ilişki düzeyine bakıldığında orta düzeyde negatif yönde bir ilişki olduğu bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Örgütsel Adalet, Örgütsel Sinizm, Beden Eğitimi ve Spor

THE STUDY OF ORGANIZATIONAL JUSTICE AND ORGANIZATIONAL CYNICISM OF THE PHYSICAL EDUCATION AND SPORT HIGH SCHOOL LECTURERS

Introduction and Aim: In this study, it is aimed to determine the perception of Organizational Justice and Organizational Cynicism of the university lecturers. 100 lecturers in total, who work in the departments of Physical Education and Sport High School of 10 universities in 2017- 2018 academic year, form the sample of the study.

Method: For the aim of the study, the cross-sectional scanning and relational scanning ,both of which are the most appropriate general scanning models for the situation explained, have been used. The survey consists of personal info form organizational justice and organizational cynicism scales. For the analysis of the data, descriptive statistics; Kurtosis and Skewness values for determining if the study varieties show normal distribution; t-test for comparing two unconnected groups; One way Anova test for comparing more than

two unconnected groups have been used. After the Anova test, to identify the differences; Scheffe test as descriptive post-hoc analysis have been used. At the same time, to identify the correlation among the varieties, spearman correlation have been taken as reference.

Findings and Conclusion: According to study result, it has been seen that the lecturers of the universities and sport high schools have medium level organizational justice and organizational cynicism. It has been pointed that there is no positive difference between the sub dimensions of organizational justice and organizational cynicism according to gender varieties ($p>0.05$); but there is positive difference amongthe varieties of age, academic career and administrative duty ($p<0.05$). It has been found out that there is significant difference between organizational justice sub dimensions and staff status while there is no significant difference between organizational cynicism sub dimensions and staff status. it has been found out that there is a medium level negative correlation. Key words: Organizational Justice, Organizational Cynicism, Physical Education and Sport

SB183

PROFESYONEL FUTBOL KULÜP YÖNETİCİLERİNİN ZAMAN YÖNETİMİ BECERİLERİNİN İNCELENMESİ

[1]Esra Cömert, [1]Esra CÖMERT, [1]Nuran KANDAZ GELEN, [1]Hakan Kolayiş

[1]Sakarya Üniversitesi

Email : *esracomert@sakarya.edu.tr, esracomert@sakarya.edu.tr, nkgelen@sakarya.edu.tr, hkolayis@sakarya.edu.tr*

GİRİŞ İnsan hayatındaki en temel ve değerli unsurlardan birisi olarak zaman yirminci yüzyılın ikinci yarısından itibaren değişen işletme yapıları sebebiyle işletmeler için de son derece önemli bir hale gelmiştir. İnsan kaynağından en etkili şekilde faydalanabilmek için zamanın verimli şekilde kullanılması gerekliliği, zaman yönetimi kavramının ortaya çıkmasını beraberinde getirmiştir. Profesyonel futbol kulüp yöneticilerinin zaman yönetimini araştıracak olan bu çalışma konusunun seçilmesinde zaman yönetiminin etkililiğine duyulan ihtiyaç belirleyici olmuştur.

AMAÇ Çalışmanın temel amacı içerisinde, profesyonel futbol yöneticilerinin; yaşlarına, öğrenim durumlarına, yöneticilik sürelerine, sekretere sahip olma durumlarına göre zaman yönetimi alt boyutları arasında anlamlı farklılık olup olmadığı incelenmiştir.

YÖNTEM

Araştırmada tarama modelleri içerisinde yer alan nicel araştırma yöntemi kullanılmış ve ölçme aracı olarak ölçek formu uygulanmıştır. Çalışmanın evrenini 2017-2018 yılında, Türkiye'deki profesyonel futbol kulüp yöneticileri oluşturmuştur. Araştırmanın örneklemini ise Türkiye futbol federasyonuna bağlı 10 profesyonel kulüpten toplam 50 yönetici oluşturmaktadır. Ölçeğin geneli için güvenilirlik 0,60 ≤ α (güvenilirlik) <0,80 aralığında ve her biri 0,70 değerinin üzerinde bulunmuştur.

BULGULAR Araştırmaya katılan 50 yöneticinin zaman yönetimi alt boyutlarının puan ortalamalarından en yüksek ortalamaya sahip olan değişkenin "Zaman Planlaması" olduğu ve bu alt boyutu sırasıyla "Zaman Tuzağı" ve "Zamanı Etkin" kullanma alt boyutlarının takip ettiği görülmektedir.

SONUÇ Çalışmada ulaşılan sonuçlara göre zamanın etkili ve verimli bir şekilde yönetilmesiyle birlikte hedefler gerçekleştirilmekte ve başarıya ulaşılmaktadır. Bireysel ve örgütsel düzeyde başarının elde edilmesinin zaman yönetiminin etkililiği ile ilişkili olduğu, çalışmanın temel sonuçlarından birisidir. Zamanın doğru bir biçimde yönetilememesi halinde ise yetersizliklerin ortaya çıktığı sonucuna ulaşılmıştır. Zaman yönetimiyle birlikte istenilen noktaya varılmasının zamanı verimli kullanma çabaları ile ilişkili olduğu sonucuna varılmıştır.

EXAMINATION OF TIME MANAGEMENT SKILLS OF PROFESSIONAL FOOTBALL CLUB MANAGERS

LOGIN

As one of the most basic and valuable elements in human life, time has become extremely important for businesses because of the changing business structure since the second half of the twentieth century. The necessity of using time efficiently in order to make the most effective use of human resources has brought about the concept of time management. The need for the effectiveness of time management has been decisive in the selection of this work topic, which will investigate the time management of professional football club managers.

GOAL

Within the main aim of the work, professional football managers; whether there is a significant difference between the time management subscales according to their age, educational status, managerial duration, and having a secretariat.

METHOD

The quantitative research method included in the survey models was used in the research and the scale form was applied as the measurement tool. The universe of the study in 2017-2018, has formed a professional football club manager in Turkey. The sample of the study consisted of 50 administrators from Turkey are connected to the football federation of 10 professional clubs. The reliability for the scale was found to be 0.60 ≤ α (reliability) <0.80 and over 0.70 each.

RESULT

It is seen that the 50 executives who participated in the survey had the highest average of the time management subscales of the time management subscales as "Time Scheduling" and this subscale was followed by the "Time Trap" and "Time Active" subscales respectively.

According to the results reached in the study, the time is managed effectively and efficiently, the targets are realized and success is achieved. It is one of the main results of the study that success at the individual and organizational level is related to the effectiveness of time management. If the right time can not be managed, the inadequacies are reached. It has

SB188

BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENİ ADAYLARININ, FORMASYON EĞİTİMİ ALAN ÖĞRENCİLERE GÖRE, ÖĞRETMENLİĞE YÖNELİK TUTUMLARI VE MESLEKİ ETİK İLKELERE İLİŞKİN GÖRÜŞLERİ

***[1]Seçkin Doğaner*, [1]Oğuz Özbek**

[1]Ankara Üniversitesi, ANKARA

Email : *seckindoganer@gmail.com, oozbek@sports.ankara.edu.tr*

GİRİŞ ve AMAÇ:

Bu çalışmanın amacı, beden eğitimi öğretmen adaylarının öğretmenlik mesleğine yönelik tutumları ile beden eğitim öğretmenlerinin mesleki etik ilkelerine ilişkin görüşlerini incelemektir.

YÖNTEM:

Araştırmanın yöntemi betimseldir. Araştırmanın çalışma grubu 416 kişiden oluşmaktadır. Araştırmaya beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü son sınıf öğrencisi 124 kişi ile beden eğitimi öğretmenlik formasyon eğitimi alan, antrenörlük eğitimi, spor yöneticiliği ve rekreasyon bölümü öğrencisi 292 kişi katılmıştır. Katılımcıların 142'i kadın, 274"ü erkektir. Veriler nicel yolla toplanmıştır. Veri toplama aracı olarak, beden eğitimi öğretmenleri mesleki etik ölçeği ve öğretmenliğe ilişkin tutum ölçeği kullanılmıştır. Araştırmada verilerin çarpıklık ve basıklık değerleri ile normallik analizine bakılmış ve verilerin normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir. Bu nedenle verilerin analizi için parametrik testlerden ilişkisiz t testi ve tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır.

BULGULAR ve SONUÇ

Beden eğitimi öğretmeni adaylarının öğretmenliğe ilişkin tutumlarının olumlu (x=3,89) olduğu saptanmıştır. Beden eğitimi öğretmen meslek etiği ilkelerinin profesyonellik (x=4,30), sorumluluk (x=4,36), saygı (x=4,42) ve dürüstlük (x=4,38) alt boyutlarına katılma düzeylerinin ise yüksek olduğu saptanmıştır. Beden eğitimi öğretmen adaylarının, beden eğitimi öğretmen meslek etiği ilkelerinin profesyonellik, sorumluluk, saygı ve dürüstlük alt boyutları ile öğretmenliğe ilişkin tutumları arasında orta düzeyde ve pozitif yönde bir ilişki olduğu saptanmıştır. Meslek etiği ilklerinin alt boyutlarında ve öğretmenlik mesleğine yönelik tutum görüşlerinde kadınlar lehine anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir. Öğretmenlik formasyon eğitimi alan öğrenciler (antrenörlük eğitimi, spor yöneticiliği ve rekreasyon bölümü) ile beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin, beden eğitimi öğretmen meslek etiği ilkelerinin profesyonellik, sorumluluk, saygı ve dürüstlük alt boyutları ile öğretmenliğe ilişkin tutumları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Beden eğitimi öğretmen adaylarının, formasyon eğitimi alan öğrencilere göre, öğretmenlik mesleğine ilişkin tutumlarının olumlu yönde olduğu ve meslek etiğine uyma eğilimlerinin yüksek olduğu görülmüştür Kadın beden eğitimi öğretmen adaylarının ise erkeklere göre, öğretmenlik mesleğini yapmaya daha yatkın olduğu ve meslek etiğine uyma eğiliminin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

OPINIONS OF ETHICAL PRINCIPLES AND ATTITUDES FOR PHYSICAL EDUCATION TEACHING RELATED TO PHYSICAL EDUCATION TEACHER CANDIDATES AND FORMATION STUDENTS

INTRODUCTION and AIM:

The aim of this study is to examine the attitudes and visions of the physical education teacher candidates towards the opinions of teaching about the professional ethics principles.

METHODS:

The method of this research is descriptive. The study group consists of 416 individuals that conducted of total 292 persons (with 124 students in the physical education and sports teacher department) who participated in physical education teacher formation training with trainer education students. 142 of the participants were female and 274 were male. In research physical education teachers' occupational ethics scale and attitude scale related to teaching were used.

RESULTS and CONCLUSION:

The attitudes of physical education teacher candidates regarding teaching were positive (x = 3.89). The levels of participation in the sub-dimensions of professionalism (x = 4.30), responsibility (x = 4.36), respect (x = 4.42) and honesty (x = 4.38) were found to be higher in the physical education teacher ethics principles. The relationship between professionalism, responsibility, respect and honesty sub-dimensions and attitudes of teachers about physical education teachers and physical education teachers' professional ethics are related to moderate and positive. There is a significant difference in favor of women in sub-dimensions of occupational ethics principles and attitudes toward teaching professional and no significant difference between the attitudes of the students of teacher education formation and physical education and sport teachers' attitudes towards professionalism, responsibility, respect and honesty of teachers of physical education teacher ethics principles and teaching attitudes. The tendency of the physical education teacher candidates to obey the professional ethics was found to be higher and positive than the students who received the formation education. Women's physical education teachers were found to be more prone and had a higher tendency to comply with professional ethics to do their teaching profession than men had.

SB199

SPOR MERKEZİ VE PROFESYONEL SPOR KULÜBÜ ÇALIŞANLARININ ÖRGÜTSEL BAĞLILIK VE ÖRGÜTSEL SİNİZM DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

[2]Erdinç DEMİRAY, [1]Orçun KEÇECİ

[1]Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İZMİR
[2]Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İZMİR

Email : *erdinc.demiray@ege.edu.tr, orcun.kececi@ege.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı spor merkezi ve profesyonel spor kulübü çalışanlarının örgütsel bağlılık ve örgütsel sinizm düzeylerini belirleyebilmektir.

Yöntem: Araştırmanın evreni İzmir ilindeki spor merkezi ve profesyonel spor kulübü çalışanlarından oluşmaktadır. Veri toplamada anket yöntemi kullanılmıştır. Anket formu içerisinde üç kısım yer almaktadır. Birinci kısım, araştırmacılar tarafından düzenlenen kişisel bilgi formudur. İkinci kısımda Örgütsel Bağlılık Ölçeği ve üçüncü kısımda Örgütsel Sinizm Ölçeği yer almaktadır. Veri analizi için SPSS 24 programı aracılığıyla Tanımlayıcı İstatistikler, Ölçek Güvenilirlik Analizi, Bağımsız Örneklem T Testi, Tek Yönlü Varyans Analizi ve Basit Korelasyon Analizi uygulanmıştır.

Bulgular: Bulgularda; medeni hal, mesai tipi, maaş algısı, yaş ve görev değişkenlerine göre oluşan gruplar arasında anlamlı farklar tespit edilmiştir. Aynı zamanda, ölçeklerin alt boyutları arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Tartışma ve Sonuç: Sonuç olarak; katılımcıların içsel değerlerinin, örgütsel bağlılık düzeylerini etkilemede zorunluluk unsurlarından daha etkili olduğu anlaşılmaktadır. Sinik hislerin ise maaş algısı ve görev değişkenleri bakımından daha çok ortaya çıktığı görülmektedir.

THE ANALYSIS OF ORGANIZATIONAL COMMITMENT AND ORGANIZATIONAL CYNICISM LEVELS OF FITNESS CENTERS AND PROFESSIONAL SPORT CLUBS' EMPLOYEES

Introduction: The aim of this study to identify organizational commitment and organizational cynicism levels of the fitness centers and professional sport clubs' employees.

Method: The population of the study was consisted of fitness centers and professional sport clubs' employees in İzmir. To collect data, survey method was used. There were three parts in the questionnaire form. The first part was personel data form that was formed by the researchers. Organizational Commitment Scale was located in the second part and Organizational Cynicism Scale was located in the third part. Descriptive Statistics Analysis, Scale Reliability Analaysis, Independent-Samples T Test, One-Way ANOVA and Bivariete Correlation tests were conducted via SPSS 24 for data analysis.

Findings: In conclusion, there are significant differences between the groups by marital status, overtime type, perception about salary, age and work duty. Also, there are significant relationships between the subdimensions of scales.

Result and Discussion: As a result, it is understood that internal values of the participants are more effective than obligation elements at affecting their organizational commitment level. At the same time, cynical feelings are more appeared in terms of work duty and perception about salary.

SB200

SPOR ORGANİZASYONLARINDA YÖNETİCİLERİN ROLLERİ: TÜRKİYE 1. VE 2. VOLEYBOL LİGİ ÖRNEĞİ

***[1]Necati Gürses*, [1]Kıvanç Semiz**

[1]Giresun Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Giresun

Email : *necati.gurses@giresun.edu.tr, kivanc.semiz@giresun.edu.tr*

Giriş ve Amaç Spor organizasyonlarının başarısında yöneticilerin rolleri; yönetim becerileri, yönetici yardımcıları, şehir ve çevresel faktörler belirleyici olmaktadır. Spor yöneticilerinin organizasyonlar konusunda nitelikli olmaları, kulüp paydaşları açısından son derece önemlidir. Bu çalışmanın amacı, Türkiye 1. ve 2. Voleybol liglerinde görev yapan 5 spor yöneticisinin sezon boyunca takımlarını yönetmedeki rollerini incelemektir.

Yöntem Bir durumu kendi sınırları içerisinde analiz etmek amaçlandığından dolayı, nitel araştırma yöntemlerinden durum çalışması araştırma deseni olarak seçilmiştir. 2017-2018 sezonu 1. Devresinde, Türkiye Voleybol 1. Ve 2. Ligindeki takımlarda görev yapan 5 adet spor yöneticisi ile yapılandırılmış görüşmeler yapılmıştır. Görüşmeler kayıt altına alınmış, transkriptler çözümlenerek tematik içerik analizi yapılmıştır.

Bulgular Veri analizi sonucunda ortaya üç adet tema çıkmıştır. Bunlar sırasıyla Planlama ve Hedef Belirleme Rolü (1), Finansal Roller (2), ve İletişim Rolleri (3) olarak sıralanabilir. Kulüp çalışanları hakları, yemek ve lojman giderleri, yönetici sporcu ilişkileri, deplasman organizasyonları, genel bütçeye bağlı gelir / gider dengesi gibi bir çok faktörde spor yöneticilerinin rolleri ortaya konmuştur.

Sonuç Sonuç olarak organizasyonların yapıldığı şehirlerin ve çevresel faktörlerinin göz önünde bulundurularak, yardımcı ve görevli personeller ile çalışılarak, kriz yönetimi becerilerinin geliştirilmesi, spor yöneticilerinin organizasyonlardaki becerilerine olumlu katkı yapacağı söylenebilir. Spor yöneticilerinin insan ilişkileri ve gözlem becerileri olan insanlar olmaları göz önünde bulundurularak, söz konusu becerilerin gelişimi için ilgili mesleki gelişim faaliyetlerine katılmaları, nitelikli organizasyon planlamada etkin olabilir.

THE ROLES OF MANAGERS IN ORGANIZATIONS: A CASE IN 1st & 2nd VOLLEYBALL DIVISIONS IN TURKEY.

INTRODUCTION AND PURPOSE The roles of sports managers and their management skills, assistant managers, the city and environment related factors are the determinants for the successful sports organizations. It is important for the club stakeholders to have qualified managers for coordinating the organizations. The purpose of the study was to investigate the roles of sports team managers' roles in 1st and 2nd divisions Volleyball teams in Turkey.

METHOD Since it was attempted to analyze a situation in itself, this is a qualitative research in nature. The case study was selected as a methodology. Structured interviews were done with five managers from teams in 1st and 2nd divisions in Turkish Volleyball. The interviews were recorded, transcripted, and analyzed with thematic content analysis approach.

FINDINGS According to the findings, three main themes emerged as Financial Roles (1), Communication Roles (2),and lastly the Role of Planning and Setting Goals (3). It was emphasized that the roles of the sports team managers for the rights of club staff, food and accommodation expenses, manager-athlete relationships, away game organizations and the balance of income/expenses are crucial.

CONCLUSION As a conclusion, developing skills for crisis management with assistants' coordination, the factors about the city and the environments that the organizations being held can have positive influence to sports organizations skills. Considering the sports managers have good communication and observation skills, attending to certain professional development activities for planning top line organizations could help them to improve.

SB206

ANKARA İLİ PROFOSYONEL KADIN VE ERKEK FUTBOL TAKIMLARININ ÖZ-YETERLİK VE SARGINLIK ALGILARI ARASINDAKİ İLİŞKİ

[1]Faruk Aydın, [2]Hakan Sunay

[1]Ankara
[2]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Email : *frkaydn36@gmail.com, hsunay@gmail.com*

Araştırmanın amacı futbolcuların öz-yeterlik ve sargınlık algıları arasında (cinsiyet, meslek, medeni durum, yaş ve eğitim düzeyi vb.) kişisel niteliklerine göre anlamlı farklılık olup olmadığını ortaya koymaktır. Çalışmanın örneklemini Ankara'daki profesyonel erkek ve kadın futbol takımları sporcuları oluşturmaktadır. 10 Erkek 5 Kadın futbol takımından toplamda 354 sporcuya uygulanan araştırmaya 128 kadın futbolcu ve 226 erkek futbolcu katılmıştır. Araştırmaya katılan sporcuların büyük çoğunluğu 19-23 yaş aralığındadır. Araştırmaya katılan sporcuların geneli (309 kişi) bekar sporculardır. Eğitim durumlarına ilişkin elde edilen verilere göre genel çoğunluk ilköğretim ve ortaöğretim seviyesindedir (254 kişi). Araştırmaya katılan sporcuların mesleki dağılımına göre genelinin öğrenci veya işsiz sporcular dan oluşmaktadır (271 kişi). Araştırmada Hatem ÖCEL ve Orhan AYDIN (2006) tarafından geliştirilen ''Grup Sargınlığı Ölçeği'' ile Ayşin Yeşilay, Ralf Shcwarzer ve Matthias Jerusalem (1995) tarafından geliştirilen ''General Self-Efficacy Scale'' (Genelleştirilmiş Özyetki Beklentisi Ölçeği) kullanılmıştır. Elde edilen veriler normal dağılım göstermediğinden nonparametrik test olan Man Whitney U ve Kruskall Wallis test istatistiklerinden yararlanılmıştır. Elde edilen bulgulara göre "Grup Sargınlığı ve Öz yeterlik" algısına ilişkin cinsiyet değişkenine göre anlamlı olarak farklılaşmaktadır. Erkek katılımcıların (X=2,26) kadın katılımcılara göre (X=2,08) daha yüksek "Grup Sargınlığı" puanı aldığı görülmektedir. Yine Erkek katılımcıların (X=2,14), kadın katılımcılara göre (X=1,96) daha yüksek "Öz-Yeterlik" puanı aldığı görülmektir. Medeni durum değişkenine göre "Grup Sargınlığı" ve "Öz-Yeterlik" algısında anlamlı bir fark tespit edilememiştir. Yaş değişkenine göre "Grup Sargınlığı" puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Çoklu karşılaştırma testi sonucunda 15-18 yaş grubunun 19 ve üzeri yaş grubundan daha yüksek puan aldığı görülmüştür. Eğitim durumları değişkenine göre "Grup Sargınlığı ve Öz-yeterlik" ölçek puanları arasında anlamlı bir fark tespit edilememiştir. Meslek gruplarına göre "Grup Sargınlığı" ölçek puanları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur [x^2(sd=4, n:354) = 9.8, p<0,05]. Çoklu karşılaştırma testi sonuçları doğrultusunda öğrencilerden oluşan grubun puanlarının diğer meslek gruplarından düşük olduğu görülmüştür.

THE RELATİON BETWEEN SELF-EFFİCACY AND GROUP COHESİVENESS PERCEPTİONS OF PROFESSİONAL MEN AND WOMAN'S FOTTBALL TEAM İN ANKARA

Purpose of the study is to determine whether there is a meaningful difference between the self-efficacy and self-efficacy perceptions of the footballers (gender, occupation, marital status, age and education level etc.) according to their personal qualities. The sample of the work consists of professional male and female soccer teams in Ankara. A total of 354 athletes from 10 male to 5 female soccer teams participated in the study. " Group Environment Questionnarie (GEQ)" developed by Hatem ÖCEL and Orhan AYDIN (2006) and " General Self-Efficacy Scale " developed by Ayşin Yeşilay, RalfShcwarzer and Matthias Gersusalem (1995) were used in the research. Bacause of the obtained data did not show normal distribution, the nonparametric tests Mann Whitney U and Kruskal Wallis test statistics were used. According to the findings, "Group Enviroment and Self-efficacy" perceptions differ significantly according to gender. Male participants (X = 2,26) were found to have a higher "Group Environment" score than female participants (X = 2,08). It is also seen that male participants (X = 2,14) received "Self-Proficiency" scores higher than female participants (X = 1.96). According to the marital status variable, there was no significant difference in the perception of "Group Environment" and "Self-Efficacy". There was a significant difference between "Group Environment" scores according to age variable. According to the educational status variable, there was no significant difference between the scale scores scores of "Group Environment and Self-efficacy". According to occupational groups, there was a significant difference between the scale scores of "Group Environment" [x^2 (sd = 4, n: 354) = 9.8, p <0,05]. According to the results of the multiple comparison test, it was seen that the score of the group of the students was lower than the other occupational groups.

SB220

ETKİNLİK PAZARLAMASINDA ETKİNLİK SPONSORLUĞUNUN AĞIZDAN AĞIZA PAZARLAMAYA ETKİSİ: MARKA İMAJININ ARACI ROLÜ

[2]Ataman Tükenmez, [2]Mehmet Hocaoğlu, [1]Cemal Güler, [2]Selçuk Bora Çavuşoğlu

[1]İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İSTANBUL
[2]İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Spor Bilimleri Fakültesi, İSTANBUL

Email : *atamantukenmez@gmail.com, mehmet_hocaoglu@hotmail.com.tr, cemal.guler95@gmail.com, boracavusoglu@windowslive.com*

Giriş ve Amaç Araştırmada amaç; etkinlik sponsorluğunun boyutları olan; sponsorluk etkinlik uyumu, etkinlik için kişisel beğeni, görünen genel durum, samimiyet algısı, etkinliğin statüsü ve sponsora karşı ilgi ile ağızdan ağıza pazarlamanın arasındaki ilişkileri ortaya çıkarabilmektir. Ayrıca anılan ilişkide marka imajının aracılık etkisi rolüyle ilgili tespitler yapmaktır. Yöntem Çalışmada bilgi toplama aracı olarak 2000 yılında Speed ve Thompson tarafından geliştirilmiş, Türk popülasyona Açar (2014) tarafından uygulanmış Etkinlik Sponsorluğu Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek 119 katılımcıya uygulanmıştır. Amaç doğrultusunda bağımsız t-testi ve tek-yönlü varyans (Anova) analizi uygulanmış, iki değişken arasında ilişki olup olmadığını belirlemek için korelasyon analizi yapılmıştır. Bulgular Katılımcılar demografik özellikler yönünden incelenmiş, medeni durum, sınıf, aylık gelir ve etkinlik isimleri değişkenlerinde anlamlı farklılık bulunamamıştır. Etkinlik sponsorluğu tutumları alt boyutunda katılımcıların öğrenim gördükleri üniversite değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. (t= 6,528 p>,05). Katılımcıların öğrenim gördükleri üniversiteye göre Etkinlik Sponsorluğu alt boyutlarından Sponsorluk Etkinlik Uyumu, Etkinlik İçin Kişisel Beğeni, Marka İmajı, Ağızdan Ağza Pazarlama, Sponsora Karşı İlgi alt boyutlarında anlamlı farklılık görüldü. Sonuç Araştırma sonuçlarına göre Gelişim Üniversitesi öğrencilerinin İstanbul Üniversitesi öğrencilerine göre Etkinlik Sponsorluğundaki tutumlarının farklı olduğu görülmektedir. Buradan sonuçla Gelişim Üniversitesi öğrencilerinin İstanbul Üniversitesi öğrencilerine göre daha sosyal oldukları sonucuna varılabilir. Ararştırmada sponsora karşı ilgi ile ağızdan ağıza pazarlama arasında güçlü bir ilişki tespit edilmiştir. Markaların gençlere hitap edecek şekilde reklamlarını yapması ve onların ilgisini çekecek düzeyde halkla ilişkilerini sürdürmesi etkinlik sponsorluğunun yaygınlığını artırıcı bir rol oynayacaktır.

THE EFFECT OF EVENT SPONSORSHIP ON WORD OF MOUTH MARKETING AT EVENT MARKETING: INTERMEDIARY ROLE OF BRAND IMAGE

Introduction and Objective The purpose of the study is to determine the relations between word-of-mouth marketing and the subdimensions of event sponsorship. Additionaly it is aimed to determine the intermediary role of brand image on the said relation.

Method Event Sponsorship Scale, which was develpoed by Speed and Thompson in 2000 was used as the data collection tool. The scale was applied to Turkish population by Açar in 2014. The scale was administered to 119 participants. In accordance to the aim of the study, an independent t-test and one-way variance analyzes were conducted. Correlation analysis was performed to determine whether a relationship exists between the two variables. Findings The participants were examined in terms of demographic characteristics and no significant differences were found in marital status, grade, monthly income and event names variables. A statistically significant difference was found between the participants in terms of event sponsorship attitudes regarding the 'university they receive education at' variable (t=6,528 p>0,05). Significant differences were found in subdimensions of event sponsorship, namely sponsorship-event accordance, personel liking for the event, brand image, word-of-mouth communication and interest in the sponsor between the participants regarding the university they receive education at.

Conclusion According to the results of the research, it is seen that the students of the Gelişim University have different attitudes in the Event Sponsorship comparing to the students of Istanbul University. It can be concluded that students of Gelişim University tend to be more social than the students of Istanbul University. A strong relationship was found between the interest towards the sponsor and word-of-mouth marketing. Brands carrying advertising activities in a way that appeal young people will play a promoting role of popularizing event sponsorship.

SB221

SPOR TÜKETİMİ İÇİN MOTİVASYON

[2]Mehmet Hocaoğlu, [2]Ataman Tükenmez, [1]Cemal Güler, [2]Selçuk Bora Çavuşoğlu

[1]İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İSTANBUL
[2]İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Spor Bilimleri Fakültesi, İSTANBUL

Email : *mehmet_hocaoglu@hotmail.com.tr, atamantukenmez@gmail.com, cemal.guler95@gmail.com, boracavusoglu@windowslive.com*

Giriş ve Amaç Sporun hem kişisel olarak yapılıp çoğalabilmesi ve sektörel bazda spor ekonomisinin canlı kalabilmesi için spor tüzel kişisinin bireylerde aradığı ilk özellik motivasyondur. Kişilerin gerek aktif gerek pasif şekilde spor ve spor sektörüne katılabilme oranlarının artması onların taşıdığı motivasyonla doğru orantılıdır. Bu çalışmada, Beşiktaş taraftarlarının spor tüketimine yönelik güdülenme algılarının farklı demografik değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Yöntem Çalışmada bilgi toplama aracı olarak 2001 yılında Trail ve James tarafından geliştirilmiş, geçerlilik ve güvenirlik çalışması Gençer (2011) tarafından yapılmış Spor Tüketimine Yönelik Güdülenme Ölçeği (MSSC) kullanılmıştır. Araştırmaya katılanların 111'i (%56.6) erkek, 85'i (%43.4) kadın olmak üzere toplam 196 kişidir. Bulgular Bilgi alt boyutunun cinsiyet değişkenine göre incelenmesi için t-testi uygulanmış ve katılımcıların cinsiyetlerine göre skorları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur. Aile alt boyutunun eğitim durumu değişkenine göre incelenmesi için tek yönlü varyans (ANOVA) testi yapılmış ve katılımcıların eğitim durumlarına göre skorlarındaki farklılığın istatistiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların Spor Tüketimine Yönelik Güdülenme Ölçeği toplam skorları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Sonuç Katılımcıların cinsiyete göre spor tüketimi için motivasyon düzeyleri incelendiğinde, erkeklerin futbola yönelik tüketim ilgisi, kadınlarınkinden yüksek bulunmuştur. Bu durum, erkeklerin futbol ile kadınlardan daha çok alakalı olmasıyla ilişkilendirilebilir. Katılımcıların yaşlara göre spor tüketimine yönelik tutum ve davranışları incelendiğinde 28 yaş ve üstü katılımcıların puanları diğer yaş gruplarında bulunan katılımcıların puanlarından yüksek bulunmuştur.

MOTIVATION FOR SPORTS CONSUMPTION

Introduction and Objective Motivation is the first feature that sports corporations look for in individuals so that the sports can be performed personally and the sports economy can live on sectoral basis. The increase in the percentage of people who can participate in sports and sport related sectors, either actively or passively, is directly proportional to their motivation. In this research, it is aimed to examine the motivational perceptions towards sports consumption of Beşiktaş supporters.

Method Motivation Scale for Sport Consumption (MSSC), which was develpoed by Trail and James in 2001 was used as the data collection tool. Reliability and validity tests of the scale was conducted by Gençer in 2011. Participants consist of 111 (%56.6) male and 85 (%43.4) female, a total of 196. Findings A t-test was conducted to investigate the Information sub-dimension in terms of gender variable. Statistically significant differences were found between the scores regarding participants' gender. One-way variance test (ANOVA) was done to examine the Family sub-dimension in terms of education variable. Statistically significant differences were found between the scores regarding participants' education status. No significant difference was found between the total scores of the participants of Motivation Scale for Sport Consumption. Conclusion When the motivation levels of the participants according to their gender examined, the interest in consumption of males towards football was found to be higher than that of females. This can be attributed to the fact that men are more related to football than women. When participants behaviour and attitudes towards sports consumption by age were examined, the scores of participants aged 28 years and over were found higher than those of participants in other age groups.

SB229

ANTRENÖRLERİN MESLEKİ İMAJINA İLİŞKİN NİTEL BİR ARAŞTIRMA

***[1]Nesil Özbay Özen*, [2]Asil Özbay**

[1]Gençlik Ve Spor İl Müdürlüğü, MANİSA
[2]İstanbul Gedik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İSTANBUL

***Email :** nesilozbay@hotmail.com, asilozbay@hotmail.com*

Giriş ve Amaç: Bir meslek grubunun toplumdaki konumunu ifade eden meslek imajı; bireyin o meslek hakkındaki düşünce, algı ve izlenimlerinden oluşur (Fletcher, 2007) ve gerek örgütün imajını, gerekse çalışanların tutum, davranış ve performansını etkilemesi nedeniyle büyük önem taşır (Grandy ve Mavin, 2011; Jasovsky, 2001; Wotruba, 1990). Gençlik ve Spor Bakanlığı'nın istatistiki verilerine bakıldığında; ülkemizde 230.366 kişinin (Gsb, 2018; TFF, 2018) antrenörlük mesleğini yapabilmesi için gerekli belgeye sahip olduğu göz önüne alındığında, spor örgütlerindeki istihdamda azımsanmayacak sayıda antrenörün yer aldığını/almaya devam edeceğini söylemek mümkündür. Bu kapsamda; antrenörlük mesleği imajının, mesleği oluşturanlar tarafından nasıl algılandığını ortaya koymak araştırmanın amacını oluşturmaktadır.

Yöntem : Araştırmada nitel araştırma yöntemi çerçevesinde fenomenoloji deseni (Merriam, 2013; Patton, 2014) tercih edilmiştir. Bu doğrultuda; 8 antrenör ile yüz yüze yarı yapılandırılmış görüşme gerçekleştirilmiştir. Antrenörlerin seçiminde amaçlı örnekleme yöntemi kullanılmış olup, kamu ve özel spor örgütlerinde en az 5 yıl aktif olarak antrenörlük yapmaları ölçüt olarak belirlenmiştir. Yapılan görüşmeler sonucunda elde edilen veriler, Maxquda 2018 programında içerik analizi yöntemiyle analiz edilmiştir.

Bulgular : Görüşme bulgularına göre; antrenörlerin mesleki imaj algıları üç tema altında toplanmıştır. Bunlar; Kendilerine göre Mesleki Konumları (Saygın İmaj, Özverili Meslek, Başarılı Konum), Örgütsel Görünüm (Yeterli düzeyde çalışmama, Asli Görev Dışında Maddi Kazanç Odaklı Antrenörlük Yapma, Değer Görmeme) ve Toplumsal Algıdır (Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği ile eşdeğer Algılanma).

Sonuç : Araştırma sonucunda; antrenörlerin kendi mesleklerine yönelik genel olarak olumlu bir imaja sahip oldukları, fakat örgütlenme eksikliklerinin olduğu, toplum tarafından mesleklerinin tam anlamıyla anlaşılmadığı, bu durumun oluşmasında; sosyo ekonomik düzeyin ve eğitim seviyesinin etkili olduğu, mesleklerine ilişkin tanıtım ve temsil sorunlarının olduğu, bunun nedenlerinin de; okullarda beden eğitimi ve spor dersi saatlerinin az oluşunun ve medyadaki yetersiz sunumun etken olduğu görülmektedir. Ayrıca; gerek Gençlik ve Spor Bakanlığı gerekse Spor Federasyonlarınca; başarıdan ziyade, maddi kazanç sağlama odaklı bir görünümde oldukları ve bu durumun; antrenörlerde önemsenmeme algısına neden olduğu anlaşılmaktadır.

A QUALITATIVE RESEARCH ON PROFESSIONAL IMAGE OF THE COACHES

Purpose : The purpose of the research is to reveal how the image of the profession of coaching is perceived by the members of the profession.

Methodology : The phenomenological pattern (Merriam, 2013; Patton, 2014) was preferred within the framework of the qualitative research methodology. Accordingly, face-to-face semi-structured interviews were conducted with 8 coaches. The purposeful sampling method was used in the selection of the coaches and active service as coach at public and private sports institutions for at least 5 years was determined as a criterion. The data obtained as a result of the interviews were analyzed through the content analysis method via the Maxquda 2018 program.

Findings : According to the interview results, the professional image perceptions of the coaches were collected under three themes. These are: Their Professional Statuses According to them, (Reputable Image, Devoted Profession, Successful Status), Organizational Appearance (Not Working Adequately, Performing Coaching by Focusing on Material Gain Outside the Scope of the Principal Duty, Not Considering Worthy) and Social Perception (Perceived to be equivalent to the Teaching of Physical Education and Sports).

Conclusion : It was concluded from the research that the coaches had a generally positive image in terms of their profession, but they had organizational deficiencies, their profession was not fully understood by the society; socio- economic level and level of education were effective in the emergence of this situation, they had problems in the promotion and representation of their profession, and the reasons for these are inadequate hours of physical education and sports classes in schools and insufficient coverage in the media. Besides, it was understood that, according to both the Ministry of Youth and Sports and the Sports Federations mostly appear focusing on obtaining material gain rather than success and this in turn led the coaches to think that they were not deemed important.

SB239

TÜRKİYE'DE SPOR YÖNETİMİ ALANINDA YAPILAN ÇALIŞMALARIN (TEZ, MAKALE, BİLDİRİ) ANALİZİ

***[1]Yüsra Yavuz*, [1]Nevzat Mirzeoğlu, [1]Yakup Kaymakçı**

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

Email : *yusrayavuzzz@gmail.com, nevzatmirzeoglu@sakarya.edu.tr, ykaymakci@sakarya.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Bu çalışma, Türkiye'de spor yönetimi alanındaki akademik çalışmaların (tez, makale, bildiri) araştırma konuları, çalışma grubu, kullanılan yöntem ve araştırmacı profili açısından incelenmesi amacı ile gerçekleştirilmiştir.

Yöntem: Araştırmada nitel yaklaşıma dayalı saha taraması modeli kullanılmıştır. Araştırma verileri doküman analizi yöntemi ile elde edilmiştir. Türkiye'de spor yönetimi alanında yapılan akademik çalışmalar (makale, bildiri, tez) çalışma alanı olarak belirlenmiştir. Amaçlı örnekleme yöntemi ile Ulusal Tez Merkezinde (YÖKTEZ) ilgili anahtar kelimelerle yapılan taramada; spor yönetimi alanında ulaşılan tüm lisansüstü (doktora ve yüksek lisans) tezler (138), spor bilimleri alanında yayın yapan 8 derginin 2000 yılı ve sonrası tüm sayılarındaki ilgili makaleler (282) ve onuncu (2008) ve on beşinci (2017) Uluslararası Spor Bilimleri Kongrelerinin kitapçıklarında yer alan tüm bildiriler (91), toplamda 511 çalışma ayrıntılı olarak incelenmiştir. İstatistiksel değerlendirme; toplanan tüm veriler, excel tablosuna aktarılmış ve nicel olarak değerlendirilmiştir. Uzman kanısından yararlanarak araştırmanın amacına uygun gruplandırmalar yapılmıştır.

Bulgular: Türkiye'de spor yönetimi alanında yapılan akademik çalışmalarda konu olarak en çok Örgütsel Davranış (144)%28 ve Spor Yönetimi ve Organizasyon (136)%27 başlığı tercih edilmiş olup, Spor Ekonomisi ve Pazarlama (77)%15, Liderlik ve Yönetici Yeterliliği (70)%14, Eğitim (28)%5, Sosyal Çalışmalar (23)%5, Medya ve İletişim (20)%4, Yerel Yönetimler (10)%2'lik dilimi oluşturmaktadır. Kadın araştırmacıların sayısı 254(%23) erkeklerin ise 872(%77)'dir. Toplam 511 çalışmanın 358(%70)'i nicel, 142(%28)'si nitel, 11(%2)'i karma yaklaşımla gerçekleştirilmiştir. Çalışma grubu olarak en çok Sektör temsilcileri 153(%37), Akademiyle ilgili 113(%27), Hakem- Antrenör-Sporcu 66(%16), Tesis-Üyeleri-Müşteri 49(%12), Diğer 22(%5), Kamuoyu 11(%3) çalışmada tercih edilmiştir.

Sonuç: Türkiye'de Spor Yönetimi alanında yapılan akademik çalışmalarda konu olarak en çok Örgütsel Davranış (%28), en az Yerel Yönetimler (%2) çalışılmıştır. Kadın araştırmacıların sayısının 254 (%23) ile neredeyse çeyrek dilime sahip olduğu görülmektedir. Çoğunlukla nicel yaklaşımla, veri toplamak için anket kullanılması ve aynı konuların çalışılması araştırmacıları tekrara düşürmüştür. Çalışma grubu olarak genellikle sektör temsilcilerinden kamu personeli seçilmiş, akademiyle İlgili örneklem grubunda öğrencilerin görüşlerine çokça yer verilmiştir.

ANALYSIS OF THE STUDIES (THESIS, ARTICLES AND REPORTS) IN THE FIELD OF SPORTS MANAGEMENT IN TURKEY

Abstract: In this study, the academic study of sport management in Turkey (thesis, article, report) research, study group, was carried out with the aim of examining in terms of the methods used and researcher profiles.

Method: Field survey model based on qualitative approach was used in the study. The data of the research were obtained by using the document analysis method. Academic studies in Sports Management in Turkey (articles, papers, theses) is defined as the study area. With the purpose of sample sampling, the National Thesis Center (YÖKTEZ) (doctoral and graduate) dissertations (138) in the field of sport management, the related articles (282) and the tenth (2008) and fifteenth (2017) International Sports Science Congresses of all

publications (91), 511 studies in total were examined in detail. Statistical evaluation; all collected data were transferred to the Excel table and evaluated quantitatively. Appropriate groupings have been made for the purpose of exploring using expertise.

Results: In academic studies of the most sports management as a subject in the field in Turkey; Organizational Behaviour (144) 28% and Sports Management and Organization (136) 27% title was preferred, Sports Economy and Marketing (77) 15%, Leadership and Managerial Competence (70) 14%, Education (28) 5%, Social Studies (23) 5%, Media and Communication (20) %4, The administrations (10) constitute a 2% slice.

358 (70%) of the 511 studies were qualitative, 142 (28%) were qualitative and 11 (2%) were mixed. As the study group, Sector representatives 153 (37%), Academicians 113 (27%), Referee-Coach-Athlete 66 (16%), Facility-Members-Customer 49 (12%), Others 22 (5%), Public opinion was preferred in 11 (3%) studies.

Conclusion: Turkey in the field of Sports Management made the most academic studies as a subject in Organizational Behavior (28%) were studied in this research. Often the quantitative approach, the use of questionnaires to collect data, and the study of the same subjects, have made the researches to repeat themselves.

SB243

X VE Y KUŞAĞI AKIŞ KURAMI BOYUTLARI: ALPAK AKIŞ KURAMI ÖLÇEK GELİŞTİRME VE GÜVENİRLİLİĞİ ÜZERİNE BİR ÇALIŞMA

[1]M.Onur Ak [2]Aytekin Alpullu

[1]Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Spor Bilimleri Fakültesi, İSTANBUL
[2]Marmara Üniversitesi,Spor Bilimleri Fakültesi, İSTANBUL

Email : *monurak@gmail.com, aytekin.alpullu@marmara.edu.tr*

Bu çalışmanın amacı, x ve y kuşağında olan bireylerin akış kuramı boyutlarını belirlemek için geçerli ve güvenilir bir ölçek geliştirmektir. Ölçeğin geliştirilmesi amacıyla kolayda örneklem türünü oluşturan ve Yalova'daki bir tatil merkezinde kalan 101 kadın ve 96 erkek olmak üzere toplam 197 gönüllü katılımcı ile yürütülmüştür. Bu amaçla oluşturulan deneysel formun geliştirilme aşamasında akış kuramı incelenmiş ve oluşturulan maddeler için uzman görüşlerine başvurulmuştur. Bu aşamada ön test için 7'li likert türünde hazırlanan ölçek için güvenirlilik çalışmaları yapılmıştır. Ölçek 26 maddeden oluşturulup Keşfedici Faktör Analizi (KFA) ile ölçüldüğünde, "yeni katılış","tecrübeye dayalı sıkıntı","artan aşamadaki kaygı", "akış" olmak üzere 4 alt boyut ve toplam 14 maddeden oluşan bir yapıya ulaşılmıştır. Ölçeğin Cronbach alfa güvenirlik katsayısı α=,645 olup, bu katsayı ölçeğin bütünü için kabul edilebilir ve iç tutarlılık güvenirliğine sahip olduğunu göstermektedir. X ve Y kuşağında olan bireylerin akış kuramının 4 alt boyutunun belirlenmesinde kullanılabilecek geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğu söylenebilir.

X AND Y GENERATIONS' FLOW THEORY DIMENSIONS: A STUDY ON ALPAK FLOW THEORY SCALE DEVELOPMENT AND RELIABILITY

The aim of this study is to develop a valid and reliable scale to determine the flow theory dimensions of individuals who are on the x and y generations.In order to develop the scale, the experiment was conducted with a total of 197 volunteer participants, including 101 female and 96 male residents of a holiday center in Yalova, using convenience sampling method.For this purpose, the theory of flow is examined during the development phase of the experimental form. Expert opinions have been consulted for the substances created. At this stange, reliability studies were carried out for the scale prepared in the 7-point likert type that will be used in preliminary testing. The scale was formed from 26 items and measured by Exploratory Factor Analysis (EFA), 4 sub-dimensions including "new participation", "experiential distress", "increasing anxiety", "flow" and a structure consisting of 14 items in total were reached.The Cronbach alpha reliability coefficient of the scale is α = 645, which indicates that this coefficient is acceptable for the whole scale and has internal consistency reliability. Finally, it can be said that individuals from x and y generations are valid and reliable scale which can be used in determining 4 sub-dimensions of flow theory.

SB246

BİREYSEL BRANŞLARDA ANTRENÖR-SPORCU İLİŞKİSİNİN SPOR TUTKUSUNA ETKİSİNİN İNCELENMESİ

***[1]Sevim Güllü*, [2]Burçak Keskin, [2]Osman Şahin, [3]Ecem Hanbay**

[1]İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yönetim Bilimleri ABD, Istanbu
[2]İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Sağlık Bilimleri ABD, Istanbu
[3]İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi Ve Spor ABD, Istanbu

Email : *sevim.gullu@istanbul.edu.tr, , ,*

Giriş ve Amaç: Sporcu ile antrenörü arasındaki ilişki son zamanlarda en ilgi gören konulardandır. Spor ortamında, bu ilişki sporcuların gerek psiko-sosyal gerekse fiziksel gelişimleri açısından önemlidir. Olumlu iletişim süreçlerinin sağlıklı olarak geliştiği, olumlu ilişkilerin kurulduğu ortamda oluşan olumlu bir antrenör-sporcu ilişkisi; sporcu motivasyonunu, sporcu doyumunu artırmakla birlikte sporculara becerilerini geliştirmek için de uygun ortam sağlamaktadır. Bu ilişki genellikle genç sporcuların başarısında en önemli ve etkili ilişkilerden birisidir. Spor ortamında bireyin sergilediği davranışları, duygu durumlarını, bu ortama katılma ya da ortamda kalma sebeplerini ve bu sebeplerin bireyi ne ölçüde etkilediğini açıklamak isteyen araştırmacılar son yıllarda tutkunluk kavramını incelemeye başlamışlardır. Tutkunluk; bireyin hoşlandığı ve/veya sevdiği, önemsediği, zaman ve enerji harcadığı aktiviteye olan güçlü eğilim olarak tanımlanmaktadır. Tutkunluk, bireylerin bir aktiviteye katılmasında, katılımını devam ettirmesinde ve bireylerin günlük yaşamlarında önemli bir yere sahiptir. Bu çalışmanın amacı bireysel sporcuların algıladıkları antrenör-sporcu ilişkisinin bu sporcuların spor tutkularına olan etkisini incelemektir.

Gereç ve Yöntem: Bu kapsamda Masa Tenisi, Cimnastik, Karate ve Taekwando ile uğraşan sporculara ölçekler uygulanmıştır. Katılımcılara, kişisel bilgiler elde etmek amacıyla demografik bilgilerden oluşan sorular sorulmuştur. Ayrıca, Jowett ve Ntoumanis (2004) tarafından geliştirilen ve Türkçe geçerlik/güvenirliği Altıntaş ve arkadaşlarınca (2012) yapılmış olan 11 soruluk "Antrenör-Sporcu İlişkisi Ölçeği" ile Vallerand ve arkadaşlarınca (2003) geliştirilen ve Kelecek ile Aşçı (2013)' nın Türkçe' ye uyarladığı 12 soruluk "Sporcu Tutkusu" ölçeği kullanılmıştır. Elde edilen verilerin değerlendirilmesi için; SPSS 20 paket programı kullanılmış olup; yüzde (%) ve frekans (f),t testi, ANOVA testi, Korelasyon analizi yapılmıştır, Regresyon Analizi yapılmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Antrenör-Sporcu İlişkisinin Sporcu Tutkusu ve Uyumlu Tutkunluk alt boyutu ile yüksek sayılabilecek düzeyde ilişkisi olduğu; Takıntılı Tutkunluk alt boyutuyla ise zayıf düzeyde ilişkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yapılan regresyon analizi sonucunda, antrenör-sporcu ilişkisinin, spor tutkusu değişkeninin önemli bir yordayıcısı olduğu ortaya çıkmıştır. Demografik bazı değişkenlere göre ölçeklere katılım oranlarının farklılaştığı bulgusuna da ulaşılmıştır.

Anahtar Sözcükler: Antrenör-Sporcu İlişkisi, Lider-Üye Etkileşimi, LMX, Spor Tutkusu, Bireysel Sporlar

EXAMINING THE EFFECT OF COACH-ATHLETE RELATIONSHIP ON SPORTS PASSION IN INDIVIDUAL SPORTS

Introduction and Purpose: The coach is one of the most important figures in the career of an athlete. Such that, the quality of relationship and communication between the coach and athlete directly affects the success of the athlete. Passion is essential for an athlete to have high-level motivation and is one of the most essential psychological factors allowing him/her to reach complete success. This research aims to reveal out the relationship between the athlete's perceived coach-athlete relationship and their passion in sports.

Material and Method: This research is carried out with sectional screening model. The study group consists of 278 table tennis, gymnastics, taekwondo and karate players. The research is based on willingness. In order to get personal information, the participants were asked questions related to demographic features. The researcher also used the 11-question "Coach-Athlete Relationship Scale" developed by Jowett and Ntoumanis (2004), validity and reliability of the Turkish version of which were assured by Altıntaş et al., (2012); and the 12-question "Athlete's Passion" scale developed by Vallerand et al., (2003), which was translated into Turkish by Kelecek and Aşçı (2013). SPSS 20 package software was used for the assessment of the data obtained. Percentage (%) and frequency (f), T-test, ANOVA, Pearson Correlation and Regression Tests were used. The level of significance was accepted as $p<0.05$.

Results and Conclusion: According to findings, some demographic features effect on scales or sub-dimensions. Besides, there is a positive relationship between the coach-athlete relationship and the passion for sports and the sub-dimensions of harmonious passion and obsessive passion. Also, the regression analysis has shown that the coach-athlete relationship has a relatively high impact on the passion for sports.

Key Words: Coach-Athelete Relationship, Sports Passion, Leader-Member Exchange, LMX, Individual Sports, Table Tennis, Gymnastics, Taekwondo, Karate.

SB288

AĞ BİLİMİ İLE BİR FUTBOLCUNUN TRANSFER SKORUNUN BELİRLENMESİ AMACIYLA ÖLÇEK OLUŞTURULMASI

[2]Necmi Gürsakal, [1]Halil Orbay Çobanoğlu, [3]Bülent Batmaz, [4]Sandy İpeker Çağlıyor, [5]Fırat Melih Yılmaz

[1]Eskişehir Teknik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ESKİŞEHİR
[2]Fenerbahçe Üniversitesi İktisadi Ve İdari Bilimler Fakültesi, İSTANBUL
[3]Anadolu Üniversitesi Açıköğretim Fakültesi, ESKİŞEHİR
[4]Haliç Üniversitesi İktisadi Ve İdari Bilimler Fakültesi, İSTANBUL
[5]Bursa Uludağ Üniversitesi İktisadi Ve İdari Bilimler Fakültesi, BURSA

Email : *negursakal@gmail.com, orbay_79@hotmail.com, bulentbatmaz@gmail.com, scagliyor@gmail.com, firatmelihyilmaz@outlook.com*

Giriş ve Amaç: Futbolda transfer kararlarının verilmesinde objektif verilerden çok sübjektif görüşlere dayanılarak kararların verildiği bir gerçektir. Bu çalışmanın amacı ağ bilimi aracılığı ile üretilen ölçülerden (metrics) yararlanarak bir futbolcunun transfer skorunu ortaya koyan bir ölçek oluşturmaktır. Yöntem: Araştırma örneklemini Türkiye A Milli Futbol Takımı'nın 2014 Dünya Kupası Elemelerinde yapmış olduğu 6 müsabaka oluşturmuştur. 6 müsabaka e-analiz soccer programı ile analiz edilmiş, analiz sonucundaki pas aksiyonları Excel dosyasına aktarılmış, elde edilen Excel pas dosyaları açık kaynak kodlu Gephi programına işlenerek müsabakaların ağları ve bu ağların ölçüleri elde edilmiştir. Her müsabaka için 11 ağ ölçüsü ile gol ve asist kullanılmıştır. Araştırmada 11 ağ ölçüsü arasındaki korelasyonlar dikkate alınarak faktör analizi uygulanmış ve faktör yükleri katsayı değerleri elde edilmiştir. Bulgular: Transfer skoru belirlemek için Merkezilik ölçütü olarak: Degree, Weighted-Degree ve Betweenness-Centrality değişkenleri ile diğer yanda ise aykırılık ölçütü olarak: Eccentricity olmak üzere 4 değişken belirlenmiştir. Araştırmada faktör analizi uygulanmıştır. Faktör analizi sonucunda üç değişken tek bir bileşen altında toplanmıştır. Varyans açıklama değeri %90,611 olarak bulunmuştur, İç tutarlılık ölçütü 0,66'dır. Üç değişken toplanarak bir Merkezilik bileşeni elde edilmiştir. Merkezilik bileşenini oluşturan üç ağ ölçü değeri faktör yükleri kareleri alınarak değişken katsayısı oluşturulmuştur. Faktör analizi sonucunda Merkezilik bileşenini oluşturan üç ağ ölçülerinin faktör yüklerinin karelerini ve Eccentricity ağ ölçüsünü kullanarak transfer skor değeri hesaplanmıştır. Sonuç: Oluşturulan ölçek ile bir futbolcunun transfer değerinin belirlenmesinin yanı sıra futbolcunun performansındaki zaman içindeki değişimler de izlenebilecektir.

SCALE DEVELOPMENT WITH NETWORK SCIENCE FOR THE DETERMINATION OF TRANSFER SCORE OF FOOTBALL PLAYER

Introduction and objectives: It is a fact that decisions are made on the basis of subjective opinions rather than objective data at the time of making transfer decisions in football. The aim of this study is to develop a scale that demonstrates the transfer score of a football player, taking advantage of metrics generated through network science. Method: The study sample consists of 6 matches of Turkish National Football Team in the 2014 World Cup Qualifiers. 6 matches were analyzed with e-analysis soccer program, the pass actions obtained from the analysis were transferred into Excel files. The Excel pass files were processed with the open-source program Gephi to obtain the network of the matches and the measurements of networks. For each match, goals and assists with 11 network metrics were used. In this study, by taking into consideration the correlations between 11 network metrics, factor analysis was performed,and factor loadings were obtained. Results: To determine the transfer score, as a measure of centralization: degree, Weighted-Degree and betweenness-centralness, and as a measure of contravention: eccentricity, 4 variables were defined. Factor analysis was applied in the research. As a result of factor analysis, three variables were combined into a single component. The variance explanation value was found to be 90,611%, the internal consistency criterion was 0,66. By combining three variables a centrality component was obtained. By taking the squares of factor loadings of the three network measurement values forming the centrality component variable coefficient was established. As a result of factor analysis, the transfer score value was calculated using the squares of factor loadings and the Eccentricity network scale of the three network measurements that constitute the centrality component. Conclusion: The scale we developed will be able to determine the transfer value of a player, as well as the changes in the player's performance over time.

SB289

BASKETBOLDA EV SAHİBİ AVANTAJININ İNCELENMESİ

[2]Tugbay İnan, [1]Özge Güngörür, [3]Beyza Çetin

[1]Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İZMİR
[2]Dokuz Eylül Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi,İZMİR
[3]Dokuz Eylül Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, İZMİR

Email : *tugbayinan@gmail.com, ozgegungorur.izmir@gmail.com, cetinbeyza8@gmail.com*

Spor kavramı sosyal, kültürel, siyasal, yarışmacı, eğlenceli ve psikolojik yönlerinin yanı sıra büyük ekonomik değerlere de sahiptir. Spor kavramına duyulan ilginin artması ve para akışı, bu kavramı bir endüstri dalı haline dönüştürmüştür. Spora karşı duyulan ilgi spor yönetimi, spor ekonomisi, spor pazarlaması ve spor psikolojisi gibi spor bilimleri alanında yapılan pek çok akademik çalışmayı da beraberinde getirmiştir. Son dönemlerde basketbola duyulan ilginin artması ve yapılan yatırımlar ile basketbol branşına ait pek çok akademik çalışmanın da artmasına neden olmuştur. Özellikle basketbolda istatistik çalışmalar ön plana çıkmaya başlamıştır. İstatiksel analizler; oyunculara, takımlara, liglere ait veriler, oyuncuların performansları, antrenman planlanmaları, hatta kariyer planları ile takımların ve yöneticilerin gelecek planlarına ait doğrudan ve dolaylı pek çok bilgiyi içinde barındırmaktadır. Bu bilgiler ise çeşitli konularda spor bilimlerine farklı öngörüler sunmaktadır. Bu araştırmada ise Türkiye Tahincioğlu Basketbol Liginde ev sahibi avantajının olup olmadığı bilgisi, veriler ile istatistiksel olarak yorumlanmayı amaçlamıştır. Araştırma sonucunda ev sahibi avantajının, bir basketbol maçında takımda ve kulüpte yer alan bireylere nasıl etki ettiğinin başarı, ekonomik, psikolojik ve yönetim kavramlarında destek olarak öngörülerde bulunması hedeflenmiştir. Yöntem: Çalışmada Türkiye Tahincioğlu Basketbol Ligi ele alınmıştır. Çalışmada 2003-2018 sezonları arasında takımların iç saha 3486 ve dış sahada 3486 olmak üzere yaptıkları toplam 6972 maç analize tabi tutulmuştur. Analizlerde takımların sezonlardaki iç ve dış saha başarıları arasında ilişkinin anlamlı olup olmadığını tespit etmek amacı ile T testi uygulanmıştır. Yapılan analizlerde SPSS 24.0 paket programı kullanılmıştır. Bulgular: Çalışmada iç saha ve dış saha başarısı arasında anlamlı fark olduğu saptanmıştır.(($p<0.01$).) Sonuç: Araştırma verilerinden elde edilen sonuçlara göre 15 sezon boyunca takımların ev sahibi oynadığı maçlarda başarılı olduğu görülmektedir. Bu yüzden ev sahibi avantajının varlığından bahsetmek mümkündür. Araştırman güvenilirliğini arttırmak için takımların ev sahibi olarak kazandığı maçlarda, takımların değerleri, oyuncuların profilleri, oyuncuların psikolojileri, hücum stilleri gibi değişkenlerin de incelenmesi gerektiği düşünülmektedir.

EXAMINING THE HOME FIELD ADVANTAGE IN BASKETBALL

The sport concept has social, cultural, political, competitive, fun and psychological aspects as well as great economic values.The growing interest in the concept of sports and the cash flow has transformed this concept into an industry. Interest in sports has brought with it numerous academic studies in the field of sport sciences such as sport management, sports economy, sports marketing and sports psychology. Recently, the growing interest in basketball and the investments have led to the increase in wide range of academic studies on the basketball as a sports branch. Especially, statistical studies on basketball have begun to stand out. Statistical analysis contains huge information such as the players' performances, training plans, even career plans, as well as direct and indirect knowledge of the future plans of teams and managers. This information provides different predictions to the sport sciences on various topics. Tahincioğlu Turkish Basketball League was aimed to be interpreted with statistical data in terms of the presence of home field advantage in this research. As a result of the research, it was aimed that the home field advantage could be evaluated in basketball game as a support to the individuals in the team and the club by supporting the concepts of success, economic, psychological and management. Method: Tahincioğlu Turkish Basketball League was examined and handled in this study. During the 2003-2018 season, a total of 6972 matches of the teams were analyzed, including 3486 home and 3486 outside matches. In the analyzes, T-test was applied with the aim of determining whether the relationship between teams' being home team or visiting team successes in the seasons was significant. SPSS 24.0 package program was used in the analyzes. Results: There was a significant difference between being home team and visiting team in terms of success in the study.

Conclusion: According to the

SB306

ÖZEL SPOR MERKEZLERİNE DEVAM EDEN BİREYLERİN SPOR EKONOMİSİNE KATKISI (ANKARA İLİ ÖRNEĞİ)

[1]Onur Yıldırım, [1]Hakan Sunay

[1]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

Email : *hsunay@gmail.com, hsunay@ankara.edu.tr*

GİRİŞ VE AMAÇ Dünyada spor yatırımları ve hizmetlerinin yürütülmesi ağırlıklı olarak özel ve tüzel kuruluşlara ve gönüllülere bırakılmış durumdadır. Türkiye'de spor merkezlerinin sayısında ve özellikle Ankara'da, son on yılda hızlı bir artış olduğu gözlenmektedir. Bu çalışmanın amacı, Ankara ili örneğinde özel spor merkezlerinin spor ekonomisine katkısını incelemektir. YÖNTEM Araştırmanın evrenini Ankara ilinde üyesi 500'ün üzerinde olan 17 özel spor merkezi oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemine ise, Ankara'da farklı bölgelerdeki dört özel spor merkezine üye kişilerden basit seçkisiz örnekleme yöntemi ile seçilen toplam 572 üye alınmıştır. Üyelerin sosyo-demografik niteliklerine ilişkin veriler ve üyelerin spora yaptıkları yıllık harcamalar Kişisel Bilgi Formu ile toplanmıştır. Verilerin analizi, özel spor merkezlerine üye bireylerin yıllık üyelik aidatları, ulaşım giderleri, yeme-içme giderleri, spor giysisi ve spor malzemesine yaptıkları beş kalem gider toplanarak her üyenin spora yaptığı yıllık toplam harcama TL olarak hesaplanmıştır. Üyelerin spora yaptıkları yıllık harcama verilerinin homojenliği Levene Testi ile incelenmiştir. Verilerin homojen çıkması üzerine bağımsız değişkenlerin (cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, gelir düzeyi, mesleki durum, medeni durum, ailedeki birey sayısı, spor yaptığı zaman, yaptığı spor türü) özel spor merkezlerine üye bireylerin spora yaptıkları yıllık harcamaları etkileyip etkilemediğini test etmek amacıyla Çok Yönlü Varyans Analizi uygulanmıştır. BULGULAR Özel spor merkezlerine üye "üniversite, yüksek okul" mezunları "lise ve dengi" okul mezunlarına; "yüksek" gelir düzeyine sahip üyeler, "düşük" gelir düzeyine sahip üyelere kıyasla yıllık olarak spor ekonomisine daha fazla katkı yapmaktadırlar. "Yüzme" sporu yapanlar, "her gün" veya "haftada 4-5 gün spor" yapan üyeler, spor ekonomisine daha fazla katkı yapmaktadırlar. Özel spor merkezlerine üye bireylerin yaptıkları "spor türü sayısı" arttıkça spor ekonomisine yaptıkları yıllık katkı artmaktadır. SONUÇ Özel spor merkezlerine üye bireylerin spor ekonomisine yaptıkları yıllık ortalama katkı yaklaşık 3057 TL kadardır. Özel spor merkezlerine üye bireylerin spor ekonomisine yaptıkları yıllık katkı, cinsiyete, yaş gruplarına, mesleklerine, medeni durumlarına, spor yapma zamanına göre değişmemektedir. ANAHTAR SÖZCÜKLER: Spor, özel spor merkezleri, spor ekonomisi.

CONTRIBUTION OF THE ONGOING INDIVIDUALS TO PRIVATE SPORT CENTERS TO THE SPORT ECONOMY(EXAMPLE OF ANKARA PROVINCE)

INTRODUCTION AND PURPOSE The implementation of sports investments and services in the world is predominantly left to private and legal entities and volunteers. The number of sports centers in Turkey, especially in Ankara, it is observed that there is a rapid increase in the last decade. The purpose of this study is to examine the contribution of private sports centers in the Ankara province to the sports economy. METHOD The population of this research includes 17 private sport centers in Ankara which have members above 500. In the sample of the research, 572 members selected from simple sports with different sampling methods were selected from the members of four special sports centers in different regions in Ankara. Information about the socio-demographic qualities of the members and annual expenses the members made for sport are collected with Personal Data Form. For data analysis, the annual fees of the members, transportation costs, food costs, expenses for sport clothes and sport material were collected and annual total expenditures of each member for sport are calculated in TL. The independent variables Multivariate Analysis of Variance was applied to test whether the annual expenditures were influential. FINDINGS Obtained from the research, of the people who are members of private sport centers, those who are graduated from "university" contribute more to the sport economy annually than those who are graduated from "high schools" and those who have "high" income level contribute more than those who have "low" income level. Also, who do sports "everyday" contribute more to the sport economy. RESULT The mean annual contribution of the individuals who are members of private sport centers to sport economy is 3057 TL on mean. The annual contribution of the individuals who are members of private sport centers do not change depending on their sex, age groups, occupations, marital status.

SB331

KADIN FUTBOLUNDA KAYIRMACILIK VE AYRIMCILIĞIN İKİ YÖNÜ: CİNSEL KAYIRMACILIK VE TRANSFOBİ

[1]İrem Kavasoğlu,

[1]Çukurova Üniversitesi, BESYO
[2]Çukurova Üniversitesi, BESYO, Adana

Email : *kavasogluirem@gmail.com,*

Giriş ve Amaç: Futbol; sporun kalbinin attığı önemli branşlardan biri olması nedeniyle, üzerinde incelemeler yapılmasını hak eden kıymetli bir çalışma alanıdır. Bu fenomenoloji çalışmasının amacı, kadın futbolunda hakem kayırmacılığının, hangi türlerde dolaşıma sokulduğunu analiz etmektir. Hakem hatalarının günlerce medyada tartışıldığı erkek futbolunun aksine, medyada görünürlüğü neredeyse olmayan kadın futbolunda kayırmacılık temelli ilişkilerin doğası merak uyandırmaktadır. Yöntem: Nitel araştırma yönteminden faydalanılan bu araştırmada, ölçüt örneklem yöntemlerine göre seçilen 8 kadın futbolcu çalışma grubunu oluşturmuştur. Derinlemesine bireysel görüşmeler yoluyla toplanan veriler, içerik analizi yöntemiyle analiz edilmiştir. Bulgular: Araştırmanın bulguları, kadın futbolunda hakem kayırmacılığının; kronizm, hemşehri kayırmacılığı ve cinsel kayırmacılık gibi türlerle dolaşıma girdiğini göstermektedir. Hakemler; sarı ve kırmızı kart gösterme, faul, penaltı, tac, ofsayt, uzatma süresi gibi boyutlarda kayırmacılık temelli kararlar verebilmektedir. Bunun yanı sıra araştırmanın toplumsal cinsiyet temelli en önemli bulgusu ise, hakemlerin sahada uzun saçlı, bakımlı ve güzel olarak nitelendirilen kadın futbolcular ve takımları lehine kayırmacılık temelli kararlar verebilmesidir. Bununla birlikte bu kayırmacılık türü, sahadaki kısa saçlı ve maskülen görünümlü kadın futbolcuların ayrımcılığa uğramasına (transfobi) yol açmaktadır. Sonuç: Sonuç olarak bulgular, kadın futbolunda hakemlerin kayırmacılık temelli kararlarının erkek futbolunda yaşanan kayırmacılık türlerinden önemli bir boyutla (cinsel kayırmacılık) ayrıldığını ve toplumsal cinsiyet temelli ayrımcılık yaşandığını göstermektedir. Anahtar Kelimeler: Cinsel Kayırmacılık, Transfobi, Kadın Futbolu, Hakem Kayırmacılığı.

TWO ASPECTS OF FAVORITISM AND DISCRIMINATION IN WOMEN'S FOOTBALL: SEXUAL FAVORITISM AND TRANSPHOBIA

Introduction and Aim: Because of the fact that football is one of the important branches of sports, it is a valuable field that deserves to be examined. The aim of this phenomenology study is to analyze what type of referee favoritism occur in women's football. Unlike men'sfootball, where referee mistakes are being discussed for days in the media, women's football which is virtually invisible in the media raises the curiosity of favoritism-based relationships in women's football. Methods: In this research using qualitative research method, 8 female football players selected according to criterion sampling methods were formed. Data collected through in-depth individual interviews were analyzed using content analysis method. Findings: The findings of the research show that there are types of referee favoritism in women's football such as cronyism, citizenship and sexual favoritism. The referees may show favoritism in many decisions in the competition such as foul, throw in, offside, yellow and red cards, extra time and penalty decisions. Besides, the most important gender- based finding of the research is that the referees can make decisions based on favoritism in favor of women footballers on the field who are described as long haired, well-groomed and beautiful. Therefore, this kind of favoritism leads a discrimination to short-haired and masculine-looking women footballers (transphobia) on the field. Conclusions: As a result, findings show that favoritism in women's fottball based on decisions of the referees are significantly (sexual favoritism) different than the types of favoritism shown in men's fotball and gender based discrimination is experienced. Key Words: Cronyism, Citizenship, Sexual Favoritism, Transphobia, Women's Football.

SB342

CUMHURBAŞKANLIĞI HÜKÜMET SİSTEMİNDE SPORUN YENİDEN YAPILANMASI

[1]Uğur Özer, [2]Tekin Çolakoğlu

[1]Hitit Üniversitesi, ÇORUM
[2]Gazi Üniversitesi, ANKARA

Email : *ugurozer84@hotmail.com, tcolakoglu@gmail.com*

Giriş ve Amaç

Cumhurbaşkanlığı hükümet sistemine geçilmesiyle birlikte, spor hizmet ve faaliyetlerini düzenleyen kurum ve kuruluşlarla ilgili mevzuatta köklü değişiklikler meydana gelmiştir. Buradan hareketle bu araştırmanın amacı; spor hizmet ve faaliyetleriyle ilgili yapılan düzenlemeleri inceleyerek yeni sistemi analiz etmektir.

Yöntem

Değerlendirme çalışması niteliğindeki bu araştırmada ilgili mevzuat ve literatürden elde edilen bilgiler incelenerek spor sistemindeki yeni düzenlemeler analiz edilmiştir.

Bulgular

Spor hizmet ve faaliyetleriyle ilgili yeni mevzuat incelendiğinde, en önemli değişikliklerden birisi 3289 sayılı "Spor Genel Müdürlüğünün Teşkilat ve Görevleri Hakkında Kanun"un isminin ve niteliğinin değiştirilerek "Gençlik ve Spor Hizmetleri Kanunu" adıyla Gençlik Hizmetleri ve Spor İl ve İlçe Müdürlüklerinin görev ve yetkilerini düzenlemesi olarak karşımıza çıkmaktadır. Bir diğer önemli düzenleme 638 sayılı "Gençlik ve Spor Bakanlığının Teşkilat ve Görevleri Hakkında Kanun Hükmünde Kararname"nin yürürlükten kaldırılarak Gençlik ve Spor Bakanlığı'nın görev ve yetkilerinin, 1 Sayılı Cumhurbaşkanlığı Kararnamesi ile düzenlenmesidir. Kararnameye bakıldığında en dikkat çekici düzenlemenin Gençlik ve Spor Bakanlığı'nın teşkilat yapısında olduğunu söyleyebiliriz. Önceki düzenlemeye göre sadece merkez teşkilatından oluşan Bakanlık teşkilatı yeni sistemde merkez, taşra ve yurtdışı teşkilatı olarak yapılanmıştır. Kararname'ye göre önceden Gençlik ve Spor Bakanlığı'na bağlı kuruluşlardan olan Spor Genel Müdürlüğü'nün Bakanlığın ana hizmet birimlerine dâhil edilerek Spor Hizmetleri Genel Müdürlüğü adıyla ülkemizde spor hizmet ve faaliyetlerini düzenleme yetkisine sahip olacağı anlaşılmaktadır.

Sonuç

Mevcut düzenlemeyle spor alanında uygulanacak temel politikaların Spor Hizmetleri Genel Müdürlüğü tarafından planlanacağı ve uygulanacağı görülmektedir. Ekonomik, politik, sosyal ve kültürel boyutlarıyla çok yönlü etkileri olan sporun, devlet tarafından idare edilmesi veya idare edilmek istenmesi, spor konusuna ne kadar önem verildiğini ortaya koymaktadır. Ancak gelişmiş ülkelerde gönüllü kuruluşlar tarafından yönetilen sporun, ülkemizde de bağımsız bir yapılanma içerisinde olması gerekirken, son düzenlemelerle devlet örgütü içerisine daha da yakınlaştırıldığı görülebilmektedir. Sonuç olarak sporla ilgili daha bağımsız bir sistem oluşturularak, başarıyı teşvik ve destek yönüyle olduğu kadar, eğitim, kültür ve sağlık aracı olarak da spordan faydalanılması gerektiği kaçınılmaz bir gerçek olarak ortaya çıkmaktadır.

RESTRUCTURING OF SPORTS IN THE PRESIDENTIAL GOVERNMENT SYSTEM

Introduction and Aim

There have been radical changes in the legislation that regulates the sports services and activities of the institutions and establishments. Therefore, the aim of this study is to examine these new regulations of the presidential government system concerning the sport services and activities.

Method

The new regulations concerning the sport system were evaluated by examining the information obtained from both the related legislation and the literature.

Results

One of the important regulations of the new legislation is the change of the name and the qualification of the Law no. 3289 which has been renamed as the "Youth and Sports Services and made to function as "Regulation of youth Services and Sports Provincial and District Directorates". In the new system, the duties and authorities of the Ministry of Youth and Sports are regulated by the Presidential Decree No.1 which includes the General Directorate of Sports in the main service units of the Ministry and allows the General Directorate of Sports Services to have the authority to regulate sport services and activities in Turkey.

Conclusions

It seems that the current policies will be implemented by the General Directorate of Sports Services.The economical, social, political and cultural aspects of sport have multidimensional impacts on society. Therefore, the state governed sport is an indication of its importance to the state. In developed countries, sport is controlled by voluntary organizations. In our country, although the sport is supposed to have an independent structure as in the developed countries, with the new regulations, it has become closer to the state organization. As a result, within a more independent structure, regulations concerning sport should be used to support education, cultural activities, health and wellbeing of the society.

SB361

SPOR EĞİTİMİ VEREN YÜKSEKÖĞRETİM KURUMLARINDAKİ AKADEMİSYENLERİN YAŞAM BECERİLERİNİN ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ

[1]Gazi Üniversitesi, Ankara

Email :

Giriş ve Amaç: Yaşam becerileri, bireylerin var oluşlarını iyi şekilde devam ettirebilmeleri için ihtiyaç duydukları temel yeterliliklerdir. Çalışanların yaşam becerilerini gerçekleştirebilmeleri çalışan performansı açısından önemli bir unsurdur. Demografik değişkenler ile yaşam becerilerini gerçekleştirebilme arasındaki ilişki özellikle hizmet içi eğitimi faaliyetlerinin içeriklerinin düzenlenmesinde göz önünde bulundurulması gereken bir durumdur. Bu nedenle bu araştırmanın amacı çalışanların yaşam becerilerini gerçekleştirmelerinde çeşitli değişkenlerin etkisinin tespit edilmesidir.

Yöntem: Bu çalışma tarama modelinin kullanıldığı betimsel bir çalışmadır. Çalışmada, yaşam becerileri ile bazı demografik değişkenler arasındaki ilişkiler betimlenmeye çalışılmıştır. Evren, spor eğitimi veren yükseköğretim kurumlarındaki toplam 1758 akademisyendir. Örneklem ise, 79'u kadın ve 225'i erkek olmak üzere toplam 304 akademisyenden oluşturmaktadır. Ölçme aracı, Bolat ve Balaman (2017) tarafından geliştirilen ve Cronbach alfa katsayısı toplamda 0,953 olan Yaşam Becerileri Ölçeğidir. Çalışmada verilerin durumuna göre t testi, Mann Whitney U testi, varyans analizi (ANOVA) ve Kruskal Wallis H testi kullanılmıştır.

Bulgular: Akademisyenlerin medeni durum, eğitim durumu ve ilgili oldukları spor dalı değişkenleri açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar göstermediği görülmüştür ($p>0,05$). Fakat akademisyenlerin yaşam becerilerin yaşlarına, cinsiyetlerine, akademik unvanlarına, yönetim tecrübesine sahip olma, görev yapılan bölüm, sahip olunan motivasyon seviyesi ve toplam hizmet süresi değişkenleri açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar gösterdiği tespit edilmiştir ($p<0,05$).

Sonuç: Akademisyenlerin yaşları arttıkça yaşam becerilerini gerçekleştirme düzeyinin de arttığı tespit edilmiştir. Ayrıca erkeklerin stres ve duygular ile başa çıkma becerisinin kadınlara göre daha iyi düzeyde olduğu görülmüştür. Bununla birlikte profesörlerin araştırma görevlisi, uzman ve okutmanlara göre karar verme ve problem çözme konusunda daha iyi oldukları da gözlemlenmiştir. Yönetim tecrübesi olanların ise stres ve duygular ile başa çıkma, iletişim ve kişiler arası ilişki, karar verme ve problem çözme becerilerinde diğerlerine göre daha iyi düzeyde oldukları görülmüştür. Antrenörlük bölümündeki akademisyenlerin de karar verme ve problem çözmede öğretmenlik ve rekreasyon bölümündekilerden daha yüksek puanlara sahip oldukları tespit edilmiştir. Ayrıca, mesleki motivasyon artıkça akademisyenlerin yaşam becerilerinin de arttığı belirlenmiştir.

EXAMINATION OF THE LIFE SKILLS OF ACADEMICIAN IN HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS GIVING SPORTS EDUCATION IN TERMS OF VARIABLE VARIABLES

Introduction and Aim: Life skills are the basic competencies that individuals need in order to keep their existence in good shape. It is an important factor in employee performance that life skills can be performed by employees. The relationship between variables and the realization of life skills of employees is a condition that must be taken into account in the regulation of the contents of in-service education activities in particular. For this reason, the aim of this research is to determine the effect of various variables in realizing the life skills of employees.

Method: Descriptive survey model was used in this study. In the study, the relationships between life skills and some demographic variables were tried to be described. The universe is a total of 1758 academicians in the higher education institutions that provide sports education. The sample consists of 304 academicians, 79 of whom are women and 225 are men. The measuring instrument is

the Life Skills Scale developed by Bolat and Balaman (2017) with a Cronbach alpha coefficient of 0.953 in total. According to the state of the data, the t test, Mann Whitney U test, variance analysis (ANOVA) and Kruskal Wallis H test were used in the study.

Findings: It was seen that academicians did not show any statistically significant differences in terms of marital status, educational status, and the sports branch they were related to. However, it was determined that the academicians showed statistically significant differences in terms of age, gender, academic titles, management experience, department of work, level of motivation and total service durations ($p<0,05$).

Conclusion: It has been determined that as ages of academicians increase, their level of achieving life skills increase. It is also seen that men have a better level of ability to deal with stress and emotions than women. However, it has also been observed

SB365

TÜRKİYE İLE İTALYA, FRANSA VE İSPANYA 'DA TÜRK SPOR SİSTEMLERİNİN SPOR KULÜBÜ YAPILANMASI DÜZEYİNDE KARŞILAŞTIRILMASI

[1]Hakan Sunay, [1]Bayram Kaya

[1]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

Email : *hsunay@ankara.edu.tr, bayramkaya400@gmail.com*

GİRİŞ VE AMAÇ Spor kulüpleri sporcunun yeteneğinin keşfedildiği, spor branşının teknik ve taktiğinin öğretildiği ve bulunduğu yer ve bölgeye spor hizmeti götüren kurumlardır. Bu nedenle, spor kulüplerinin etkinliği, yapı ve işleyişi ülke sporunun gelişiminde önemli bir faktör olmaktadır. Araştırmanın amacı, Türkiye'deki spor kulüplerin yapısı ve işleyişi ile İtalya, Fransa ve İspanyadaki spor kulüplerinin yapısı ve işleyişi ile ilgili benzer ve farklı yönlerini inceleyerek karşılaştırmaktır. YÖNTEM Türkiye, İtalya, Fransa ve İspanyadaki spor kulüplerinin yapısı ve işleyişlerinin benzer ve farklı yönlerinin karşılaştırılmasına yönelik tarama modelinde betimsel bir çalışmadır. Araştırmada iki ayrı yöntem kullanılmıştır. Birinci yöntem belgesel tarama modelidir. Belgesel Tarama modeli geçmişte veya halen var olan bir durumu olduğu gibi betimlemektir. Karşılaştırmalarda ikinci yöntem ise aynı döneme ait unsurlar ayrı ayrı ve birlikte incelenerek karşılaştırılan yatay yaklaşım modelidir. Veriler, basılı kaynaklara ve web sayfalarının incelenmesine dayanmaktadır. Ülkelerin spor kulüplerinin yapı ve işleyişine ilişkin genel özellikler ve sayısal bilgiler, basılı kaynaklardan ve web sayfalarından elde edilmiştir. BULGULAR Veriler incelendiğinde dört ülkede de spor kulüpleri farklı yasal mevzuatlarla desteklenmektedir. İtalya'da spor kulüpleri, amatör ve profesyonel spor kulüpleri olarak yasal Tanımları yapılmakta ve düzenlenmektedir. Türkiye'de ise spor kulüpleri, dernekler kanunu kar amacı gütmeyen dernekler ve şirketler olarak tanımlanmakta ve spor kulüpleri yönetmeliği ile düzenlenmektedir. Fransa'da bölgesel yöneticiler, ligleri ve kulüpleriyle spor federasyonları, profesyonel örgütler gibi çeşitli otoritelere ve çalışanlara bağlıdır. İspanyada ilgili spor dalında faaliyet gösteren kulüp, kuruluş ve sporcuları kendi bünyesinde toplayan tüzel kişiliği olan özel kuruluşlardır. Kar amacı olmayan bu kuruluşlar olimpiyat dönemine hazırlıklarında İspanyol sporculara mali kaynak sağlar. SONUÇ Sonuç olarak, spor yatırımları ve spor hizmetlerinin yürütülmesi ağırlıklı olarak yerel yönetimleri bırakılmıştır. Türkiye'nin kulüpleşme oranı ile sporcu sayılarının İtalya, Fransa ve İspanya gibi bazı Avrupa ülkelerinin gerisinde kaldığı görülmektedir. Türkiye'de Avrupa ülkelerinde olduğu gibi kulüplerin yapılanması dernekler yasasına göre yapılmaktadır. ANAHTAR KELİMELER: Spor kulüpleri, Karşılaştırmalı spor sistemleri, Amatör ve profesyonel Spor Kulüpleri,

COMPARISON OF TURKISH, SPORT AND TURKISH SPORTS SYSTEMS IN TURKEY FRANCE SPAIN AND THE SPORT CLUB STRUCTURE COMPARISON

INTRODUCTION AND PURPOSE Sports clubs are the institutions where the athlete's ability is discovered, the techniques and techniques of the sport branch are taught, and the places and the area where the sports service is provided. The purpose of the research, the structure of sports clubs in Turkey and functioning of Italy, France and the sports clubs in Spain, the structure and operation of comparing similar and different aspects related to sports clubs functioning and structure is to examples of successful nations sports club. METHOD This research, Turkey, Italy, France and is a descriptive survey model for comparing qualitatively similar and different aspects of the structure and functioning of sports clubs in Spain. Two different methods were used in the research. The first method is the screening model. The second method is the horizontal approach model used in comparative studies. FINDINGS When examining the data, sports clubs in four countries are supported by different legal regulations. In Italy, as amateur and professional sports definitions are made and arranged. The sports club in Turkey, associations law of profit is defined as non-profit associations and sports clubs and companies are regulated by the regulations. In France, regional administrators, leagues and clubs and sport federations depend on various authorities. The clubs, organizations and sportsmen in Spain are private entities that collect legal entities. These organizations provide financial resources for Spanish sportsmen. RESULT As a result, the management of sports investments and services is mostly left to local administrations. The number of athletes with Turkey's rate of convergence clubs in Italy, France and Spain are seen as lagging behind that of some European countries. Structuring of the club in European countries as well as in Turkey is based on the law of associations. KEY WORDS: Sports Clubs, Comparative sports systems, Amateur and Professional Sports Clubs

SB380

SPOR BİLİMLERİ ALANINDA ÇALIŞAN ÖĞRETİM ELEMANLARININ ÖRGÜTSEL ÖZDEŞLEŞME DÜZEYLERİNİN ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ

***[1]Aydıner Birsin Yıldız*, [1]Baki Yılmaz**

[1]Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Ankara

Email : *abyildiz@ybu.edu.tr, bakiyilmaz14@hotmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu araştırmanın amacı, spor bilimleri alanındaki öğretim elemanlarının örgütsel özdeşleşme düzeylerini incelemek ve aralarında cinsiyet, yaş, medeni durum, unvan, görev yapmış olduğu bölüm ve akademisyen olarak çalışma süresine göre fark olup olmadığını belirlemektir.

Yöntem: Çalışmaya 32 kadın, 88 erkek; toplam 120 spor bilimleri alanında görev yapmakta olan öğretim elemanı (20 Araştırma Görevlisi, 23 Öğretim Görevlisi, 34 Dr. Öğretim Üyesi, 32 Doçent, 11 Profesör) gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada sosyo-demografik değişkenler ile ilgili bilgiler, araştırmacı tarafından oluşturulan Kişisel Bilgi Formu ile toplanmıştır. Araştırmanın amacına ulaşmak için; Eker (2015) tarafından geliştirilen "Öğretim Elemanı Örgütsel Özdeşleşme Ölçeği" kullanılmıştır. Öğretim Elemanı Örgütsel Özdeşleşme Ölçeği Eker (2015) tarafından Mael ve Ashforth (1992)'un ölçeğine yeni ifadeler eklenerek geliştirilmiştir.

Elde edilen verilerin analizinde betimsel istatistik yöntemleri ve ikili grupların karşılaştırılmasında Mann Whitney U testi kullanılmıştır. İkiden fazla grupların karşılaştırılması Kruskall Wallis H testi ile yapılmıştır. İstatistikler SPSS 22 paket programıyla yapılmış ve yapılan tüm değerlendirmelerde istatistiksel anlamlılık düzeyi $p<0.05$ olarak kabul edilmiştir.

Bulgular: Cinsiyet, görev süresi ve görev yapılan bölüm açısından öğretim elemanlarının örgütsel özdeşleşme düzeylerinin farklılaşmadığı saptanmıştır. Öte yandan, medeni durum değişkeni açısından örgütün algılanan dış prestiji; yaş ve unvan değişkenleri açısından ise bilişsel – davranışsal – duygusal örgütsel özdeşleşme altboyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmıştır.

Sonuç: Bu araştırma sonucunda spor bilimleri alanında görev yapan öğretim elemanlarının örgütsel özdeşleşme düzeylerinin yüksek olduğu saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler: spor bilimleri, örgütsel özdeşleşme, öğretim elemanı

EXAMINATION OF ORGANIZATIONAL IDENTIFICATION LEVELS OF INSTRUCTORS WHICH ARE WORKING IN THE FIELD OF SPORT SCIENCES ACCORDING TO MULTIPLE VARIABLES

Introduction and Purpose: The purpose of the study is to examine the organizational identification of the university instructors which working in the field of sport sciences and to determine the extent to which they differ in terms of gender, age, marital status, title, department, and academic period.

Method: 120 university instructors which working in the field of sport sciences (71 women, 244 men) participated in this study voluntarily (20 Research Assistants, 23 Lecturer, 34 Assistant Professor, 32 Associate Professors, 11 Professors). In this research, information about socio-demographic variables was collected by the Personal Information Chart which was created by the researcher. To reach the purpose of the research; "Instructor Organizational Identification Scale" developed by Eker (2015) was used. Instructor Organizational Identification Scale was developed by Eker (2015) by adding new expressions to the scale of Mael and Ashforth (1992).

Descriptive statiscal methods were used to analyse the obtained datas and in analysis of the data about the comparison of two groups Mann Whitney-U test is used. Comparison of the groups which consists of more than two groups are conducted by Kruskall Wallis H Test. Statistics are generated by SPSS Pack 22 and $p<0.05$ is used as the significancy level.

Findings: No difference was determined in organizational identification levels of instructor's with regard to their gender, academic period and the departments they are studying at. On the other hand, external prestige perceived in terms of marital status change; age and title variables, there was a statistically significant difference in cognitive - behavioral - emotional organizational identification sub - dimension.

Results: As a result of this research, it was determined that the level of organizational identification of the university instructors working in the field of sports sciences is high.

Key Words: organizational identification, university instructors, sport sciences

SB403

ÖRGÜTSEL ERDEMLİLİK ALGISININ ÇALIŞANLARIN DEMOGRAFİK ÖZELLİKLERİ AÇISINDAN İNCELENMESİ

[1]Gazi Üniversitesi, Ankara

Email :

Giriş ve Amaç: Örgütsel erdemlilik, çalışan bireylerin çalışma dışı hayatlarındaki erdemliliklerinden ziyade, örgüt içindeki davranış kalıplarının ifade eder ve örgüt kültürünün bir parçasıdır. Çalışanların örgüt içerisinde birbirine karşı erdemli davranışlar göstermesi, çalışların başarılarına olumlu etkiler yapmaktadır. Bu yüzden örgütsel başarıyı artırmanın yollarından birisi de örgütsel erdemliliği geliştirmekle ilgilidir. Çalışanların demografik özellikleri ile örgütsel erdemlilik algısı arasındaki ilişkinin özellikle örgütsel erdemliliği geliştirmeye yönelik faaliyetlerin içeriklerinin belirlenmesinde önem arz ettiği düşünülmekledir. Bu nedenle bu araştırmanın amacı demografik değişkenler açısından çalışanların örgütsel erdemlilik algısının incelenmesidir.

Yöntem: Bu çalışma tarama modelinin kullanıldığı betimsel bir çalışmadır. Çalışmada, akademisyenlerin örgütsel erdemlilik algıları ile bazı demografik değişkenler arasındaki ilişkiler betimlenmeye çalışılmıştır. Evren, spor eğitimi veren yükseköğretim kurumlarındaki toplam 1758 akademisyendir. Örneklem ise, 79'u kadın ve 225'i erkek olmak üzere toplam 304 akademisyenden oluşturmaktadır. Ölçme aracı, Cameron, Bright ve Caza (2004) tarafından geliştirilen ve Cronbach alfa katsayısı toplamda 0,959 olan Örgütsel Erdemlilik Ölçeğidir. Çalışmada verilerin durumuna göre t testi, Mann Whitney U testi, varyans analizi (ANOVA) ve Kruskal Wallis H testi kullanılmıştır.

Bulgular: Akademisyenlerin yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim durumu ve akademik unvan değişkenleri açısından örgütsel erdemlilik algılarının istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar göstermediği ($p>0,05$) görülmüştür. Fakat akademisyenlerin ilgili oldukları spor dalı, yönetim tecrübesi, bölüm, motivasyon seviyesi ve hizmet süresi değişkenleri açısından örgütsel erdemlilik algılarının istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar gösterdiği ($p<0,05$) tespit edilmiştir.

Sonuç: Akademisyenlerin örgütsel erdemlilik algıları yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim durumu ve akademik unvan değişkenleri açısından istatistiksel olarak benzer oldukları görülmüştür. Fakat hem iyimserlik hem de güven ve nezaket alt boyutlarında bireysel spor yapanların örgütsel erdemlilik puanlarının dövüş sporu yapanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Yönetim tecrübesi olan akademisyenlerin puanlarının da diğer akademisyenlerden daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Ayrıca, antrenörlük bölümündeki akademisyenlerin puanları diğer bölümlerdekilere göre daha yüksektir. Bununla birlikte mesleğe olan motivasyon artıkça akademisyenlerin örgütsel erdemlik puanlarının da artığı tespit edilmiştir.

ANALYSIS OF ORGANIZATIONAL VIRTUOUSNESS PERCEPTIONS IN TERMS OF DEMOGRAPHIC CHARACTERISTICS OF EMPLOYEES

Introduction and Aim: Organizational virtuousness is largely the expression of behavioral patterns within the organization, rather than the virtues of working individuals in their non-working life and is part of the organizational culture. If employees show virtuous behavior towards each other within the organization, the success of employees is positively affected. Therefore, one of the ways to improve organizational success is related to developing organizational virtuousness. The relationship between the demographic characteristics of the employees and the perception of organizational virtuousness is thought to be particularly important in determining the content of activities aimed at improving organizational virtuousness. For this reason, the aim of this research is to examine the organizational virtuousness perception of employees in terms of demographic variables.

Method: Descriptive survey model was used in this study. In the study, the relationships between the perceptions of academicians of organizational virtuousness and some demographic variables were tried to be described. The universe is a total of 1758 academicians in the higher education institutions that provide sports education. The sample consists of 304 academicians, 79 of whom are women and 225 are men. The measuring instrument is the Organizational Virtuousness Scale developed by Cameron, Bright and Caza (2004) with a Cronbach alpha coefficient of 0,959 in total. According to the state of the data, the t test, Mann Whitney U test, variance analysis (ANOVA) and Kruskal Wallis H test were used in the study.

Findings: It was seen that the perceptions of academicians of organizational virtuousness did not show any statistically significant differences in terms of age, gender, marital status, educational status, and academic titles ($p>0,05$). However, it was determined that the perceptions of academicians of organizational virtuousness showed statistically significant differences in terms of the sports branch they were related to, management experience, department of work, level of motivation and total service

SB475

GENÇLERİN GENÇLİK MERKEZLERİ FAALİYETLERİNE İLİŞKİN TUTUMLARININ İNCELENMESİ

[2]Ömer Ataç, [1]Reşat Sadık

[1]Düzce Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Düzce
[2]Marmara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

Email : *omeratac41@gmail.com, resat1974@yahoo.com*

Bu araştırmanın amacı; Gençlerin, Gençlik Merkezleri Faaliyetlerine İlişkin Tutumlarını incelemektir. Gençlerin gençlik merkezleri faaliyetlerine yönelik tutumlarını saptamak için araştırmacı tarafından geliştirilen "Gençlik Merkezleri Faaliyetlerine İlişkin Tutum Ölçeği (GMFİTÖ)" kullanılmıştır. Geliştirilen bu ölçeğin, Açımlayıcı Faktör Analizi (AFA) sonuçları neticesinde 18 maddelik, iki faktörlü bir yapıya sahip olduğu ortaya koyulmuştur. Cronbach Alfa güvenirlik katsayısı Katılım alt boyutunda .93, Gönüllülük Alt boyutunda .85 ve ölçeğin tamamında ise .93 olan ölçek, varyansın %59.48'ini açıklamaktadır. Tarama modeliyle yapılan bu araştırmada verilerin analizinde anlamlılık düzeyi .05 olarak belirlenmiştir. Ölçeğin alt boyutları "katılım" ve "gönüllülük" olarak belirlenmiştir. Verilerin toplanması aşamasında ölçek, çalışma grubu olan Kocaeli ilinde yaşayan 7 - 29 yaş arasındaki 291'i kadın (%59), 200'ü (%41) erkek olmak üzere toplam 491 gence uygulanmıştır. Verilerin analizinde, Betimleyici İstatistik, Kruskal Wallis testi ve Mann Whitney U testi kullanılmıştır. Araştırma sonucunda gençlerin ölçek genelinde gençlik merkezleri faaliyetlerine yönelik tutum puanı ortalamalarının düşük olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca yaş, cinsiyet, gençlik merkezi üyeliği, aile gelir durumu, anne – baba eğitim ve çalışma durumu ile kardeş sayısı durumlarına göre gençlik merkezi faaliyetlerine yönelik tutumlarında anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşılırken, öğrenim durumu alt problemi katılım boyutunda lise öğrencileri lehine anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmüştür.

EXAMINATION OF THE ATTITUDES OF YOUTH TOWARDS YOUTH CENTER ACTIVITIES

The main purpose of this research is to investigate the attitudes of the youngs towards the activities of the youth centers. Attitudes Scale For the Activities of Youth Centers (ASFAYC), which was developed by the researcher, was used to determine the attitudes of youngs towards the youth centers. It was put forward that this developed Scale has a factor of two facts according to the Exploratory Factor Analysis (EFA) conclusions. Cronbach Alpha reliability coefficient is 0.93 in the lower dimension of the participation, 0.85 in the lower dimension of voluntariness and 0.93 in all of the scale. It explains 59.48 percent of the varians. In this research done by the scanning model, the meaningfulness level of analyzing the data is determined as 05. The lower dimensions of the Scale is determined as participation and voluntariness. The Scale was applied to 491 youngs in total at the ages of 7-29 including 291 women 59%, 200 men 41% in the process of collecting data in Kocaeli which is the city of the studying groups. In the analysis of the data, Descriptive Statistics, Kruksal Wallis Test and Man Whitney U Test were used. It was determined that, in general of the Scale, the average point of the attitudes of the young's towards the youth centers is low at the end of the research. Also, it was seen that while it is concluded that there is not a meaningful difference their attitudes towards the activities of the youth centers relating to the genders, age, membership for the youth centers, incomes of the families, parents education and job situations, the number of siblings, it is seen that there is a meaningful difference in high school students' favour in the lower dimension of participation for the education level lower problem.

SB485

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEOKULU SON SINIF ÖĞRENCİLERİNİN İŞ İSTİHDAMI AÇISINDAN UMUTSUZLUK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ (BATMAN ÜNİVERSİTESİ ÖRNEĞİ)

[1]Ebru Tokmak, [1]Mustafa Enes Işıkgöz

[1]Batman Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, BATMAN

Email : *krslnebru@outlook.com, pdgenes@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Bireylerin yaşamlarında üniversite eğitimi önemli bir yer tutmaktadır. Çünkü gençlik döneminde geçirilen üniversite eğitimi ile gerek formel ve gerekse informel yönüyle olsun, öğrencilerin geleceğe dönük beklentileri oluşmaktadır. Bu beklentiler içerisinde meslek edinme ve iş bulma önemli bir yer tutmaktadır. Ancak toplumsal, teknolojik ve ekonomik gelişmeler zaman zaman iş istihdamına yönelik daralma ve genişlemeler yaratabilmektedir. Bu süreçte öğrencilerin yaşadıkları ruhsal problemlerden biri de iş istihdamına dönük umutsuzluktur. Bu çalışmanın amacı; Batman Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu son sınıf öğrencilerinin iş istihdamı açısından umutsuzluk düzeylerinin cinsiyet, bölüm, medeni hal ve yaş durumu değişkenlerine göre incelenmesidir. Yöntem: Araştırmanın çalışma grubunu 2017-2018 eğitim- öğretim yılı bahar döneminde Batman Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunun Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği ile Spor Yöneticiliği Bölümü son sınıfında öğrenim gören 100 gönüllü öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmanın verileri, Beck ve arkadaşları (1974) tarafından geliştirilen ve Durak (1994) tarafından geçerlik ve güvenirlik çalışması yapılarak Türkçeye çevrilen "Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ)" ile toplanmıştır. BUÖ 20 maddeden oluşan, 0-1 arasında puanlanan bir ölçektir. Alınan puanlar yüksek olduğunda bireydeki umutsuzluğun yüksek olduğu varsayılır. Bulgular: Araştırmaya katılan öğrencilerin 59'u (%59,0) erkek, 41'i (%41,0) kadındır. Öğrencilerin 63'ü (%63,0) Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü, 37'si (%37,0) Spor Yöneticiliği bölümü son sınıf öğrencisidir. Medeni durum olarak öğrencilerin 85'i (%85,0) bekâr, 15'i (%15,0) evlidir. Öğrencilerin 75'i (75,0) 18-25 yaş arası, 25'i (%25,0) 26-35 yaş aralığındadır. Araştırma bulgularına göre öğrencilerin iş istihdamı açısından hafif düzeyde (6,91±5,95) umutsuzluk yaşadıkları görülmüştür. Öğrencilerin iş istihdamına yönelik umutsuzluk düzeyleri, cinsiyet, bölüm, medeni durum ve yaş değişkenlerine göre anlamlı olarak değişmemektedir (p>0,05). Sonuç: Batman Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu son sınıf öğrencilerinin iş istihdamına yönelik umutsuzluk düzeylerinin incelendiği bu araştırmada; öğrencilerin iş istihdamı açısından hafif düzeyde umutsuzluk yaşadıkları, öğrencilerin cinsiyet, bölüm, medeni durum ve yaş değişkenlerine göre iş istihdamına yönelik umutsuzluk düzeylerinin anlamlı olarak değişmediği sonucuna ulaşılmıştır.

ANALYSIS ON HOPELESSNESS LEVELS OF SENIOR STUDENTS IN PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS SCHOOL IN TERMS OF EMPLOYMENT (BATMAN UNIVERSITY EXAMPLE)

Introduction and Purpose: The purpose of this study is to analyze the hopelessness levels of senior students studying in Batman University Physical Education and Sports School in terms of employment by the variables of sex, department, marital status and age. Method: The research group of the study is composed of 100 voluntary students studying in the senior year of the Physical Education and Sports Teaching Department of Batman University Physical Education and Sports School in 2017- 2018 academic year. Research data were collected through "Beck Hopelessness Scale (BHS)" developed by Beck and colleagues (1974) and translated into Turkish and ensured its reliability and validity by Durak (1994). BHS is a 20-item scale scored between 0-1. The high scores assume that the individual's hopelessness is high. Findings: 59 of the participants students are male (59.0%) and 41 of them (41.0%) are female. 63 of the students (63.0%) study in the Physical Education and Sports Teaching Department and 37 of them (37.0%) are in the senior year of Sports Administration department. 85 of the students (85.0%) are single and 15 of them (15.0%) are married. 75 of the students are (75.0%) in the age group of 18-25 and 25 of them (25.0%) are in 26-35 age group. The research findings indicate that students experience hopelessness mildly (6.91±5.95) in terms of employment. The hopelessness levels of students for employment don't differ significantly by the variables of sex, department, marital status and age (p>0.05). Conclusion: In this research investigating the hopelessness levels of senior students studying in Batman University Physical Education and Sports School for employment, it has been concluded that students mildly experience hopelessness for employment, the hopelessness levels of students for employment don't differ significantly by the variables of sex, department, marital status and age.

SB489

GENÇLİK KAMPLARINDA GÖREV YAPAN PROGRAM SORUMLULARININ ÖZ KENDİLİK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Fatih Harun Turhan*, [2]Uğur İnce, [3]Şakir Tüfekçi, [4]Atalay Gacar**

[1]Karabük Üniversitesi BESYO, Karabük
[2]HarranÜniversitesi BESYO, Şanlı Urfa
[3]İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Malatya
[4]Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Elaızğ

***Email :** fharunturhan@karabuk.edu.tr, ugurince@harran.edu.tr, sakir.tufekci@inonu.edu.tr, gacaratalay@gmail.com*

Özet

Bu araştırma, Gençlik ve Spor Bakanlığı Gençlik Kamplarında görev yapan program sorumlularının "Öz Kendilik" düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi amacıyla yapılmıştır.

Araştırmanın evrenini, Gençlik Kamplarında program sorumlusu olarak görev yapan 150 kişi oluştururken, örneklemini ise araştırmaya gönüllü olarak katılan 72 kişi oluşturmuştur. Veri toplama aracı olarak araştırmacı tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu ve Judge ve arkadaşları (2003) tarafından geliştirilen, Şeşen (2010) tarafından Türkçe' ye uyarlanan "Öz Kendilik Ölçeği" kullanılmıştır. 5'li likert tipi ölçeğin herhangi bir alt boyutu bulunmamaktadır. Verilerin analizinde SPSS paket programı kullanılmıştır. Verilerin normalliği için skewness ve kurtosis değerleri kontrol edilmiş, verilerin normal dağıldığı tespit edilmiştir. Normal dağılım gösteren bu veriler için, independent t test ve One-way ANOVA testi kullanılmıştır. Araştırmada anlamlılık düzeyi $p<0,05$ olarak kabul edilmiştir.

Bulgulara göre incelenen, "cinsiyet", "yaş", "eğitim", "medeni durum", "meslek" ve "kamplarda görev yapma süresi" bağımsız değişkenleri ile ölçekten alınan puan ortalamaları arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$). Ancak kamplarda görev yapma süresi (yıl) ile Öz Kendilik düzeyi arasındaki korelasyon incelendiğinde bir ilişki tespit edilmiştir (r: 0,241, p: 0,04)

Sonuç olarak, program sorumlularının kamplarda görev yapma süresi ile öz kendilik düzeyi arasında pozitif ve zayıf bir corelations ilişkisi olduğu görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Gençlik Kampları; Öz Kendilik; Liderlik

EXAMINATION OF THE CORE SELF-EVALUATIONS OF PROGRAM OFFICIALS IN YOUTH CAMPS

Abstract

This study was conducted with the aim of investigating the "Core Self-Evaluation" levels of program supervisors serving in youth camps of the Ministry of Youth and Sports.

The population of the study consists of 150 individuals, who serve as program supervisors in youth camps while the sample of the study contains 72 individuals, who voluntarily agreed to participate in the study. For the data collection tool, the personal information form, which was developed by the researchers and the "Core Self-Evaluation" scale, which was developed by Judge et al. (2003) and later adapted into Turkish by Şeşen (2010), were utilized. The 5-point Likert type scale does not have any subscale. SPSS package software was used for the data analysis. The skewness and kurtosis values were considered to check the data for normality and it was

determined that the data had a normal distribution. For the data provided a normal distribution, independent samples t-test and One-way ANOVA tests were conducted. The statistical significance level was determined as $p<0.05$.

According to the findings, no statistically significant difference existed between the independent variables of “gender”, “age”, “education level”, “marital status”, “profession” and “period served in camps” and the mean scores obtained from the scale ($p>0.05$). However, a relationship was determined in the correlation analysis conducted between the period served in camps (in years) and the Core Self-Evaluation levels (r: 0.241, p:0.04).

In conclusion, it was observed that there was a positive correlation at a low level between the program supervisors’ period served in camps and the core self-evaluation levels.

Keywords: Youth Camps, Core Self-Evaluation, Leadership

SB491

BEŞİKTAŞ JİMNASTİK KULÜBÜ BASKETBOL ALTYAPI TAKIMLARI SPORCULARININ TAKIMA BAĞLILIK DURUMLARININ BELİRLENMESİ

***[1]Ayşe Demir*, [2]Serap Çolak, [2]Betül Bayazit**

[1]İstanbul Aydın Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İSTANBUL
[2]Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi,KOCAELİ

***Email :** aysedemir@aydin.edu.tr, serap.colak@kocaeli.edu.tr, betul.bayazit@kocaeli.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Örgütsel bağlılık; işgörenin örgütsel amaçlar için özveriyle çalışması anlamına gelmektedir. Örgütsel bağlılığı takım sporları yapan sporculara uyarlayacak olursak, takımına karşı sadakat duygusu, takımın değer ve amaçlarını kabullenmesi, içselleştirmesi, takımla bütünleşmesi, özdeşleşmesi, güç birliği yapması, takım oyunculuğunu devam ettirmek için güçlü bir istek duyması gibi tanımlarla ifade edilebilir. Bu çalışmanın amacı, Beşiktaş Jimnastik Kulübü Basketbol altyapı takım sporcularının takımları hakkındaki örgütsel bağlılık durumlarının belirlenmesidir. Yöntem: Araştırmaya, Beşiktaş Jimnastik Kulübü Basketbol Altyapı takımlarında (U18,U16,U15,U14,U13,U12,U11) spor faaliyetini aktif olarak sürdüren 101'i kadın (%55,2) ve 82'si erkek (%44,8) olmak üzere toplam 183 sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada Allen ve Meyer tarafından (1993) geliştirilen ve türkçeye Yıldırım (2002) tarafından uyarlanan "Örgütsel Bağlılık Ölçeği" kullanılarak veriler toplanmıştır. Ölçek, 15 maddeden oluşmaktadır. Sporcuların takımları hakkındaki bağlılığına ilişkin verilen ifadeler 3 tip (normatif, devam ve duygusal) örgütsel bağlılık düzeylerini belirlemeye yönelik hazırlanmıştır. Elde edilen veriler SPSS 22.0 paket programında tanımlayıcı istatistikler, Normal dağılım gösteren değişkenler için Bağımsız İki toplum Ortalamasına dayalı iki örneklem T testi, Normal dağılıma uymayan değişkenler için Mann Whitney U analizleri yapılmıştır. Anlam düzeyi 0.05 olarak alınmıştır. Bulgular: Elde edilen veriler doğrultusunda, takım oyuncularının takımları hakkındaki her örgütsel bağlılık boyutları (normative, devam ve duygusal) açısından tüm yaş grubu takımları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştur ($p>0.05$). Takımların cinsiyet ve yaş değişkenine gore bağlılık alt boyutlarında ise devam bağlılık altboyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0.05$). Sonuç: Sonuç olarak, araştırmaya katılan kadın sporcuların takımları hakkında algıladıkları normatif, devam ve duygusal takım bağlılıkları erkek sporculara göre daha fazla benimsedikleri sonucuna varılmıştır. Bu da kadınların takımları hakkındaki bağlılıklarının erkek sporculara göre daha hassas oldukları sonucunu doğurmuştur. Yaşlar arasındaki faklılık, takımları oluşturan sporcuların farklı yaş gruplarını içermesi ve yaşla beraber takıma bağlılık ve aidiyat duygularında değişiklik olabileceğini düşündürmektedir. Anahtar Kelimeler: Bağlılık, Takım, Sporcu

DETERMINATION OF LOYALITY LEVELS OF BEŞİKTAŞ GYMNASTIC CLUB'S YOUTH TEAM PLAYERS TO THEIR TEAM

Introduction and Purpose: Organizational commitment; means that the occupation works with self-sacrifice for organizational purposes. If we adjust this term to the team sports, it can be expressed as feeling of loyalty to the team, accepting the values and goals of the team, internalizing, becoming a whole with the team, having a strong urge to continue to be a member of the team and collaborate. The aim of the study is to determine the level of loyalty of Besiktas Gymnastic Club's Youth Team Players to Their Team Method: 101 (female) (55.2%) and 82 (male) (44.8%), which are active in sports activities in Besiktas Gymnastic Club Basketball Infrastructure teams (U18, U16, U15, U14, U13, U12, U11), a total of 183 athletes were voluntarily participated to the research. Data were collected using the "Organizational Commitment Scale" developed by Allen and Meyer (1993) and adapted to Turkish by Yıldırım (2002).The scale consists of 15 items. The given expressions regarding the commitment of the athletes about the teams were prepared to determine the three types (normative, continuing and emotional) organizational commitment. The obtained data were analyzed using the SPSS 22.0 package program for descriptive statistics, two sample T-tests based on Independent Two-Party Average for variables with normal distribution, Mann Whitney U for non-normal distribution variables. Meaning level was taken as 0.05. Findings: According to the data obtained, statistically significant difference was not found between the teams in terms of the all of the organizational commitment dimensions (normative, continuing and emotional) of team players between the all age groups ($p>0.05$). There was a

statistically significant difference in attachment dimensions for continuing commitment according to gender and age of the teams ($p < 0.05$). Results: As a result, the normative, continuing, and emotional team loyalty perceptions of female athletes participating in the survey are more likely than male athletes. Keywords:Loyalty, Team, athlete

SB494

YENİDEN İNŞA EDİLEN TÜRK SPOR YÖNETİMİ

***[1]Serkan Kurtipek*, [1]İ. Fatih Yenel**

[1]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : *serkankurtipek@gmail.com, fyenel@gazi.edu.tr*

Bu çalışmanın amacı; hizmetlerin daha etkin ve verimli yürütülmesi amacıyla yeniden inşa edilen Türk kamu yönetim sisteminin bir parçası olan Gençlik ve Spor Bakanlığı'nın örgüt yapısı, işleyişi ve mevzuattan kaynaklı sorunları tespit etmek ve çözüm önerileri geliştirmektir. Bu amaçla literatür taranarak konuya ilişkin bilgiler sistematik bir biçimde bir araya getirilmiş ve ilgili yasal düzenlemeler incelenip daha önceki yapıyla karşılaştırılarak yeni yapının olumlu ve olumsuz yönleri tespit edilmeye çalışılmıştır. Buna göre; 1 nolu Cumhurbaşkanlığı kararnamesi ile Gençlik ve Spor Bakanlığı'nın teşkilat yapısı yeniden düzenlenmiş ve bu düzenlemeye göre 638 sayılı KHK ile kurulan Bakanlığın bağlı birimleri arasında yer alan Spor Genel müdürlüğü, Cumhurbaşkanlığı kararnamesi ile ismi Spor Hizmetleri Genel Müdürlüğü olarak değiştirilerek görevleri yeniden düzenlenmiş ve aynı zamanda Bakanlığın hizmet birimleri arasına alınmıştır. Diğer taraftan ise 703 sayılı KHK ile bakanlık müsteşarlık kadroları iptal edilmiş ve bu yetkiler bakan yardımcılarına devredilmiştir. Yine adı geçen KHK ile mevcut 3289 sayılı yasa Gençlik ve Spor Hizmetleri yasasına dönüştürülmüştür. Yasada bazı eksiklikler ve aksaklıklar tespit edilmiştir. Yasanın amacı; Gençlik ve Spor İl ve İlçe müdürlüklerinin kuruluşu, teşkilat görev ve yetkilerine ait esas ve usullerin düzenlemesi olmasına rağmen, bu amaç dışında birçok hüküm bulunmaktadır. Bu durum yasanın etkin bir şekilde uygulanmasının önünde bir engel teşkil edebilir. Sonuç olarak yeniden oluşturulan Türk spor yönetim sisteminin revize edilmesinin geç kalınmış bir girişim olduğu ancak bu sisteminin fonksiyonel hale gelebilmesi için zamana ihtiyaç olduğu ve zaman içerisinde uygulamada karşılaşılan sorunların tespitinin daha kolay olacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Spor, Türk Spor Yönetimi, Gençlik ve Spor Bakanlığı

THE REBUILT TURKISH SPORT MANAGEMENT

The aim of this study is to determine the organizational structure, functioning and legislation of the Ministry of Youth and Sports, part of the Turkish public administration system, which has been reconstructed in order to carry out the services more effectively and efficiently, and to develop solution proposals for them. For this purpose, the literature was searched and the information about the subject was brought together in a systematic manner and the related legal regulations were examined and compared with the previous one to try to determine the positive and negative aspects of the new structure.According to this; the organizational structure of the Ministry of Youth and Sports was reorganized with the Presidential Decree No. 1 and the name of the General Directorate of Sports, which is among the affiliated units of the Ministry established with the Decree Law No. 638, was changed to the General Directorate of the Sports Services with the Presidential Decree and its duties were reorganized and at the same time it was included in the service units of the Ministry. Also, with the Decree Law No. 703, the undersecretariat personnel of the ministry was canceled and these powers were transferred to the deputy ministers. Again with the aforementioned Decree Law, the existing Law No. 3289 was transformed into the Law on Youth and Sports Services. There are many provisions outside purpose of law. This can be an obstacle to effective implementation of the law. As a result, it is thought that revision of the reconstituted Turkish sport management system is a late attempt, but time is needed for this system to become functional and it will be easier to detect the problems encountered in practice over time.

Keywords: Sports, Turkish Sports Management, Ministry of Youth and Sports

SB495

SPOR YÖNETİCİLİĞİ BÖLÜMÜ ÖĞRENCİLERİNİN SPORA YÖNELİK TUTUMLARININ ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ

***[1]Fatih Harun Turhan*, [1]Mert Aydoğmuş, [2]İlimdar Yalçın, [3]Uğur İnce**

[1]Karabük Üniversitesi BESYO, Karabük
[2]Bingöl Üniversitesi BESYO, Bingöl
[3]Harran Üniversitesi BESYO, Şanlı Urfa

***Email :** fharunturhan@karabuk.edu.tr, mertaydogmus@karabuk.edu.tr, ilimdaryalcin@gmail.com, ugurince*

Özet Bu araştırma, Spor Yöneticiliği Bölümü'nde okuyan öğrencilerin spora yönelik tutumlarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi amacıyla yapılmıştır.

Araştırmanın evrenini, Karabük Üniversitesi, Hasan Doğan Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Spor Yöneticiliği Bölümü'nde 2018 yılında öğrenim gören toplam 378 kişi oluştururken, örneklemi ise araştırmaya katılmayı kabul eden 224 kişi oluşturmuştur. Veri toplama aracı olarak araştırmacı tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu ve Şentürk (2012) tarafından geliştirilen "Spora Yönelik Tutum Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS paket programı kullanılmıştır. Verilerin normalliği için skewness ve kurtosis değerleri kontrol edilmiştir. Normal dağılım gösteren bu veriler için, independent t test ve One-way ANOVA testi kullanılmıştır. Araştırmada anlamlılık düzeyi $p<0,05$ olarak kabul edilmiştir.

Bulgulara göre, sporla yaşama düzeyi açısından haftada bir gün spor yapan öğrencilerle üç ve beş gün spor yapan öğrenciler arasında anlamlı farklılık görülmüştür (F: 4,284; p: 0,002). Aktif spor yapma düzeyi açısından bir gün spor yapanlarla üç ve beş gün spor yapanlar arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir (F: 4,956; p: 0,002).

Sonuç olarak, öğrencilerin spora yönelik tutum ortalaması düşük derecede olup, kadın öğrencilerin spora ilgi düzeyleri erkeklere göre daha yüksek çıktığı görülmüştür. Haftada spor yapma gün sayısı arttıkça sporla yaşama ve aktif spor yapma düzeyleri de artmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Spor; Spor yöneticiliği; Spora yönelik tutum

INVESTIGATION OF SPORT-ORIENTED ATTITUDE OF SPORTS MANAGEMENT DEPARTMENT STUDENTS' ACCORDİNG TO VARIOUS VARIABLES

Abstract

Thisstudywasconducted with the aim of investigatingtheattitudes of students, who study in the SportsManagementDepartment, towardssportsaccordingtovariousvariables.

The population of the study consists of 378 individuals, who study in the Sports Management Department of Hasan Doğan Physical Education and Sports School in Karabük University while the sample of the study consists of 224 individuals, who agreed to participate in the study. For the data collection tool, the personal information tool, which was developed by the researcher, and the "Sport-Oriented Attitude" scale, which was created by Şentürk (2012) was adopted. In the data analysis, SPSS package software was used. The data were tested for normality by considering the skewness and kurtosis values. For the data, which provided normality distribution, independent samples t-test and One-way ANOVA test were conducted. The statistical significance level of the study was determined as $p<0.05$.

In the light of the findings, statistically significant differences were determined between the individuals who exercise for one day in a week and those who exercise for five days in a week in terms of the interest in sports (F: 4.284; p: 0.002). In terms of doing physical exercise or sports, statistically significant differences were determined between the individuals who exercise for one day and those who exercise three days and five days (F: 4.956; p: 0.002).

In conclusion,it was observed that the mean attitudes of the students towards sports were low, and female students had a higher level of interest in sports compared to males. With the increasing number of days exercised in a week, the levels of interest in sports and doing physical exercise or sports also increased.

Keywords: Sports, Sports Management, Attitude towards Sports

SB504

SPOR GENEL MÜDÜRLÜĞÜ TAŞRA TEŞKİLATINDA GÖREV YAPAN İŞ GÖRENLERİN YÖNETİM BİÇİMLERİ ALGILARI İLE MOTİVASYON DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

[2]Yasemin Çakmak Yıldızhan, [1]İnci Seçkin Ağırbaş

[1]Bayburt Üniversitesi, Demirözü Meslek Yüksekokulu,BAYBURT
[2]Erzincan Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu,ERZİNCAN

Email : *ycakmak@erzincan.edu.tr, inciagirbas@bayburt.edu.tr*

ÖZET Bu araştırmanın amacı, Spor Genel Müdürlüğü taşra teşkilatında görev yapan iş görenlerin yönetim biçimleri algıları ile motivasyon düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırmanın evrenini Spor Genel Müdürlüğü Taşra Teşkilatında görev yapan çalışanlar, örneklemini ise Türkiye'nin yedi coğrafi bölgesinden seçilen ve Türkiye genelini temsil edebilecek nüfus yoğunluğuna sahip on dört ilde çalışan 112 bayan ve 295 erkek olmak üzere toplam 407 personel oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacı (2011) tarafından geliştirilen 42 maddelik ''Yönetim Biçimi Ölçeği'' ve Mottaz'ın (1985) motivasyon modeli esas alınarak Dündar ve diğerleri (2007) tarafından geliştirilen 24 maddelik ''Motivasyon Araçları Ölçeği'' kullanılmıştır. ''Yönetim Biçimi Ölçeği'' ''yetkeci yönetim biçimi", "koruyucu yönetim biçimi", "destekçi yönetim biçimi", "birlikçi yönetim biçimi", "başıboş yönetim biçimi" olmak üzere beş alt boyuttan, ''Motivasyon Araçları Ölçeği'' ise ''içsel motivasyon'' ve ''dışsal motivasyon'' olmak üzere iki alt boyutlarından oluşmaktadır. Elde edilen verilerin analizinde t-Testi, Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Araştırmanın bulgularına göre içsel motivasyon ile yönetim biçimi alt boyutları arasında anlamlı ve pozitif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir. Ayrıca dışsal motivasyon ile yetkeci yönetim biçimi ve başıboş yönetim biçimi boyutları arasında anlamlı ve pozitif yönlü bir ilişki belirlenmiştir. Bu sonuçlar doğrultusunda Spor Genel Müdürlüğü taşra teşkilatında görev yapan iş görenlerin yönetim biçimleri algıları tüm alt boyutlarda arttıkça içsel motivasyon düzeylerinin de arttığı, yetkeci ve başıboş yönetim algıları arttıkça dışsal motivasyon düzeylerinin arttığı söylenilebilir.

THE RELATION BETWEEN MOTIVATION LEVELS AND MANAGEMENT MANNERS OF WAGE EARNERS WORKING IN PROVINCIAL ORGANIZATION OF SPORTS SERVICES DEPARTMENT

SUMMARY The aim of this research is to examine the relation between motivation levels and management manners of wage earners working in provincial organization of sports services department. The employees working in Provincial Organization of Sports Services Department form the population whereas total of 407 employees consisted of 112 women and 295 men chosen from fourteen provinces of seven geographical regions having population density that can represent the general of Turkey, form the sample of research. As data collection tool, 42 point "Management Manner Scale" developed by researcher (2011) and 24 point "Motivation Tools Scale" developed by Dündar et. al (2007) basing on motivation modal of Mottaz (1985), were used. ''Management Manner Scale'' is consisted of five subdimensions as ''authoritarian management manner", "protective management manner", "supportive management manner", "cooperative management manner" and "stray management manner" whereas "Motivation Tools Scale" is consisted of two subdimensions as "internal motivation" and "external motivation". In analysis of obtained datas t-Test, One Direction Variance Analysis (ANOVA) were used. According to the findings of research there obtained a significant and positive relation between internal motivation and subdimensions of management manners. Also a significantly positive relation between external motivation and dimensions of authoritarian management manner and stray management manner. In direction of these results, it can be said that as management manners perceptions of wage earners working in provincial organization of sports services department in all subdimension increase, the levels of their internal motivation increase whereas their perceptions of authoritarian management manners and stray management manners increase, the levels of their external motivation increase.

SB506

ESPOR OYUNCULARININ İNTERNET BAĞIMLILIK DÜZEYLERİ VE OYUN MOTİVASYONLARI ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA

[1]Kadir Yıldız, [2]Kadir Yıldız, [3]Ercan Polat, [4]Pınar Güzel

[1]Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, ManisaManisa Celal Bayar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Manisa
[2]Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Manisa
[3]Ömer Halisdemir Üniversitesi, BESYO, Niğde
[4]Manisa Celal Bayar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Manisa

Email : *kadiryildiz80@hotmail.com, kadiryildiz80@hotmail.com, ercihanpolat@hotmail.com, pnrguzel@yahoo.com*

Giriş ve Amaç: Elektronik spor, genellikle profesyonel olarak düzenlenen bilgisayar ortamında oynanan ve rekabete dayanan "profesyonel oyun" olarak ifade edilmektedir. İnternet bağımlılığı ise "bireylerin aşırı internet kullanımı ve bu durumu kontrol edememe neticesinde ortaya çıkan dürtüler, güçlükler ya da davranışlar" olarak tanımlanmaktadır (Shaw, & Black, 2008; Starcevic, & Aboujaoude, 2016). Bu çalışmada, eSpor'un, katılımcılarının internet bağımlılık düzeyleri ve oyun motivasyonları arasındaki ilişkinin ortaya konulması amaçlanmıştır. Yöntem: Araştırma modeli olarak nicel araştırma tekniklerinden betimsel ve ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmaya, seçkisiz olmayan örneklem yöntemlerinden uygun örneklem yoluyla seçilen Manisa ilinde internet kafelerde eSpor oynayan 300 genç yetişkin katılmıştır. Veri toplama aracı olarak kişisel bilgi formu, İnternet Bağımlılık Ölçeği (Internet Addiction Scale) ve Oyun Motivasyonu Ölçeği (Gaming Motivation Scale) kullanılmıştır. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler ilişki ve fark testleri kullanılmıştır. Bulgular: Araştırmaya katılan katılımcıların internet bağımlılık düzeylerinin ortalamanın üzerinde olduğu gözlemlenmiştir. Oyun motivasyonu ölçeğinde ise dışsal düzenleme boyutu 5,17 aritmetik ortalama değeri ile en yüksek motivasyon aracıdır. Yapılan korelasyon analizi sonuçlarına göre katılımcıların yaşı azaldıkça oyun motivasyonu ve internet bağımlılığı düzeyi anlamlı olarak artmaktadır. Katılımcıların oyun motivasyonları arttıkça internet bağımlılıkları da anlamlı ve orta düzeyde artmaktadır. Sonuç olarak bireylerin eğlence amaçlı olarak katılmaya başladıkları eSpor etkinliklerinin oyun motivasyonunu ve devamında internet bağımlılığını arttırdığı söylenebilir. Özellikle gençlerin internet kullanımı ve oyun oynama isteklerinin bilinçli kullanımına yönelik uyarıcı etkenlerin internet bağımlılığını azaltmada aktif rol alması beklenmektedir. Anahtar kelimeler: eSpor, Elektronik spor, internet bağımlılığı, oyun motivasyonu

A RESEARCH ON INTERNET ADDICTION LEVELS AND GAMING MOTIVATIONS OF ESPORTS PLAYERS

Introduction and Aim: ESports is generally defined as the "professional game" which is professionally organized, played on computer and based on competition. The internet addiction is defined as "the overuse of internet and urges, difficulties or behaviors revealed as a result of not controlling this situation" (Shaw, & Black, 2008; Starcevic, & Aboujaoude, 2016). In this study, it is aimed to reveal the relationship between e-sports participants' level of internet addiction and their gaming motivation. Method: Descriptive and relational screening models of quantitative research technique were used as study's model. 300 young adults playing eSports in the internet cafes in Manisa province, who were chosen by non-selective sampling, participated in this study. As data collection tool, demographic information form, Internet Addiction Scale and Gaming Motivation Scale were used. In the analysis of the data, descriptive statistics, correlation and difference tests were used. Findings: It is observed that internet addiction levels of the participants of the study are above the average. On the other hand, in gaming motivation scale, external organization dimension is the highest motivation tool with 5,17 arithmetic average value. According to the correlation analysis results, as the age of participants decreases, the gaming motivation and internet addiction level significantly increases. As the gaming motivation of participants increases, their internet addiction increases significantly and in medium level. As a result, it can be said that eSports activities in which player participates for

fun increases gaming motivation and subsequently internet addiction. Especially stimulant factors related to conscious use of internet and wish of gaming in youth is expected to play an active role in decreasing internet addiction. Keywords: eSports, Electronic sports, internet addiction, gaming motivation

SB524

ANTRENÖR YETİŞTİRME KURSLARINA KATILAN KURSİYERLERİN KİŞİSEL GELİŞİM AMAÇLARININ BELİRLENEREK DEĞERLENDİRİLMESİ

[1]Ömer Kaplan,

[1]Spor Genel Müdürlüğü Spor Eğitimi Dairesi Başkanlığı, Ankara
[2]Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Kırıkkale

Email : *omerkaplan6602@hotmail.com,*

Çağdaş toplumların spora ve sportif faaliyetlere yaklaşımlarında antrenör eğitiminin yeri ve önemi kişisel gelişim ilkesi çerçevesinde değerlendirilmektedir. Sporda eğiticilerin eğitimi olarak da adlandırabilen antrenör eğitim sisteminin, spor alanında kişisel gelişim için önemi büyüktür. Bu amaçla yapılan çalışmada; antrenör yetiştirme kurslarına katılan kursiyerlerin kişisel gelişim amaçlarını belirleyerek eğitim programlarının etkililiği ve sürdürülebilirliği açısından öneriler geliştirmek ve sunmaktır. Araştırmanın evreni SGM Spor Eğitimi Dairesi Başkanlığının 2017 yılı içerisinde farklı kademelerde açmış olduğu 67 antrenör yetiştirme kursu ve bu kurslara katılan 1721 kişiden oluşmaktadır. Araştırmanın örneklemi ise bu kurslara katılan rastgele olarak seçilen 487 kişiden oluşmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacı tarafından geliştirilen antrenör yetiştirme kurslarına katılımı belirleme ölçeği uygulanmıştır. Ölçeğin geçerlik ve güvenirliğinin belirlenmesi, 2017 yılı içerisinde açılan 30 kursa katılan kursiyerlere uygulanarak tespit edilmiştir. Bu sonuca göre geçerlik analizi Kaiser-Meyer-Olkin (KMO Örneklem Yeterliliği Ölçütü) .844, iç tutarlılık (Cronbach Alfa) katsayısı .814 olarak bulunmuştur. Araştırma verileri betimsel analiz tekniği ile yorumlanmış, SPSS 24 paket veri programı kullanılarak değerlendirilmiştir. Toplanan verilerin çözümlenmesinde frekans, yüzde, aritmetik ortalama, standart sapma, t-testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Yapılan araştırma sonucunda; antrenör yetiştirme kurslarına katılan kursiyerlerin kişisel gelişim amaçlarının belirlenmesine yönelik olarak verdikleri cevaplarda yaş aralıklarına göre, kademelere göre ve katıldıkları kurs branşlarına göre anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir. Bu sonuca göre kişisel gelişim alt boyutunda yer alan sorularda kursiyerlerin spor eğitimi konusunda yenilikleri takip etmek, spor dalına özgü öğretim becerileri kazanmak ve kendini geliştirmek yönündeki ifadelerde çoğunlukla katılım sağladıkları görülürken kurumlara atanmak için katılıyorum ifadesine katılmadıkları tespit edilmiştir.

DETERMINING AND EVALUATING PERSONAL DEVELOPMENT GOALS OF TRAINEES PARTICIPATING IN COACH TRAINING COURSES

In the approach of contemporary societies to sport and sport activities, the place and the importance of trainer education are evaluated within the framework of personal development principle. The coach training system, which is also called the training of the Sporda trainers, is a great asset for personal development in the field of sports. In this study, is to develop and present proposals for the effectiveness and sustainability of training programs by determining the personal development goals of trainees participating in coaching courses. The study's universe consists of 67 trainer training courses that the SGM Sports Education Department Presidency opened at different levels in 2017 and 1721 people who participated in these courses. The sample of the study consisted of 487 randomly selected persons participating in these courses. As a means of collecting data in the survey, the scale for participation in coach training courses developed by the researcher was applied. The determination of the validity and reliability of the scale was determined by applying to the courses attended by 30 courses opened in 2017. According to this result, the validity analysis was Kaiser-Meyer-Olkin (KMO Sampling Competence Criterion) .844 and internal consistency (Cronbach Alpha) coefficient was .814. Research data were interpreted with descriptive analysis technique and evaluated using SPSS 24 packet data program. Frequency, percentage, arithmetic mean, standard deviation, t-test, one way analysis of variance (ANOVA) were used in the analysis of collected data. As a result of the research; it was determined that the answers given by the trainees who participated in the trainers training courses were significantly different according to the age groups, according to the stages and the course branches they participated in the answers given in order to determine the personal development goals.

SB541

İNTİKAM SOĞUK YENEN BİR YEMEK MİDİR? KARMA DÖVÜŞ SPORCULARININ İNTİKAM DÜZEYİNİN YAŞAM TATMİNİ ÜZERİNE ETKİSİ

***[1]Dilek Doksar*, [2]Dilek Doksar, [2]Yalçın Maraşlı, [2]Hüseyin Köse**

[1]Eskişehir Teknik Üniversitesi
[2]Eskişehir Teknik Üniversitesi, Eskişehir

***Email :** ddoksar@gmail.com, ddoksar@gmail.com, yalcinmarasli9292@gmail.com, huseyink@anadolu.edu.tr*

İnsanoğlu var olduğu günden bu yana hayatını çeşitli duyguların etkisi altında sürdürmektedir. İntikam duygusu ise bunların başında gelmektedir. Ayrıca diğer bütün duygular kadar intikam da çok güçlü bir duygudur. Dolayısı ile insan davranışını etkilemesi kaçınılmazdır. Dövüş sporu ile ilgilenen sporcuların rakibine duymuş olduğu duyguların başında intikam gelmektedir. Bu durum çeşitli sebeplerden kaynaklanabilir. Örneğin, daha önce yenildiği rakibi ile karşılaşan sporcularda görülmesi muhtemel en güçlü duygu intikamdır. Bu araştırmamızda ise karma dövüş ve savunma sanatları olarak görülen taekwondo, kick boks ve wing-tsun sporcularının intikam düzeylerinin yaşam tatminine olan etkisi incelenmiştir. Araştırmaya bu üç farklı branştan toplamda 246 sporcu katılmıştır. Bulgular kısmında ise farklı branş sporcularının intikam seviyelerinin yaşam doyumlarına olan etkisi üzerinde durulmuştur. Sonuç olarak dövüş sporlarının sporcunun yaşamına olan etkisi ortaya konmaya çalışılmıştır. Öneriler kısmında ise bu sporların üniversitelerde, okullarda ve diğer kurumlarda nasıl konumlandırılması gerektiği hakkında görüş bildirilmiştir.

IS REVENGE A DISH BEST SERVED COLD? THE EFFECT OF MMA FIGHTERS REVENGE LEVEL ON LİFE SATISFACTION

Mankind has been living under the influence of various emotions since the day it existed. The sense of revenge comes first. Also, revenge is a very strong feeling as well as all other emotions. Therefore, it is inevitable to affect human behavior. There is revenge at the beginning of the feelings that the athlete who is interested in the fighting sport has heard the rival. This can be due to various reasons. For example, the strongest emotion that is likely to be seen in athletes who are confronted with a previous opponent is revenge. In this study, the effect of revenge levels on life satisfaction of taekwondo, kick boxing and wing-tsun athletes, seen as mixed martial and defense arts, was examined. A total of 246 athletes participated in the study from these three branches. In the findings, the effect of revenge levels of different branch athletes on life satisfaction was emphasized. As a result, the impact of martial sports on the athlete's life has been tried to be revealed. In the Recommendations section, opinions have been expressed about how to position these sports in universities, schools and other institutions.

SB550

SPOR KURUM ÇALIŞANLARININ MOBBİNG YAŞAMA DÜZEYLERİ VE TÜKENMİŞLİK ALGILAMALARI: KARAMAN İLİ ÖRNEĞİ

[2]Yeliz Eratlı Şirin, [1]Öznur Akpınar, [1]Selahattin Akpınar

[1]Karamanoğlu Mehmet Bey Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu
[2]Çukurova Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu, Adana

Email : *yelizsirin75@gmail.com, oznurvarolakpinar@gmail.com , sakpinar@kmu.edu.tr*

Özet

Amaç: Bu çalışmanın amacı Fitness Merkezleri ve Gençlik Hizmetleri Spor İl Müdürlüğü çalışanlarının mobbing algılamaları ve tükenmişlikle ilişkisini araştırmaktır. Materyal ve Metod: Araştırma grubunu Karaman ilinde bulunan fitness merkezleri ve Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüklerinde çalışan 130 personel oluşturmuştur. Araştırma verileri Cemaloğlu (2007) tarafından Türkçeye uyarlanan "Mobbing ölçeği" ve Tükenmişlik düzeyini ölçmek için Pines (2005) tükenmişlik ölçeğinin Türk kültürüne uyarlanması, geçerlilik ve güvenirlilik çalışması Tümkaya (2009) tarafından yapılan tükenmişlik ölçeği kısa versiyonu kullanılmıştır. Verilerin çözümlenmesi ve yorumlanmasında, Kolmogorov-Smimov testi, Mann- Whitney U testi, Kruskal-Wallis Testi, Pearson's korelasyon katsayısı kullanılmıştır.

Sonuç: Araştırma sonucunda çalışanların cinsiyet, yaş, kurum görevi ve çalışma yılı değişkenleri ile mobbing algılamaları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0.05$). Tükenmişlik düzeyleri ile yaş ve kurum görevi değişkenleri arasında anlamlı farklılık bulunmuş ($p<0.05$); fakat cinsiyet, medeni durum, çalıştığı kurum ve çalışma yılı ile tükenmişlik arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p>0.05$). Korelasyon analizi sonucunda ise mobbing ve tükenmişlik arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Sonuç olarak bazı demografik değişkenlere göre spor kurum çalışanlarının mobbing ve tükenmişlik algılamalarının farklılaştığını ve mobbing arttıkça spor kurum çalışanlarının tükenmişliğinin de arttığı söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Mobbing, Tükenmişlik, Spor Kurumları, Fitness

EXAMINATION OF MOBBING AND BURNOUT LEVELS OF SPORTS ORGANIZATION EMPLOYEES: CASE OF KARAMAN PROVINCE

ABSTRACT

Aim: The aim of the present study is to determine the mobbing levels of personnel working in fitness centers and Provincial Directorate of Youth Welfare and Sports and to investigate the relationship between mobbing and the Burnout.

Material and Method: The sample of the study included 130 personnel working in fitness centers and at Provincial Directorates of Youth Welfare and Sports in Karaman. During the collection of research data ", mobbing Scale" which transleted into Turkish by Cemaloğlu (2007) and "Burnout Scale" which transleted into Turkish by Tümkaya (2009) were used. Kolmogorov-smirnov test, Mann-whitney U test, Kruskal- wallis test and , Pearson correlation coefficient were used to analyze and comment on the data.

Results: According to study result, ıt has been pointed that there is significant difference between the mobbing and according to gender, age, ınstitution duty and the period of service in the institution ($p<0.05$). It has been pointed that there is significant difference between the Burnout level according to age, Institution duty ($p<0.05$); but there is no significant difference among the burnout level and

according to gender, marital status, the period of service in the institution, institution duty (p>0.05). The results of the study indicated that there was a statistically significant pozitive correlation between mobbing and burnout levels. As a result, according to some demographic variables, it can be said that the mobbing and burnout perceptions of sport institution employees are different and the exhaustion of employees increases as mobbing increases

Key words: Mobbing, Burnout , Sports Organization, Fitness

SB588

SPOR YAP, FOTOĞRAFINI ÇEK, PAYLAŞ: VÜCUT GELİŞTİRME SPORCULARINDA PHUBBING, SOSYAL MEDYA BAĞLILIĞI VE NARSİSZİM

[1]Metin argan, [1]Caner Özgen, [1]Belkıs Yalınkaya

[1]Eskişehir Teknik Üniversitesi

Email : *margan@anadolu.edu.tr, ozgencaner1@gmail.com, belkisyalinkaya@anadolu.edu.tr*

Giriş ve amaç: Cep telefonu bağımlılığının hızla yaygınlaşmasına rağmen bu bağımlılığın sosyal ve kültürel etkileri ile ilgili literatürde az sayıda araştırma yer almaktadır. Phubbing kavramı, bireylerin kişilerarası iletişimden kaçarak cep telefonlarıyla ilgilenmeleri olarak tanımlanmaktadır. Bu bilgiler doğrultusunda bu araştırmanın amacı, vücut geliştirme sporu ile çeşitli düzeylerde ilgilenen bireylerin phubbing, sosyal medya bağımlılığı ve narsiszim yapıları arasındaki ilişkileri ortaya koymaktır. Yöntem: Vücut geliştirme sporu ile çeşitli düzeylerde ilgilenen 319 bireye kolayda örnekleme yöntemi ile ulaşılmıştır. Araştırmanın amaçları doğrultusunda elde edilen veriler yapısal eşitlik modellemesinin temel ilkeleri ışığında ölçüm ve yapısal olmak üzere iki aşamalı yaklaşımla analiz edilmiştir. Bu doğrultuda araştırma verilerine AMOS22 paket programı aracılığıyla doğrulayıcı faktör analizi ve literatürde önerilen çeşitli geçerlilik güvenirlilik analizleri uygulanmıştır. Araştırma modelinin doğrulanmasının ardından ortaya konulan yapılar arasındaki ilişkileri keşfetmek amacıyla yapısal model test edilmiştir. Bulgular: Ölçüm modeli kapsamında uygulanan analizler neticesinde modelin geçerli ve güvenilir olduğu ortaya konulmuştur. Yapısal modelin test edilmesi ile vücut geliştirme sporcularının Phubbing, sosyal medya bağlılığı ve narsiszim düzeyleri arasında pozitif ilişkiler keşfedilmiştir. Sonuç: Araştırma sonucunda elde edilen bulgular gelişmekte olan phubbing literatüre önemli katkılar sağlamıştır. Vücut geliştirme sporunun sosyal medya platformlarına yönelik eğilimlerden etkilendiği ifade edilebilir. Bu çalışma gelecek araştırmalara yönelik tartışmalara ışık tutmaktadır.

DO SPORTS, TAKE YOUR PHOTO, SHARE: PHUBBING, SOCIAL MEDIA ADDICTION AND NARCISSISM IN BODY BUILDING

Introduction and Purpose: Despite mobile phones and social media addiction becoming widespread the academic studies towards these fact is sufficient. The term phubbing is defined as someone who avoids socializing with others in order to be busy with their cell phone. In line with this information the purpose of this study was to investigate the relationship between phubbing, social media addiction and narcissism. Method: 319 body builders where reached by convenience sampling method. The data was analyzed in 2 part (measurement and structural) towards the basic principles of structural equation modeling. Thus confirmatory factor analysis was done by using AMOS22. In addition for validity and reliability the methods which has been advised in the literature was used. After research model was confirmed it was also tested to discover relationship between structures. Findings: According to the measurement model it was find out that results are valid and reliable. There positive relationship between phubbing, social media addiction and narcissism among body builders. Results: It is believed that the results of the study have made a contribute to literature with the spreading term phubbing. It could be sad that body builders are effected by the social media trends. These results can be a guide for future studies.

SB591

BASKETBOL ANTRENÖRLERİNİN PROBLEM ÇÖZME BECERİLERİNİN VE KARAR VERME YÖNTEMLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Can Çavin Ötkan*, [1]Tekin Çolakoğlu**

[1]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

Email : *cancavin@gmail.com, tcolakoglu@gmail.com*

Giriş ve Amaç

Takım sporlarında görev yapan antrenörlerin, sporculardan oluşan örgütün sevk ve idaresi noktasında karşılaşılan sorunların çözümünde gösterecekleri beceri, alacakları kararlar ve sergileyecekleri davranışlar, örgütün hedeflerine ulaşması adına önemli bir noktada yer almaktadır (Çelik, 2012). Bu doğrultuda, çalışmada, farklı kişilik ve özelliklere sahip bireylerden oluşan bir takımı idare ve sevk eden basketbol antrenörlerinin yönetimsel anlamda örgütün işleyişinde önemli bir yer tutan problem çözme ve karar verme kavramları ile aralarındaki ilişki ne durumdadır, farklı değişkenler doğrultusunda ortaya çıkan tablo ne şekildedir sorularına cevap aranmaktadır.

Yöntem

Çalışmada betimsel model kullanılmıştır. Araştırmanın evrenini 2017-2018 sezonunda Türkiye Basketbol Federasyonu tarafından akredite edilmiş 2410'u erkek ve 219'u kadın olmak üzere toplam 2629 basketbol antrenörü oluşturmaktadır. Örneklemi ise basit tesadüfi yöntem ile araştırmaya gönüllü olarak dahil edilmiş 244'ü erkek ve 42'si kadın olmak üzere toplam 286 basketbol antrenöründen oluşmaktadır. Veri toplama aracı olarak Melbourne Karar Verme I-II Ölçeği, Problem Çözme Envanteri ve araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır.

Bulgular

Antrenörlerin problem çözme becerilerine ilişkin sonuçlarda, katılımcıların problem çözme becerilerinin orta seviyede olduğu görülmektedir. Katılımcıların karar verme yöntemlerine ilişkin elde edilen sonuçlarda, kaçıngan karar verme, erteleyici karar verme ve panik karar verme alt boyutları ile yaş değişkeni arasında pozitif yönde ve düşük seviyede anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Araştırmaya katılan basketbol antrenörlerinin %59,1'i Spor Bilimleri Fakültesi mezunu, %40,9'u diğer bölümlerden lisans mezuniyet derecesine sahiptirler. Bu %59,1 arasında yer alan BESYO ve Spor Bilimleri Fakültesi mezunu katılımcıların problem çözme sürecinde diğer katılımcılara oranla daha mantık odaklı bir yaklaşım gösterdikleri ve aradaki farkın istatistiksel olarak da anlamlı bir sonucu ifade ettiği gözlemlenmektedir.

Sonuç

Antrenör-yönetici kavramları ilişkisel olarak birbirinden uzak gibi algılansalar da bu araştırmanın da içeriğinde değinildiği üzere ortak pek çok paydada buluşan iki kavram olarak görülmektedir. Özellikle takım sporlarının sevk idaresini sağlayan antrenörlerin, problem çözme ve karar verme gibi önemli yönetimsel becerilerinin geliştirilmesi adına yapılacak olan uygulamaların faydalı olacağı düşünülmektedir.

EXAMINATION OF PROBLEM SOLVING SKILLS AND DECISION MAKING METHODS OF BASKETBALL COACHES

Introduction and purpose

The skills that coaches in team sports show in the solution of problems, the decisions they make and the behaviors they exhibit are an important point in reaching their targets (Çelik, 2012). In this study, it was aimed to determine the relationship between the basketball coaches who manage a team of individuals with different personality and characteristics and the concepts of problem solving and decision making, which are important managerial skills, and the situation that emerged in accordance with different variables.

Method

A descriptive model was used in the study. The sample group of the study consisted of 286 volunteer participants, who were identified by simple random sampling method. Melbourne Decision Making I-II Scale, Problem Solving Inventory and Personal Information Form prepared by the researcher were used as data collection tools.

Results

In the conclusions of coaches 'problem solving skills, participants' problem-solving skills seem to be at a mid level. 59.1% of the basketball coaches participating in the research are graduated from the Faculty of Sports Sciences and 40.9% have graduate degrees from other departments. It is observed that participants who graduated from the Faculty of Physical Education and Sports Sciences between 59.1% and 59.1% showed a more rational approach to the problem solving process than the other participants and the difference was statistically significant.

Conclusion

Although the concept of coach and manager is perceived as relationally distant from each other, it is seen as two concepts that meet in many common pays as mentioned in the content of this research. In particular, it is thought that the practices to be carried out for the development of important managerial skills, such as problem solving and decision-making, of coaches providing the management of team sport are considered beneficial.

SB597

FUTBOL TURNUVASINA KATILAN ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN EMPATİK EĞİLİM DÜZEYLERİNİN FARKLI DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ

[1]Bitlis Eren Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu;BİTLİS

Email :

Giriş ve Amaç: Empati, bir insanın kendisini karşısındaki insanın yerine koyarak onun duygularını ve düşüncelerini doğru olarak anlamasıdır (Dökmen, 2009:157). Bu araştırmada; futbol turnuvasına katılan üniversite öğrencilerinin empatik eğilim düzeylerinin belirlenmesi ve farklı değişkenlerle karşılaştırılması amaçlanmıştır.

Yöntem: Bu araştırmanın çalışma evrenini Bitlis Eren Üniversitesi, örneklemini ise 2017-2018 eğitim-öğretim döneminde İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi (n=15), Fen Edebiyat Fakültesi (n=16), Mühendislik Fakültesi (n=17), Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu (n=20), Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu (n=18) ve Teknik Bilimler Meslek Yüksekokulu'da (n=20) öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak Davis (1983) tarafından geliştirilen Kişilerarası Tepkisellik İndeksi (Interpersonal Reactivity Index: IRI) kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırma sonuçlarından elde edilen bulgular ışığında futbol turnuvasına katılan üniversite öğrencilerinin Futbolcuların Empatik Eğilimi (Fantezi, Empatik Düşünce ve Perspektif Alma) gösterme düzeyleri sınıf durumu ve Fakülte ile Meslek Yüksekokulu durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur.

Sonuç: Buna göre, futbol turnuvasına katılan öğrencilerin eğitim düzeyleri arttıkça empati becerilerinin de gelişeceği sonucu çıkmaktadır.

INVESTIGATION OF THE EMPATHIC TENDENCY LEVELS OF UNIVERSITY STUDENTS PARTICIPATING IN THE FOOTBALL TOURNAMENT ACCORDING TO DIFFERENT VARIABLES

İntroduction ve Purpose: Empathy is a person's understanding of his / her feelings and thoughts by putting him / her in his / her place (Dökmen, 2009:157). In this study, it was aimed to determine the empathic tendency levels of university students who participated in the football tournament and compare them with different variables.

Material and Methods: The study is composed of students studying the study universe of the University of Bitlis Eren and the sample was taken in 2017-2018 academic year in the Faculty of Economics and Administrative Sciences (n = 15), Faculty of Science and Literature (n = 16), Engineering Faculty (n = 17), School of Physical Education and Sports (n = 20), Social Sciences Vocational School (n = 18) and Technical Sciences Vocational School (n = 20). The interpersonal reactivity Index (IRI) developed by Davis (1983) was used as a data collection tool.

Findings: A statistically significant difference was found between university students who participated in the football tournament in the results of the research and the level of presentation of Empathic Tendency (Fantasy, Empathic Thought and Perspective) of Footballers according to the class situation and the situation of Faculty and Vocational School.

Result: Accordingly, as the level of Education of the students attending the football tournament increases, empathy skills will develop as well.

SB604

PROFESYONEL SPORCULARIN INSTAGRAM UYGULAMASINDAKİ GÖRSEL BENLİK SUNUMLARININ ANALİZİ

***[1]Pelin Gönkek*, [1]R.Timuçin Gençer**

[1]Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İZMİR

Email : *pelin_gonkek@hotmail.com, timucin.gencer@gmail.com*

Amaç: Instagram, bireylerin fotoğraf ve video paylaşımı ile kendilerini etkili bir şekilde ifade edebilmelerine olanak sağlayan en popüler sosyal medya uygulamalarından birisidir. Bu çalışmanın amacı dünya çapında elit sporcuların Instagram'daki görsel benlik sunumlarını incelemektir.

Yöntem: Çalışmada sekiz elit sporcunun Instagram'daki fotoğraf ve videolarını incelemek için Nitel araştırma yöntemlerinden biri olan içerik analizi yöntemi kullanılmıştır. Örneklem olarak her bir sporcunun 2017 yılı hesaplarındaki toplam 1845 fotoğraf ve 345 video kodlanmıştır. Önceki çalışmalara dayalı olarak bir kod çizelgesi ve bir kodlama protokolü geliştirilmiştir. Kodlayıcılar arasında güvenirliği sağlamak için Cohen Kappa katsayısı hesaplanmıştır. Cinsiyet, branş tipi (bireysel ya da takım) ve beğeni sayısı farklılıklarını belirlemek için Ki-Kare testi kullanılmıştır.

Bulgular: Cohen Kappa analizleri kodlayıcılar arasındaki tutarlılığın istatiksel olarak anlamlı olduğunu göstermiştir. En düşük %87 (sporcunun fotoğraf kategorileri), en yüksek %92 (sporcunun göründüğü fotoğraf kategorileri) olarak hesaplanmıştır. Paylaşılan fotoğraf ve video türleri açısından Ki-kare testi sonuçlarında fotoğraf kategorileri ile bağımsız değişkenler arasında (cinsiyet, branş tipi ve beğeni sayıları) istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar belirlenmiştir.

Sonuç: Elit sporcuların, Instagram'da ağırlıklı olarak iş hayatlarına ilişkin fotoğraf ve video paylaştıkları belirlenmiştir. Elit sporcuların Instagram uygulamasını kariyerlerinin bir parçası olarak kullanmaktadırlar.

Anahtar kelimeler: Sporcular, Instagram, Sosyal Medya, Görsel Benlik Sunumu

AN ANALYSIS OF PROFESSIONAL ATHLETES' VISUAL SELF-PRESENTATIONS ON INSTAGRAM APPLICATION

Purpose: Instagram is one of the most popular social media application that allows individuals to express themselves effectively by sharing photos and videos. The purpose of this study was to examine the world's elite athletes' visual self-presentation on Instagram.

Method: A Content analysis method, one of the qualitative research methods, was employed to analyze eight elite athletes' photographs and videos on Instagram in the study. Each athlete's account in 2017 were coded, totally 1845 photographs and 355 videos in the sample. A codebook and a coding protocol were developed based on previous studies. Cohen's Kappa were calculated to determine intercoder reliability figures. Chi square test was used to determine the differences of gender, type of sport branch (individual or team) and number of likes.

Results: Cohen Kappa analyzes showed that the consistency between the coders was statistically significant. Two coders' figures ranged from a low of 87% (type of photo of athlete) and a high of 92% (photos in which the athlete appeared). In terms of the types of photos and videos posted, significant differences found between the photo category and other independent variables (gender, type of sport branch, number of likes).

Conclusion: It is determined that elite athletes mainly engaged in self presentation through Instagram with the photographs and videos about their business life. Elite athletes use Instagram application as a part of their careers.

Key Words: Athletes, Instagram, Social Media, Visual Self-Presentation

SB606

YÜZME ANTRENÖRLERİNİN ALGILANAN ÖRGÜTSEL DESTEK İLE İŞ BAĞLILIĞI VE İŞ TATMİNİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ.

[2]Varol Fırat, [1]Okan Ünver, [2]Hüseyin Köse

[1]Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü ESKİŞEHİR
[2]Eskişehir Teknik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi ESKİŞEHİR

Email : *varolfirat@anadolu.edu.tr, okanunver@gmail.com, huseyink@anadolu.edu.tr*

Giriş ve Amaç Günümüz rekabet koşullarında, örgütler, amaç ve hedeflerini gerçekleştirmek adına farklı yönetim stratejileri kullanmaya yönelmektedir. Bu stratejilerden bazıları da örgütsel destek sağlamak, çalışanların iş tatminlerini sağlamak ve bulundukları örgüt bünyesinde yaptıkları işe bağlılıklarını sağlamaktır. İşinden memnun olan, çalıştığı örgütün kendisine destek olduğunu algılayan çalışanlar, işlerine karşı ve çalıştığı örgüte karşı olumlu duygular beslemekte, geliştirmekte ve bunun doğrultusunda performanslarının artmasını sağlamaktadır. Bu ifadeler doğrultusunda, araştırma algılanan örgütsel desteğin yüzme antrenörlerinin iş bağlılığı ve iş tatminine etkisini araştırmayı amaçlamaktadır.

Yöntem Araştırma İstanbul ve Eskişehir illerinde görev yapmakta olan 143 yüzme antrenörüne uygulanmıştır. Çalışmada algılanan örgütsel destek, iş tatmini ve iş bağlılığı üzerine geliştirilen üç farklı anket formu kullanılmıştır. Algılanan Örgütsel Destek "Eisenberger ve ark. (2001)" tarafından geliştirilen anket formu aracılığı ile, İş Bağlılığı "Rich ve ark. (2010)" tarafından geliştirilen anket formu aracılığı ile, İş Tatmini ise "Macdonald ve MacIntyre (1997) tarafından geliştirilen anket formları aracılığı ile ölçülmüştür. Alt boyutları ortaya koymak amacıyla faktör analizi uygulanmış, demografik özelliklere göre anlamlı farklılıkları ifade etmek için ise t-testi ve ANOVA testlerinden yararlanılmıştır. Ayrıca ölçeğin ve faktörlerin geçerlilik ve güvenilirliğini ifade etmek için güvenilirlik analizi (reliability analysis) uygulanmıştır.

Bulgular Araştırmaya katılanların algılanan örgütsel destek, iş tatmini ve iş bağlılığına ilişkin değerlendirmeler incelendiğinde medeni durum, cinsiyet ve eğitim durumu değişkenlere göre anlamlı bir fark ortaya çıkmamıştır. Aylık ortalama gelir, iş tatmini ve örgütsel destek ilişkisi istatiksel olarak incelendiğinde anlamlı bir farklılık olduğu saptanmıştır. Aylık ortalama geliri 5001 TL veya daha fazla olan kişilerin iş tatminlerinin daha fazla olduğu saptanmıştır.

Sonuç Araştırma sonuçlarına göre algılanan örgütsel destek arttığında iş bağlılığı da artacaktır. Bu paralelde iş tatmini de artacak, örgütsel destek az algılandığında ise düşecektir. Yüzme antrenörlerinin iş yerini benimsenmesi, iş bağlılığı isteniyorsa oradaki yöneticilerin algılanan örgütsel desteklerini yüzme antrenörleri üzerinde artırmaları gerekmektedir. Bunun sonucunda çalışanların bağlılık ve sadakatleri artacaktır ve bu sporculara ve üyelere de olumlu yönde yansıyacaktır.

RELATIONSHIP BETWEEN PERCEIVED ORGANIZATIONAL SUPPORT ON JOB LOYALTY AND JOB SATISFACTION: SWIMMING COACHES EXAMPLE

Introduction & Objective Organizations use various strategies to reach their aims and goals. These provide organizational support, employee engagement and satisfaction commitment to their cause within their organizational structure. Employees that are satisfied with their job, those who realize the support their organization gives them, nurture positive feelings towards their work and organization, breed those feelings and in doing so improve their performance. With these statements in mind, this research aims to determine the effect perceived organizational support has on job loyalty and satisfaction in swim coaches.

Method This research is based on 143 swimming trainers working in the cities İstanbul and Eskişehir. For perceived organizational support survey by “Eisenberger & Friends. (2001)”, for job loyalty survey by “Rich & Friends. (2010)” and for job satisfaction survey by “Macdonald & MacIntyre (1997)” were applied. To manifest sub dimensions, factor analysis; to express meaningful differences based on demographic qualities, t-test and ANOVA were applied.

Findings When examining the date based on marital status, gender and educational status of participants no significant difference was found for their perceived organizational support, job satisfaction and job loyalty. Also monthly average wage of participants in relations to their perceived organizational support and job satisfaction, which when reviewed statistically, provided substantial differences. Those with monthly average wage of 5001 TL and over were found to possess higher job satisfaction.

Result Based on these research results, when perceived organizational support increases, so does work commitment. Following the same parallel, job satisfaction will increase, yet if perceived support is less it will decrease. If organization managers wish for swim coaches to embrace their work place and ask for job loyalty then they must increase their perceived organizational support. As a result this would increase employee commitment and loyalty and this in turn would reflect positively towards athletes and members.

SB610

DÜNYA TENİS TURNUVALARININ EKONOMİSİ

[1]Fırat Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Elazığ, Türkiye

Email :

Tenis sporu son yıllarda oldukça ilgi görmeye başlamıştır. Uluslararası Tenis Federasyonu tarafından düzenlenen en büyük 4 tenis turnuvası yani 4 Grand Slam, yılın farklı dönemlerine ayrılır. Bunlar "Amerika Açık, Avustralya Açık, Roland Garros ve Wimbledon" Tenis turnuvaları olarak adlandırılmaktadır. Tenis sporunda oldukça önemli olan bu turnuvalara sporcu ve takipçi sayıları gittikçe artmaktadır. Sadece 2017 Amerika Açık Tenis Turnuvasının (USOPEN) bölgeye ekonomik etkisinin 120 Milyon Dolar olduğu ifade edilmektedir. İstatistikler US Open 2017'yi günlük 35.000 kişinin takip ettiğini, turnuvada katılımcıların 92 dolar ile 208 dolar arasında harcama yaptıklarını, 190 ülkenin yayın yaptığını ve 5,400 gönüllünün katılım sağladığını göstermektedir. Bu araştırmada Dünya Tenis Turnuvalarının (Amerika Açık, Avustralya Açık, Roland Garros ve Wimbledon) organizasyon yapısının incelenmesi ile birlikte ekonomik boyutu betimsel olarak değerlendirilecektir. Araştırmada Dünyanın 4 büyük tenis turnuvasına ilişkin ekonomik veriler (Seyirci sayıları, Bilet Ücretleri, Sponsorlar, Yayın Gelirleri, Seyirci Harcamaları vb.) birincil ve ikincil kaynaklardan ulaşılarak, karşılaştırmalı olarak değerlendirilecektir. Araştırma sonucunda elde edilen veriler grafikler ve tablolar halinde gösterilecektir.

Anahtar Kelimeler: Tenis, Turnuva, Spor, Ekonomi

THE ECONOMY OF THE WORLD TENNIS TOURNAMENTS

Tennis has started to be very popular in recent years. The 4 biggest tennis tournaments organized by the International Tennis Federation, 4 Grand Slam, are divided into different periods of the year. These are called "America Open, Australian Open, Roland Garros and Wimbledon" tennis tournaments. The number of athletes and followers in this tournament, which is very important in tennis, is increasing. It is stated that the economic effect of 2017 US Open Tennis Tournament (USOPEN) is 120 Million Dollars. Statistics show that 35,000 people follow the US Open 2017 daily, the participants spend between $92 and $ 208 on the tournament, 190 countries broadcast and 5,400 volunteers participate. In this research, the organizational structure of the World Tennis Tournaments (America Open, Australian Open, Roland Garros and Wimbledon) will be examined and the economic dimension will be evaluated descriptively. In the survey, economic data about the 4 biggest tennis tournaments of the world (audience numbers, ticket fees, sponsors, broadcast income, audience expenditure, etc.) will be evaluated from the primary and secondary sources and evaluated comparatively. The data obtained as a result of the research will be shown in graphs and tables.

Key Words: Tennis, Tournament, Sports, Economy

SB617

SPORDA SUPERNOVA: VR VE AR ÜZERİNE BİR ÖRNEK OLAY ÇALIŞMASI

***[1]Sema Emen*, [2]Metin Argan, [3]Sabri Kaya, [2]Caner Özgen, [4]Mehpare Tokay Argan**

[1]Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, ESKİŞEHİR
[2]Eskişehir Teknik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ESKİŞEHİR
[3]Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, KIRIKKALE
[4]Bilecik Şeyh Edebali Üniversitesi Uygulamalı Bilimler Yüksek Okulu, BİLECİK

***Email :** semen@anadolu.edu.tr, margan@anadolu.edu.tr, sbrkaya@gmail.com, canerozgen@anadolu.edu.tr, mehpare.argan@bilecik.edu.tr*

Sanal Gerçeklik (VR) ve Artırılmış Gerçeklik (AR) teknolojilerinin farklı alanlarda kullanımı ile ilgili birçok çalışma olmasına karşın, sporda bu teknolojilerin kullanımını ve etkilerini ortaya koyan çalışmaların sayısı son derece sınırlıdır. Dolayısıyla bu çalışmanın amacı, bu teknolojilerin spor alanında kullanımına ilişkin örnek olayların ele alınmasıdır. Bu araştırma, nitel araştırma yöntemlerinden örnek olay (case study) incelemesi ile ele alınmıştır. VR ve AR teknolojilerinin spor alanında kullanılmasının incelenmesi doğrultusunda yapılan bu çalışmada VR ile ilgili bir adet (Formula E), AR ile ilgili bir adet (America's CUP) örnek olay incelenmiştir. Bu kapsamda, araştırma makaleleri, çeşitli şirketlerin projelerinin analizleri ve ikincil veri kaynaklarından (internet kaynakları, basın ve görsel medya) toplanan verilerden yararlanılmıştır. Elde edilen bulgular bu teknolojilerin, eğitim amacıyla performansın arttırılması, oyun kurulumu avantajının sağlanması ve yaralanma risklerinin azaltılması, yarışmaların daha adil bir şekilde yönetilebileceği uzman sistemlerin geliştirilmesi, hedonik açıdan taraftarların güdülenmesi ve yeni deneyimler ile farklı spor branşlarına ilginin arttırılması, var olan ilginin de farklı deneyimler yaratılarak çoğaltılması, sponsorlar açısından ise hedef kitleyle birebir iletişim sağlanabilmesi ve kişiselleştirilmiş ürünlerin rahatlıkla sunulabilmesi amaçları ile kullanıldığını rapor etmektedir. Araştırma sonucu VR ve AR teknolojilerinin, profesyonel ya da amatör sporcuların eğitimi, farklı açılardan taraftar deneyimleri, yarışmaların daha adil yönetilmesi ve sponsorluk çalışmaları amacıyla kullanıldığı görülmektedir. Bu doğrultuda araştırmadan elde edilen bulgular spor bilimcileri, spor yöneticileri ve özellikle de spor pazarlamacılarının ileride bu teknolojilerin daha efektif olarak nasıl kullanılacağı hakkında yol gösterici olmakta, VR ve AR uygulamalarındaki yönelimleri takip etmeleri konusunda önemli tavsiyelerde bulunmaktadır.

SUPERNOVA IN SPORT: A CASE STUDY ON VR AND AR

Despite there are too many studies related with the usage of Virtual Reality (VR) and Augmented Reality (AR) technologies in different areas; studies which put forth the usage and effects of these technologies on sports is too scant. Hence, the purpose of this study is handling the case studies related with the usage of these technologies on sports area. This research is handled by the Case Study examination which is one of the methods of qualitative research. One case study about VR (Formula E) and another case study from AR (America's cup) was examined in this work. Research papers, analysis of various firm projects and datas gathered from secondary data bases (internet sources, press and visual media) are used in this context. The findings obtained from this research reports that these technologies are used for the main purposes given below: - Increasing training performance , - Providing advantages of game setup, - Decreasing risks of injuring, - Motivating supporters from hedonic side and increasing their interest to different sports branches by new experiences, - increasing the existing interest of supporters by creating different experiences, - providing one-to-one contact between sponsors and audience, - presenting the personalized products in a comfortable way. As a result of this research, it is clearly seen that VR and AR technologies are used for training of professional or amateur players, supporter experiences from different points, managing the competitions more fair and sponsorship work. So, these findings determined by this research will be a guide about how to use these technologies in the future, for sports scientists, sports managers and especially sports marketing staff. This research also makes recommendations about following the trends of VR and AR applications.

SB627

SPOR GENEL MÜDÜRLÜĞÜ MERKEZ TEŞKİLATINDA GÖREV YAPAN PERSONELİN ÖRGÜTSEL ADALET ALGILARI İLE MESLEKİ MOTİVASYON DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

[1]Harun İnanç, [2]Harun İnanç, [3]Baybars Recep Eynur

[1]Spor Genel Müdürlüğü-Ankara
[2]Spor Genel Müdürlüğü- Ankara
[3]Dumlupınar Üniversitesi-Kütahya

Email : *haruninanc16@gmail.com, haruninanc16@gmail.com, baybars.eynur@dpu.edu.tr*

Bu araştırmada, Spor Genel Müdürlüğü Merkez Teşkilatında Görev Yapan Personelin Örgütsel Adalet Algıları ile Mesleki Motivasyon Düzeyleri Arasındaki İlişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışmada veri toplama aracı olarak araştırmacı tarafından katılımcıların kişisel bilgilerine ulaşabilmek amacıyla hazırlanmış Kişisel Bilgi Formu, Niehoff ve Moormann tarafından 1993 yılında geliştirilmiş olan "Örgütsel Adalet Ölçeği" ve Ural (1996) tarafından geliştirilen "Mesleki Motivasyon Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin değerlendirilmesi aşamasında SPSS 22.0 paket programı kullanılmıştır. Ölçek ifadelerinin iç tutarlılığı için anti-imagekorelasyon katsayısı baz alınmıştır. Böylece ifadelerin birbirleriyle ilişkili olduğu ve aynı amaca hizmet ettiği tespit edilmiştir. Örgütsel adalet düzeyi ile mesleki motivasyonun boyutları bakımından pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişki tespit edilmiştir. Bu veriler, çalışanların sorumlulukları ne kadar adil dağıtılırsa, mesleki motivasyonlarının da bir o kadar artacağını göstermektedir. Özellikle mesleklerini daha çok sevmeye başlayacağı gibi iş verimliliğinin artmasına da yarar sağlamaktadır.

RESEARCH OF THE CORRELATION BETWEEN ORGANIZATIONAL JUSTICE PERCEPTION AND PROFESSIONAL MOTIVATION LEVELS OF THE PERSONNEL IN THE CENTRAL ORGANIZATION OF THE DEPARTMENT OF SPORTS SERVICES

This research aims to examine the correlation between organizational justice perception and professional motivation levels of the personnel in the central organization of the department of sport services. As tools of gathering data, Personal Information Form prepared by the researcher to reach the personal information of the participants, "Organizational Justice Scale" developed by Niehoff and Moormann in 1993 and "Professional Motivation Scale" developed by Ural in 1996 have been used. SPSS 22.0 package program has been used to assess the data. Internal consistency of the scale expressions has been based on anti-image correlation coefficient. Thus, it has been determined that scale expressions are correlated and serve for the same purpose. A positively meaningful correlation has been seen between the organization justice level and professional motivational dimensions. This data shows that the fairer the distribution of the responsibilities of the personnel is, the higher the professional motivation is. Thus, the personnel also like their profession more and it helps increase the labor productivity.

SB652

GENÇLİK VE SPOR İL MÜDÜRLÜĞÜ ÇALIŞANLARININ ÖĞRENİLMİŞ GÜÇLÜLÜK VE DUYGUSAL ZEKA DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Necati Öner*, [2]Hasan Şahan, [2]Tennur Yerlisu Lapa, [1]Buket Öner**

[1]Gençlik Ve Spor Il Müdürlüğü, ANTALYA
[2]Akdeniz Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANTALYA

***Email :** sp.egt.uzm@gmail.com, hasansahan@akdeniz.edu.tr, tennur@akdeniz.edu.tr, buketgelbal@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu çalışma; Antalya Gençlik ve Spor İl Müdürlüğünün çalışanlarının öğrenilmiş güçlülük düzeyleri ile duygusal zekâ düzeylerinin bazı değişkenlere göre anlamlı fark oluşturup oluşturmadığını ve öğrenilmiş güçlülük düzeyi ile duygusal zekâ düzeyi arasında istatiksel olarak önemli bir ilişki olup olmadığını saptamak amacıyla yapılmıştır. Yöntem: Araştırmada, çalışanların demografik özelliklerini belirlemek için frekans analizi, genel ortalamalarını belirlemek için betimsel istatistik kullanılmıştır. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini saptamak amacıyla, Kolmogorov Smirnov testi ve Skewness-Kurtosis değerlerine bakılmıştır. Buna göre, öğrenilmiş güçlülük düzeyleri ile duygusal zekâ düzeylerinin mezuniyet durumu, istihdam şekli ve medeni durum değişkenlerine göre fark olup olmadığını belirlemek için parametrik testlerden bağımsız gruplarda t-testi; gelir durumu, yaş ve kurum çalışma yılı değişkenlerine göre ise tek yönlü varyans analizi (Anova); cinsiyet, eğitim düzeyi ve sporcu lisans durumu değişkenine göre non-parametrik testlerden Mann-Whitney U testi; kurum görevi değişkenine göre ise, Kruskal Wallis-H testi ve uygulanmıştır. Öğrenilmiş güçlülük düzeyi ile duygusal zekâ düzeyi arasındaki ilişkiyi saptamak için Pearson Momentler Çarpım Korelasyonu ve etkiyi saptamak için basit doğrusal Regresyon analizi kullanılmıştır. Sonuçlar 0,05 ve 0,01 anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir. Bulgular: Çalışanların eğitim ve istihdam durumu değişkenlerine göre öğrenilmiş güçlülük düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur. Ayrıca çalışanların eğitim değişkenine göre duygusal zeka düzeylerinde de istatistiksel olarak anlamlı fark vardır. Ayrıca, duygusal zekâ düzeyinin, öğrenilmiş güçlülük düzeyini yordadığı tespit edilmiştir. Sonuç: Bu bulgular ışığında Antalya Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü çalışanlarının eğitim düzeyi değişkeninin duygusal zeka düzeyini etkilediği, istihdam şeklinin ise öğrenilmiş güçlülük düzeyini yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Duygusal zeka düzeyleri ile öğrenilmiş güçlülük düzeyleri arasında pozitif ilişki olduğu saptanmıştır.

THE ANALYSIS OF THE LEVEL OF LEARNED RESOURCEFULNESS AND EMOTIONAL INTELLIGENCE OF EMPLOYEES IN YOUTH AND SPORT DIRECTORAT

Introduction and aim: It is aimed to determine whether employees' of Antalya Youth and Sports Directorate have a meaningful difference level of emotional intelligence and level of learned resourcefulness under some variable changes and find out if there is a scientifically significant relation between difference level of emotional intelligence and level of learned resourcefulness. Method: Frequency analysis is used to determine the demographic qualities of the employees and descriptive statistics is used to identify their general average score. To identify whether the data show normal distribution, the values of Kolmogorov Smirnov test are taken into consideration. To identify whether there is any difference in their graduation, employment and marital status in terms of their learned resourcefulness level and emotional intelligence, t-test is applied free from parametric tests; (Anova) varience analysis is applied according to their salary, age and working period in the institution; a non-parametric test Mann-Whitney U test is applied according to variables such as sex, education level and whether they have a sports licence; Kruskal Wallis-H test is applied according to their position in the institution. To identify the relationship between the level of learned resourcefulness and emotional intelligence, Pearson Moments Multiplication Correlation and to identify the effect, simple linear Regression analysis is used. The results are evaluated at the 0.05 and 0.01 level of meaningfulness. Finding: There is statistically significant difference at the level of learned resorcefulness and at the level of emotional intelligence under education and employment variables. Level of emotional intelligence predicts level of learned resourcefulness. Result: The conclusion is; Antalya Youth and Sports Directorate employees' education variable has a statistically significant effect on their level of emotional intelligence and employment variable predicts their level of learned resourcefulness. There is a positive relation between their level of emotional intelligence and level of learned resourcefulness.

SB653

FUTBOL SEYİRCİLERİNİN ETKİNLİK KALİTESİNE YÖNELİK BEKLENTİLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

***[1]Alperen Halıcı*, [1]Zafer Çimen**

[1]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : *alperen_h@hotmail.com, zcimen@gazi.edu.tr*

Hizmet çeşitliliği ve rekabet açısından oldukça karmaşıklaşan pazar içinde seyir sporlarında etkinlik kalitesinin arttırılması, spor kulüpleri için önemli bir konu haline gelmiştir. Dolayısıyla spor kulüpleri, etkinlik kalitesini arttırmak için seyircilerin beklentilerini sürekli ölçmek ve değerlendirmek zorundadır. Bu noktadan hareketle eldeki araştırmanın amacı, futbol kulüpleri tarafından stadyumlarda gerçekleştirilen bir etkinlik olarak kabul edilen futbol maçlarının kalitesine yönelik seyirci beklentilerini belirlemektir. Nitel araştırma modelinde desenlenen araştırmada, katılımcıların belirlenmesinde amaçlı örneklem yöntemlerinden ölçüt örnekleme kullanılmıştır. Süper Lig'de son iki sezonda en az 2 kez maça gitmiş ve en az 3 farklı stadyumda maç izlemiş 26 seyirci bu araştırmanın çalışma grubunu oluşturmuştur. Araştırmada veri toplama aracı olarak yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmış ve veriler nitel araştırma yöntemlerinden bire bir görüşme ve odak grup görüşme yöntemleriyle toplanmıştır. Görüşmeler ses ve görüntü kaydedici araçlarla kayıt altına alınmış ve bu kayıtlardan hareketle yazılı doküman haline getirilmiştir. Elde edilen yazılı dokümanların çözümlenmesinde içerik analizi kullanılmıştır.

Araştırmada ulaşım, tasarım, oturak, skorbord, alan dağılımı, büfe, temizlik, etkileşim, gösteri, bilgilendirme, müsabaka zamanı, oyun kalitesi ve sonuç gibi on üç kategori ve bu kategorilerle ilişkili alt kategoriler belirlenmiştir. Bu bulgular genel anlamda alanyazınla örtüşmekle birlikte ülkemizdeki stadyumlarda 'skorbord' ve 'gösteri' gibi gerekli özenin gösterilmediği kategoriler katılımcıların beklentileri içinde yer almıştır. Bunun yanında futbol maçı izleme kültürünün farklı olmasından dolayı alanyazında önemli bir kategori olan 'oturak konforu' beklentiler içinde yer almamıştır.

Sonuç olarak; etkinlik yöneticileri sınırlı denetime sahip oldukları müsabaka sonucuna yönelik unsurlardan ziyade, stadyumların konumlandırılması, tasarımı, skorbord ve gösteri gibi doğrudan denetimleri altında olan diğer etkinlik kalitesi unsurlarını geliştirerek, seyircilerin kaliteli ve eğlenceli bir ortamda müsabaka izlemelerini sağlayabilecekleri ve etkinliklere katılımı artırabilecekleri söylenebilir.

Anahtar Kelimeler : Etkinlik Kalitesi, Seyirci, Futbol, Stadyum

EVALUATION OF EVENT QUALITY EXPECTATIONS: A SAMPLE OF FOOTBALL SPECTATORS

Increasing the quality of activity in spectator sports has become an important issue for sports clubs, and is becoming more complex in terms of service diversity and competition in complicating market conditions. Therefore, to improve the quality of the activity, sports clubs have constantly to measure and evaluate spectator expectations. Thus, the aim of this research was to reveal the event quality expectations of football spectators.

The study was designed in qualitative research model. Criterion sampling is a form of purposeful sampling methods, was used to determine the participants. 26 spectators who spectated at least two Super League football game in last two seasons and spectate the football games in three different stadiums, constituted the participants of this study. Semi-structured interview form was used as data collection tool and data were collected from qualitative research methods by individual and focus group interview methods. Interviews were recorded with audio and video recorders and records was converted to written documents. Written documents was analyzed by content analysis.

According to the findings: thirteen categories like accessibility, design, seats, scoreboard, concessions, game quality and sub-categories were related to these categories were determined. These findings overlaps with literature, although categories as 'scoreboard' and 'show' are unimportant in Turkey, were take place in the expectations of participants. Soever, 'seat comfort' is an important category in studies, due to the cultural differences, this category was not figure on the expectations of participants. In Turkey because, spectators watch the games in standing position.

In conclusion; event managers can improve attendance to events with providing a quality and entertaining environments for the spectators by developing the quality of ‘stadium location’, ‘design’ and ‘scoreboard’ factors, which are under their direct supervision; instead of factors like ‘outcome’, which are under their limited control.

Key Words: Acticvity Quality, Spectator, Football, Stadium

SB654

TÜRKİYE'DE GÖÇMEN FUTBOLCU OLMANIN KISITLARI

[1]Zafer Çimen, [1]Ali Eraslan, [2]Halil Sarol

[1]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara
[2]Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Kırıkkale

Email : *zcimen@gazi.edu.tr, aeraslan@gazi.edu.tr, hsarol@gmail.com*

Son yılların önemli ve popüler fenomen terimi "küreselleşme", uzunca bir süredir iş dünyasını etkilemekte ve değiştirmektedir. Küreselleşmeden etkilenen önemli alanlardan biri de spor endüstrisinin işgücü yapısıdır. Küreselleşmeyle ortaya çıkan spor işgücünde dış kaynak kullanımı, özellikle futbol gibi ticarileşmiş sporlarda göçmen sporculara yönelmiştir. Ancak göçmen sporcuların gittikleri ülkelerde bazı kısıtlarla karşılaştıkları da bilinmektedir. Bu noktadan hareketle, eldeki çalışmanın amacı mesleki kariyerlerini Türkiye'de sürdüren göçmen futbolcuların karşılaştıkları kısıtları belirlemektir.

Bu nitel araştırmada, katılımcıları belirlemek için tesadüfi olmayan örnekleme yöntemlerinden kolayda örnekleme ve ölçüt örnekleme kullanılmıştır. Gençlerbirliği Futbol Takımı'nın araştırma ölçütlerine uyan sekiz futbolcusu çalışmaya gönüllü olarak katılmıştır. Veri toplama araçları olarak yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Tüm görüşmeler ses ve görüntü kayıt cihazları ile kaydedilmiş ve veriler içerik analizi ile çözümlenmiştir. Elde edilen bulgulara göre Türkiye'de kariyerlerini sürdüren göçmen sporcuların spor yaşamı içinde karşılaştıkları kısıtların dil, adaptasyon ve insan ilişkileri temaları altında, spor dışı sosyal yaşamda karşılaştıkları kısıtları ise dil, yaşam tarzı ve insan ilişkileri temaları altında yer almıştır.

Sonuç olarak, bu çalışma göçmen sporcuların karşılaştıkları kısıtların temelde doğu ve batı toplumları arasındaki kültürel farklılıklardan kaynaklandığını ortaya koymuştur. Bu nedenle, sporcuların başka bir ülkeye göç etmeye karar vermeden önce o ülkenin kültürel yapısı hakkında yeterli bilgiye sahip olmalarının yararlı olacağı söylenebilir. Bu bilgi göçmen sporculara spor ortamı ve spor ortamı dışındaki yaşamlarında karşılaştıkları "uyum" kısıtlarıyla başa çıkmalarına yardımcı olabilir.

Anahtar kelimeler: Futbol Çalışanı, Göçmen Sporcu, Kısıtlar

THE CONSTRAINTS OF MIGRANT FOOTBALLERS IN TURKEY

The important and popular phenomenon term 'globalization' effects and changes the business world for decades. One of the important areas that has been influenced by globalization is the structure of the labour force in sport business. It is obvious that outsourcing the labour force is oriented towards migrant or immigrant athletes especially within the most commercialized sports like football. The migrant athletes encounter some constrains in the host county. The purpose of this study therefore, was to find out constrains of migrant outsource football players who pursue their professional careers in Turkey.

In this qualitative research, convenience sampling and criterion sampling, which are types of nonrandom sampling methods were used to determine the participants. Eight football players who were complied with the research criteria from the Gençlerbirligi Football Team, were voluntarily participated the study. Semi-structured interview form were used as data collection tools. All Interviews were recorded by audio and video recording devices and data was analyzed by content analysis.

The findings showed that; language, adaptation and human relations were the main constrains were encountered in the sport context and language, lifestyle and human relation constrains were experienced in the outside of the sport context by the migrant players.

In conclusion, this study has found out that the constraints encountered by migrant athletes are mainly due to the cultural differences between the eastern and western societies. For this reason, it can be said that athletes may have to get adequate knowledge about the cultural structure of that country before deciding to migrate to a host country. This knowledge may be helpful for migrant athletes to cope with the adaptation constrains in and out of the sport contexts.

Key words: Football Labour, Migrant Athlete, Constrains.

SB677

VİDEO YARDIMCI HAKEM UYGULAMASININ ULUSAL MEDYADA YER ALMA BİÇİMİ ÜZERİNE NİTEL BİR ARAŞTIRMA

[1]Eren Uluöz, [1]Mahmut Çağatay Nazlıcan

[1]Çukurova Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Adana/Türkiye

Email : *erenuluoz_333@hotmail.com, mahmutnazlican01@gmail.com*

Son yıllarda Futbol bir spor dalı olmanın yanı sıra Tüm dünyada trilyon dolarlarla ifade edilen ekonomik büyüklüğe sahip bir endüstri olarak anılmaya başlamıştır. Müsabakaların adil bir şekilde yönetilmesi üzerinde en çok tartışılan konulardan birisidir. Dünyada olduğu gibi ülkemizde de birkaç yıl önce uygulanmaya başlayan VAR uygulaması ulusal medyada yoğun bir biçimde tartışılmaktadır. Bu çalışmanın amacı Video yardımcı hakem uygulamasının ulusal medyada yer alma biçiminin incelenmesidir. Çalışmaya ulusal ölçekte yayın yapan toplam 10 gazetede yer alan rastgele seçilmiş VAR ile ilişkili 100 adet içerik incelenmiştir. Çalışmaya alınan gazete içerikleri nitel araştırma yöntemlerinden doküman analizi yöntemi ile incelenerek kodlama ve temalandırma süreçleri gerçekleştirilmiştir. Kodlama ve temalandırma sürecinde uzman görüşüne başvurulmuştur. Yapılan değerlendirme sonucunda "hakemlerin VAR uygulamasını büyük takımlar lehine kullanması", "VAR uygulamasında yaşanan gecikmeler", "VAR uygulamasına rağmen adaletin sağlanamaması", "hakemlerin VAR sistemine adapte olamaması", "teknolojik uygulamaların futbolun doğasına zarar vermesi" gibi konular VAR sistemi ile ilgili temel olumsuz noktalar olarak görülmektedir. Buna karşın "Hakemlerin işlerinin kolaylaşması", "çok bariz hataların önüne geçilmiş olması", "tartışmalı kararların azalması", "kötü niyetli oyuncuların tespit edilebilmesi", "penaltı, ofsayt ve kırmızı kart gibi maçın sonucuna etki eden kararların doğru verilmesi", "taraftar tepkisinin azalması", "futbol ortamında gerginliklerin azalması", "fair play kavramına katkı sağlaması" gibi konular ise VAR uygulaması ile ilgili ortaya konan temel olumlu görüşlerdir. Var uygulaması ile ilgili İncelenen İçeriklerin 21'inde tamamen olumsuz görüşler, %60'ında tamamen olumlu görüşler, %19'unda ise hem olumlu hem de olumsuz görüşlere yer verilmiştir. Sonuç olarak ulusal medyada VAR uygulamasının genel olarak olumlu bulunduğu anlaşılmaktadır. Haber içeriklerinde yer alan olumlu görüşlerin olumsuz görüşlere nazaran daha önemli olduğu düşünülebilir. Kararlarda gecikme süresinin azaltılması, benzer pozisyonlarda hakemler arası standardın sağlanması, kararlarda doğruluk oranının artması gibi konularda süreç içerisinde olumlu ilerlemeler olması durumunda VAR uygulaması ile ilgili görüşlerin daha olumlu olabileceğini ve futbola daha fazla katlı vereceğini düşünmekteyiz. Anahtar Kelimeler: Futbol, Video Yardımcı Hakem (VAR), Hakem

A QUALITATIVE RESEARCH: FOCUSING STYLE ON APPLICATION OF THE VIDEO ASSISTANCE REFEREE (VAR) IN TURKISH NATIONAL NEWSPAPERS

Football has become a sporting industry, being an industry of economic size that is expressed in trillions of dollars all over the world. It is one of the most controversial topics on the fair management of competitions. As it is in the world, the implementation of VAR, which started to be implemented a few years ago in our country, is being discussed intensively in the national media. The purpose of this study is to examine the way in which the "Video Assistant Referee" practice takes place in the national media. A total of 100 articles related to VAR in newspapers published nationally were examined. The contents of the newspapers were analyzed by qualitative research methods by using document analysis method and coding and the process of the thethematizing were realized. As a result of the study, the topics such as "referees use VAR application for big teams", "delays in VAR application", "justice can not be achieved despite VAR application", "referees can not adapt to the VAR system" and "technological applications damage the nature of football" are seen as basic negative points. However, "right decisions for penalty, offside and red card position", "decrease of tension in football environment "and" contribution to the concept of fair play "are the main positive opinions regarding VAR application. In 21 of the Exposed Content, there were totally negative opinions, 60% of the positive opinions and 19% of the contents were both positive and negative opinions. In conclusion, the VAR application in the national media seems to be generally positive. It can be considered that positive opinions in news contents are more important than negative opinions. We think that opinions on VAR application may be more positive and that football will give more time if there are positive progresses in the process.

Key words: Football, Video Assistant Referee (VAR)

SB718

BUZ HOKEYİ SPORCULARININ DUYGUSAL ZEKÂ ÖZELLİKLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Murat Aygün*, [1]Yunus Öztaşyonar**

[1]Spor Bilimleri Fakültesi, ERZURUM

Email : *aygunmurat06@gmail.com, yunus@atauni.edu.tr*

ÖZET Bu araştırmada; buz hokeyi sporcularının duygusal zekâ özellikleri çeşitli demografik değişkenlere göre araştırılmıştır. Araştırmanın evreni, buz hokeyi sporcuları; araştırmanın örneklemini, buz hokeyi salonlarının bulunduğu Erzurum, Ankara, İzmir ve İstanbul illerinde aktif olarak buz hokeyi sporuyla ilgilenen 16-30 yaş aralığında 120'si kadın, 315'i erkek, toplamda 435 sporcu oluşturmuştur.

Buz hokeyi sporcularının duygusal zekâ özelliklerini belirlemek amacıyla, 435 sporcuya: Shuttle ve ark. (1998)'nın geliştirdiği, Lane ve ark. (2009) tarafından düzenlenerek spor için uyarlanan, Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışması Adiloğulları ve Görgülü (2015) tarafından yapılan: Sporda Duygusal Zekâ Envanteri (SDZE) kullanılmış ve elde edilen veriler SPSS 22 programı ile çözümlenmiştir. Araştırmaya katılan sporcuların kişisel sorulara vermiş oldukları cevaplar yüzde ve frekanslara göre yorumlanmıştır. Karşılaştırılan grupların her birinde 30'dan fazla sporcu yer aldığı için söz konusu karşılaştırmalarda, bağımsız değişkenin iki kategoriden oluştuğu durumlarda t-testi (independent samples t-test) tekniğinden, bağımsız değişkenin ikiden fazla oluştuğu durumlarda analizler için Anova ve Kruskal-Wallis H testinden yararlanılmıştır. Bu çalışmanın sonucunda: Sporda duygusal zekâ envanterinde cinsiyet değişkenine göre; sosyal beceriler (p=0,030) alt boyutunda kadın sporcuların, yaş değişkenine göre; kendi duygularını değerlendirme (p=0,041) ve duyguları düzenleme (p=0,049) alt boyutunda 26 yaş ve üzerindeki sporcuların, yaşadığı il değişkenine göre; başkalarının duygularını değerlendirme (p=0,000), duyguları düzenleme (p=0,000) ve sosyal beceriler (p=0,000) alt boyutlarında Ankara ilinde, duyguların kullanımı (p=0,000) alt boyutunda İzmir ilinde yaşayan sporcuların, eğitim durumu değişkenine göre; başkalarının duygularını değerlendirme (p=0,003) ve sosyal beceriler (p=0,002) alt boyutunda lisans ve üzeri eğitim düzeyine sahip olan sporcuların, buz hokeyi yaptıkları süre değişkenine göre; başkalarının duygularını değerlendirme (p=0,014) alt boyutunda 1 ay-1 yıl aralığında buz hokeyi yapanların, milli sporcu olma durumuna göre; kendi duygularını değerlendirme (p=0,030) ve duyguları düzenleme (p=0,029) alt boyutlarında milli olan sporcuların en yüksek aritmetik ortalamayı alarak anlamlı oldukları görülmüştür (p<0,05). Anahtar Kelimeler: Buz hokeyi, duygu, duygusal zekâ "Bu çalışmanın büyük bir bölümü, Dr. Öğr. Üyesi Yunus ÖZTAŞYONAR'ın danışmanlığında Murat

OBSERVING EMOTIONAL INTELLIGENCE FEATURES OF ICE HOCKEY PLAYERS

Abstract In this study, emotional intelligence features of ice hockey players have been examined in respect to various demographic variables. The scope of the study includes totally 435 players between the ages of 16-30, 120 of woman, 315 of man, who are actively engaged with ice hockey in the cities keeping ice hockey rink Erzurum, Ankara, Izmir and Istanbul.

Sport Emotional Intelligence Inventory (SEII) which was developed by Shuttle and et al. (1998) after then edited for the sport by Lane and et al. (2009) and Turkish validity and reliability testing done by Adilogulları and Gorgulu (2015) has been applied to 435 players and the acquired data has been analysed with SPSS. The answers for personal questions given by the players who participated the research have been interpreted in pursuant of percentage and frequencies. Since there are more than 30 players in each of the compared groups, independent samples t-test technique has been utilized in the case of the independent variables consisting of two categories; on the other side, Anova and Kruskal-Wallis H test has been utilized in the case of independent variables including more than two categories.

As a result of this study, according to gender variable, woman players in the sub-dimension of social skills (p=0,030); according to age variable, players who are 26 and above in the sub-dimension of evaluating their own feelings (p=0,041) and controlling feelings

(p=0,049); according to city in which they are living, players who are in Ankara in the sub-dimension of empathizing with the others (p=0,000), controlling the feelings (p=0,000) and social skills (p=0,000), players who are in İzmir in the sub-dimension of revealing the feelings (p=0,000); according to education level, players who have bachelor's degree and above in the sub-dimension of empathizing with the others (p=0,003) and social skills (p=0,002); according to duration variable which they play

SB722

ANTRENÖRLERİN MEDYA OKURYAZARLIĞI DÜZEYLERİNİN BELİRLENMESİ

***[1]Hakan Sunay*, [2]Recep Cengiz, [1]Bayram Kaya**

[1]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA
[2]Celal Bayar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, MANİSA

***Email :** hsunay@ankara.edu.tr, rcengiz1965@gmail.com, bayramkaya400@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Son yıllarda internet ve özellikle de sosyal medya kullanımında hızlı bir artış görülmektedir. Facebook, Twitter, Instagram ve Youtube gibi sosyal medya internet uygulamaları bu alanda en çok kullanılan ve kullanıcıya çeşitli kolaylıklar sağlayan başlıca araçlardır. Son zamanlarda artan sosyal medya kullanımıyla birlikte farklı toplum ve grupların medya okuryazarlık düzeyini ortaya koymak amacıyla yapılan çalışma sayısı oldukça fazladır. Ancak spor alanında yapılan çalışmaların bir hayli az olduğu dikkat çekmektedir. Bu bağlamda; spor eğitimcisi olarak sporda başarıya etki ve katkısı tartışılmaz antrenörlerin medya okur-yazarlığı düzeylerinin belirlenmesi bu anlamda önem kazanmaktadır. Bu araştırmanın amacı, Ankara'daki farklı spor branşlarında görev yapan antrenörlerin medya okuryazarlığı düzeylerinin belirlenmesidir. Yöntem: Betimsel ilişkisel tarama modeline uygun olarak düzenlenen araştırmanın çalışma grubunu, Ankara'da görev yapan 235 spor antrenörü oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak, Karaman ve Karataş (2009) tarafından geliştirilen "Medya Okuryazarlık Düzey Belirleme Ölçeği" antrenörlere uyarlanarak kullanılmıştır. Verilerin analizinde aritmetik ortalama ve faktör analizlerine bakılmış, grup ortalamaları arasındaki farklılıkları karşılaştırmak için varyans analizi ve t-testi kullanılmıştır. Ölçeğin geneli için yapılan güvenilirlik çalışmasında Cronbach Alpha katsayısı .90 olarak hesaplanmıştır. Bulgular: Katılımcıların spor haberlerine ulaşma durumlarına bakıldığında 81 kişinin (%34,4) televizyon, 13 kişinin (%5,5) gazete veya spor dergileri, 39 kişinin (%16,5) bilgisayar yoluyla internet ve 102 kişinin (%43,4) cep telefonu aracılığıyla internet iletişim kanallarını kullandıkları belirlenmiştir. Sonuç: Antrenörlerin medya okur-yazarlığı düzeylerine göre internet kullanımı, haftalık gazete, dergi okuma ve internette vakit geçirme değişkenleri arasındaki farkın anlamlı olduğu saptanmıştır. Elde edilen bulgular ışığında antrenörlerin medya okur-yazarlık düzeylerinin genel olarak yüksek düzeyde olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Anahtar Kelimeler: Antrenör, Medya okuryazar

DETERMINATION OF THE LEVELS OF SPORT COACHES MEDIA LITERACY

Introduction and Aim: In recent years there has been a rapid increase in the use of the internet and especially social media. Social media internet applications such as Facebook, Twitter, Instagram and Youtube are the most used tools in this area and provide various facilities to the user. Recently, the number of studies conducted with the aim of revealing the media literacy level of different societies and groups with increasing use of social media is quite high. The aim of this research is to determine the media literacy levels of coaches working in different sport branches in Ankara. Method: The study group of the study, which is organized according to the descriptive relational screening model, constitutes 235 trainees working in Ankara. The "Media Literacy Level Determination Scale" developed by Karaman and Karataş (2009) has been used as a data gathering tool in the research. In the analysis of the data, the arithmetic means and factor analyzes were looked at, and the variance analysis and the t-test were used to compare the differences between the group averages. The Cronbach Alpha coefficient was calculated as .90 Findings: According to the participants' attitudes to sports news, 81 (34.4%) television, 13 (5.5%) newspapers or sports magazines, 39 (16.5%) internet via computer and 102 It has been determined that they use internet communication channels through their phone. Result: According to the media literacy levels of trainers, the difference between internet use, weekly newspapers, reading magazines and spending on the internet was found to be significant. The result obtained is that coaches' media literacy levels are generally high. Keywords: Coach, Media literate.

SB749

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN İYİMSERLİK DÜZEYLERİNİN ARAŞTIRILMASI

[2]Emre Belli, [2]Orcan Mızrak, [1]Davut Budak

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

Email : *emre.belli@atauni.edu.tr, orcan@atauni.edu.tr, dbudak@atauni.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Bu araştırmanın amacı; Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören öğrencilerin iyimserlik düzeylerinin araştırılmasıdır.

Metot: Araştırmada iyimserlik düzeyleri hakkında veriler elde etmek için; Balcı ve Yılmaz (2012) tarafından geliştirilen ''İyimserlik Ölçeği'' 246'sı erkek 134'u kadın olmak üzere toplamda 380 öğrenciye uygulanmıştır. Elde edilen verilerin değerlendirilmesinde SPSS programında frekans, bağımsız gruplarda t- testi ve tek yönlü varyans analizi (Anova), farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını bulmak için de Tukey testi yapılmıştır.

Bulgular: Katılımcıların cinsiyetler arası iyimserlik düzeylerinin karşılaştırılmasında kadın öğrencilerin lehine anlamlı farklılıklara rastlanmıştır. (p=,000). Katılımcıların yaşlarına göre iyimserlik düzeylerinin karşılaştırılmasında 1.sınıf öğrencilerin lehine anlamlı farklılıklara rastlanmıştır. (p=,000).

Sonuç: Buna göre; kadın öğrencilerin erkek öğrencilere,1.sınıf öğrencilerin ise 4.sınıf öğrencilerine oranla iyimserlik düzeylerinin daha yüksek olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: İyimserlik, Spor, Beden Eğitimi

AN INVESTIGATION OF OPTIMISM LEVELS OF THE STUDENTS MAJORING AT THE FACULTY OF SPORT SCIENCES

Introduction and Aim:The aim of this study is to explore Optimism levels of the students majoring at the Faculty of Sports Sciences at Ataturk University.

Method: For data collection, "Optimism Scale", which was developed by Balcı ve Yılmaz (2012)), was used in the present study to determine the optimism levels of students. This questionnaire was administered to a total of 577 students consisting of 398 male and 179 female students. For data analysis, through SPSS statistical packet program, frequency analysis was carried out, independent sample t- tests and one-way ANOVA were run and Tukey test was performed to find out the source of the difference among different groups of participants.

Findings: The results of the study showed that regarding gender, there was a statistically significant difference between female and male students in terms of their levels of Optimism (p=,000). As for the grade of participants, there were statistically significant differences among different grades of students in terms of their optimism levels (p=,000). Specifically, the first grade students were found to have higher levels of optimism.

Result: Based on the findings of the study, female students and the 1st grade students were found to have higher levels of optimism compared to male students and the 4th grade students. Keywords: Optimism, Sports, Physical Education

SB760

FUTBOL HAKEMLERİNİN NARSİSİZM DÜZEYLERİ VE YAŞAM TATMİNLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

[1]Tolga Tuna, [1]Gizem Turhan, [1]Hüseyin Köse

[1]Eskişehir Teknik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Eskişehir

Email : *tolgatuna@anadolu.edu.tr, gizgiztg@gmail.com, huseyink@anadolu.edu.tr*

Giriş ve Amaç Narsizim literatürü geçmişten günümüze birçok farklı disiplinde araştırma konusu olmuştur. Konuyla ilgili spor bilimleri literatüründe yapılan araştırmaların sporcuların narsistlik düzeylerini tespit etmeye yönelik olduğu görülmektedir. Bu bilgililer doğrultusunda bu araştırmanın futbol hakemlerinin narsistlik düzeyleri ile yaşam tatminleri arasındaki ilişkileri keşfetmeye yönelik hazırlanmıştır. Yöntem Araştırmanın amacı doğrultusunda toplam 423 faal futbol hakemine kolayda örnekleme yöntemi ile ulaşılmıştır. Hakemlerin narsisizm düzeylerini ortaya koymak için Raskin ve Terry, (1988) yaşam tatmini düzeylerini ortaya koymak için Diener vd., (1985) tarafından geliştirilen ölçme araçlarının ifadelerinden yararlanılmıştır. Elde edilen verilerin analizi için SPSS 22 paket programı aracığıyla çeşitli istatistiksel analizlerden yararlanılmıştır. Bulgular Araştırma kapsamında kullanılan ölçme araçlarına literatürde önerilen çeşitli geçerlilik, güvenirlilik analizleri uygulanmıştır. Yapılan analizler sonucunda kullanılan ölçme araçlarının geçerli güvenilir olduğu ortaya konulmuştur. Bunun yanı sıra futbol hakemlerinin narsizim düzeyleri ile yaşam tatminleri arasında çeşitli düzeylerde pozitif ilişkiler tespit edilmiştir. Sonuç Araştırmadan elde edilen sonuçlar gelişmekte narsiszm literatürüne spor bilimleri alanında önemli ampirik katkılar sağlamıştır.

INVESTIGATING THE RELATIONSHIP BETWEEN NARCICISM LEVELS AND LIFE SATISFACTION OF SOCCER REFEREES

Introduction The literatüre on Narcicism has been widely investigated on many different disciplines. The topic was researched about the level of narcicism of sport people on sport sciences literature. In parallel with of these information, the aim of the research is to put forth the relationship between narcicism levels and life satisfaction of soccer referees. Method For this purpose, the researchers used convenience sampling method and reacher 423 soccer referees. In order to explain narcisism levels the researchers used “Grandoise Narcisism Scale” developed by Raskin and Terry (1988) and to understand perceived life satisfaction the researchers used “Life Satisfaction Scale” developed by Diener et al., (1985). The obtained data were analyzed by SPSS 22 program and tested by various statistical analysis. Results and Conclusion The scales used for the research were analysed by reliability analysis and it can be stated the the scales are both valid and reliable. Also, there is a positive relationship between narcicism levels and life satisfaction of soccer referees on different levels. In sum, the results obtained from the research provides important empirical contributions to the field of sport science in developing narcicism literature.

SB772

OKUL YÖNETİCİLERİNİN İNOVASYON YETERLİLİKLERİNİN BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİNİN ÖRGÜTSEL YARATICILIK DÜZEYLERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

***[1]İhsan Kuyulu*, [2]Hakkı Ulucan, [3]Enes Beltekin**

[1]Harran Üniversitesi, Besyo, Şanlıurfa.
[2]Erciyes Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi.
[3]Bingöl Üniversitesi, Besyo, Bingöl

***Email :** ihsankuyulu444@hotmail.com, hakkiulucan@gmail.com, ens_bltkn@hotmail.com*

Bu çalışmanın amacı şanlıurfa ilindeki okullarda yöneticilik yapan yöneticilerin inovasyon yeterliliklerinin beden eğitimi öğretmenlerinin örgütsel yaratıcılık düzeylerine etkisinin incelenmesidir.

AN INVESTIGATION OF THE EFFECTIVENESS OF SCHOOL ADMINISTRATORS' INNOVATION COMPETENCE ON THE LEVEL OF ORGANIZATIONAL CREATIVITY OF PHYSICAL EDUCATION TEACHERS

The aim of this study is to examine the effects of the innovation competencies of the managers who manage the schools in the province of Şanlıurfa on the organizational creativity levels of the physical education teachers.

SB776

FUTBOL OYUN KURALLARINDA VİDEO YARDIMCI HAKEM SİSTEMİ (VAR)

[1]İstanbul Okan Üniversitesi Uygulamalı Bilimler Fakültesi, İSTANBUL

Email :

Giriş ve Amaç; FIFA (Uluslararası Futbol Federasyonları Birliği) teknolojinin futbolun içine girmesine dirense de, futbol maçlarının başarılı bir şekilde yönetilebilmesi, yapılan hata oranlarının azaltılması ve standart yönetim anlayışının geliştirilmesi için teknolojinin futbolun içine girmesi zorunluluğunu fark etmiştir. Bu araştırma, futbol için devrim niteliği sayılabilecek "Video Yardımcı Hakem Sisteminin (VAR)" ne olduğunu ortaya koyarak, teknolojinin futbola olan etkisini olumlu ve olumsuz yönleriyle ele almaktadır. Yöntem: Çalışmada, kaynak tarama tekniği kullanılmış olup konuyla ilgili kaynaklar taranmış ve değerlendirme yapılmıştır. Bu çalışmada gerekli olan veriler yazılı, basılı, görsel ve internet kaynaklarına dayanmaktadır Bulgular: FIFA, Fransa ile İtalya arasında 1 Eylül 2016 tarihinde oynanan hazırlık maçında tartışmalı pozisyonların tekrarını izlemek için ilk kez videolu sistem kullanılmasına izin vermiştir. Bu maç "futbolda devrim" niteliğinde sayılarak, çeşitli organizasyonlarda uygulanmasının futbola katkı sağlayabileceği görüşüne varılmıştır. Tartışmalı pozisyonlarda kullanılacak olan "Video Yardımcı Hakem Sistemi" uygulaması, yanlış verilen gol, penaltı, kırmızı kart veya yanlış cezalandırılan oyuncunun belirlenmesinde uygulanacaktır. Sistem, hakemin bir karar için yardım istemesi durumunda devreye girecek olup, maç ile ilgili olay videodan incelenecek, hakeme iletişim seti ile bildirilecek ve hakem kendisine iletilen bilgi doğrultusunda kararını verecektir. Sonuç: Futbol maçlarının başarılı bir şekilde yönetilebilmesi için yapılan hata oranlarının azaltılması ve standart yönetim anlayışının geliştirilmesi, teknolojik yardım olmaksızın pek mümkün görülmemektedir. Spesifik hatalarda yapılacak teknolojik yardım hem hakemlere hem de takımlara katkı sağlayacaktır. Günümüz futbolunda, görüntülü teknolojinin futbolun içinde ne kadar yer alması gerektiği ile ilgili karar, pilot olarak seçilen liglerde uygulandıktan ve ayrıntılı olarak tartışıldıktan sonra netleştirilmelidir. Karar verilmesi gereken en önemli şey: Hakemin, doğru kararlarıyla oyuna adalet ve şeffaflık getirmesini mi isteniyor ya da "Futbol Hatalar Oyunudur" söyleminin altında tartışarak, futbolun hatalarıyla daha güzel olduğu kanısı, görüşü ve sonucuyla mı devam etmek isteniyor. Benim kişisel görüşüm; profesyonel maçlarda futbolun dinamizmine zarar vermeden teknolojiden yararlanılması gerektiği, adalet ve şeffaflığın hakemler tarafından adil olarak dağıtılması yönündedir.

VIDEO ASSISTANT REFEREE SYSTEM (VAR) IN LAWS OF THE GAMES OF FOOTBALL

Introduction and Objective: This research reveals the "Video Assistant Referee System (VAR)", which can be considered as a revolutionary feature for football, and examines the effect of technology on football with its positive and negative aspects. Method: In the study, source scanning technique was used and related resources were scanned and evaluated. Findings: The "Video Assistant Referee System" which will be used in controversial positions will be applied in order to determine the wrong goal, penalty, red card or wrongly punished player. The system will be commissioned in case of a request for a decision by the referee, the event related to the match will be reviewed on video, the communication will be announced with the communication set and the referee will make the decision in accordance with the information communicated to him. Results: Reducing the error rates for successfully managing football matches and improving the standard management approach are unlikely to be possible without technological help. The technical assistance to be carried out on specific faults will contribute to both the referees and the teams. In today's football, the decision about how much space the video technology should take in football should be clarified after it has been applied in the selected leagues and discussed in detail. The most important thing to decide is; the referee is asked to bring fairness and transparency to the game with the right decisions or "Football is a Game of Faults" by discussing under the saying, football is better with the mistakes, the opinion and the result is desired to continue. My personal opinion; the need for technology to be used without damaging the dynamism of football in professional matches, and the fairness and transparency of the game should be distributed fairly by the referees.

SB787

MASLACH VE KOPENHAG TÜKENMİŞLİK ÖLÇEKLERİNİN TÜRKİYE YÜZME HAKEMLERİNE UYGULANMASI

[2]Yeter Aytül Dağlı Ekmekci, [1]Özlem Işık İnan, [1]Fatma Nur Dikmen, [2]Rıdvan Ekmekci

[1]Pamukkale Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, DENİZLİ
[2]Pamukkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, DENİZLİ

Email : *, , ,*

Giriş ve Amaç Spor hakemliği Dünya'da ilk olarak 1953'te Amerika'da, Türkiye'de 2015 yılında futbolda, 2017 yılında da basketbolda profesyonel sürece geçerek meslek tanımı yapılmış bir iş koludur. Ülkemizde Spor Genel Müdürlüğü 2017 yılı verilerine göre toplam 52 dalda 98330 (ayrıca futbolda Ağustos 2018 verilerine göre 5200) hakem görev almaktadır. Spor hakemliği genel olarak "ek iş, destek gelir kaynağı, ilgilenilen spor dalından kopmamak için bir fırsat ya da hobi" olarak algılansa da zamanla sporun tüm yönlerinin profesyonelleşmesiyle profesyonel bir iş ve ana gelir kaynağı olarak değerlendirilmektedir. Bu süreçte öncelikle; federasyonların istihdam ettiği ve insan kaynakları bakış açısıyla değerlendirerek eğitmesi, geliştirmesi, güçlendirmesi gereken hakemlerin mesleklerine bakış açılarını ve tükenmişlik durumlarını belirlemek yararlı olacaktır. Çalışmada tükenmişlik durumunu belirlerkenalan yazında birçok kez kullanılmış ve geçerlik güvenirliği yapılmış ölçme araçları olan Maslach ve Kopenhag tükenmişlik ölçeklerinin her ikisi de uygulanmış ve aralarındaki ilişkiye bakılmıştır. Zihinsel yorgunluk, kişisel başarı ve duyarsızlaşma alt boyutlarıylaMaslach ölçeğinde, kişisel tükenmişlik, işle ilgili tükenmişlik ve müşteriyle ilgili tükenmişlik alt boyutlarıylaKopenhag ölçeğinde doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Bu çalışma, ülkemizde yüzme dalının bilinirliği, bireysel bir spor olan yüzmede hakemin katılım düzeyi, yüzme karşılaşmalarının sıklığı ve önem düzeyi ile elde edilen gelir dikkate alınarak bu daldaki hakemlerin tükenmişlik durumlarına odaklanmıştır. Yöntem ve Sonuç Araştırma evrenini oluşturan Türkiye Yüzme Federasyonu'na kayıtlı 2136 hakeme google anket formu olarak gönderilmiştir. Formda kişisel bilgilere ait 15 soru, Maslach tükenmişlik ölçeğine ait 25 soru ve Kopenhag tükenmişlik ölçeğine ait 19 soru bulunmaktadır. Tüm ifadeler alanda uzman 3 araştırmacı tarafından yüzme hakemliğine uyarlanmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde istatistik programından yararlanılmış, güvenilirlik testlerinden sonra, frekans dağılımlarına, faktör analizlerine bakılarak her iki ölçeğin alt boyutları arasındaki ilişki incelenmiştir. Anahtar Kelimeler: Yüzme Hakemliği, Tükenmişlik, Maslach Tükenmişlik Ölçeği, Kopenhag Tükenmişlik Ölçeği

APPLICATION OF THE BURNOUT SCALES MASLACH AND COPENHAGEN TO SWIMMING REFEREES IN TURKEY

Introduction and Aim: Sport officiating is a business line, which is carried through the job description first in America in 1953 and in Turkey at football in 2015, at basketball in 2017. In our country, according to the General Directorate of Sports data at 2017, 98330 referees areas signed in a total of 52 branches. However, sports officiating is perceived generally as "additional work, supportive income source, an opportunity not to break the port of interestor hobby ", but as the sport begins to be more professionally in all other aspects, it is regarded as a profession and main incomes our cover time. In this process; it will be usefull to identify the views of the referee's to their profession and their level of burn out which are assessing and need to be trained, developed and strengthened from the perspective of human resources by federations. At this study in order to determine the burn out situation of swimming referees in Turkey both scales Maslach and Copenhagen which were used many times in the literature and had reliability and validity is applied. The relationship between the subfactors of this two scales is evaluated. The confirmatory factor analysis is made. This study focuses on the burnout status of referees in this branch, taking in to consideration the awareness of the swimming branch in our country, the level of involvement of the referee's in an individual sport, the frequency and the importance level of swimming encounter sand the income earned. Method and Conclusion:The study scales were sent as a google questionnaire form to 2136 swimming referee who forms the universe of there search. Keywords: Swimming Officiating, Burnout, Maslach Burnout Scale, Copenhagen Burnout Scale

SB818

KAPALI ALANLARDA SPOR YAPAN BİREYLERİN DOĞAYA BAĞLILIKLARININ İNCELENMESİ

[1]Övünç Erdeveciler, [1]Velittin Balcı, [1]Onur Bolat, [1]Alp Çelik

[1]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : *ovunc_erdeveciler@ankara.edu.tr, vbalci2@gmail.com, onurbolaat@gmail.com, alpcelikiletişim@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Doğaya bağlılık bireyin doğayla bağlantısı veya doğaya karşı yaşadığı duygusal bağdır. Modern kültürün bir parçası olarak çevre ve doğa yaklaşımlarının farklı sektörlerde tartışılıyor olması alışıldık bir yaklaşım haline gelmektedir. Bunun yanında çevresel tutumların bireysel farklılıkları, toplumu ve geleceğimizi ilgilendiren önemli bir konu haline gelmiştir. Doğaya dâhil olma duygumuz bizim günlük veya en azından mevsimlik davranışlarımıza yöne veren bir dürtüdür. Bu gerekçeyle çalışmanın amacı, spora katılan insanların doğaya bağlılıklarını ölçerek doğa ve spor ilişkisine zemin oluşturacak alan yazına katkıda bulunmaktır.

Yöntem: Araştırmaya Ankara ilinde ikamet eden ve kapalı alanlarda spor yapan 280 kişi katılmıştır. Araştırmada nicel araştırma modellerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmış olup. Küme Örnekleme Yöntemi kullanılmıştır. Çalışmada katılımcılara yaş, cinsiyet ve eğitim durumu gibi demografik bilgilerin bulunduğu kişisel bilgi formu ve 8 sorudan oluşan Mayer ve Frantz (2004) tarafından geliştirilmiş Bektaş ve ark.,(2017) tarafından Türkçe uyarlaması yapılmış olan doğaya bağlılık ölçeği uygulanmıştır. Ölçek sorularına verilen cevaplar SPSS 21 paket programında frekans, yüzde hesaplamalarının yanında bağımsız örneklem t testi ve one way anova testi kullanılmıştır.

Bulgular: Katılımcıların demografik verileri incelendiğinde %46.1'i kadın, %53,9'unun erkeklerden oluştuğu tespit edilmiştir. Yaş grupları incelendiğinde 17 – 74 aralığında ve ortalama 46,17 olduğu tespit edilmiştir. Cinsiyete göre doğaya bağlılıkları incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı bir farka rastlanmamıştır (t=,962, p>.05). Meslek gruplarına göre uygulanan varyans analizi sonuçlarına göre, doğaya bağlılıkları arasında anlamlı farklılık tespit edilememiştir (t=2,107, p>.05). Katılımcıların spor yapma sıklıklarına göre uygulanan varyans analizi sonuçlarında tüm alt boyutlarda ve ölçeğin genelinde anlamlı farklılık gözlemlenmiştir.

Sonuç: Kapalı alanda spor yapan katılımcıların doğaya bağlılık düzeyleri cinsiyete ve meslek gruplarına göre anlamlı farklılık göstermemiştir. Meslek gruplarına göre de doğaya bağlılık düzeyinde herhangi bir farklılık göstermemektedir. Eğitim düzeylerine göre doğaya bağlılıkları incelendiğinde ise eğitim düzeyi arttıkça doğaya bağlılığın arttığı gözlemlenmiştir.

Anahtar Kelimeler : - Doğaya bağlılık, Kapalı alan aktiviteleri, Spor

A STUDY ON THE CONNECTEDNESS LEVEL OF SPORT PARTICIPANTS AT INDOOR TO THE NATURE

Introduction and Aim : Connectedness to nature is the emotional connection that an individual has with nature or lives against nature. As part of modern cultures, environmental and nature approaches are being discussed in different sectors. The aim of this reasoning is to contribute to the field of space, which will form the basis for nature and sports relations by measuring the loyalty of people participating in the sport.

Method : The sample group of the study consisted of 280 participants who came to sports on certain days of the week at Indoor Sports facilities in Ankara. In order to determine the Connectedness to the Nature, we can use the scale, which was developed by Mayer and Frantz (2004), was used by Bektaş et al. (2017). The overall Cronbach Alpha coefficient of the scale was 88, and t test and variance analysis methods were used to determine the connectedness to the nature.

Findings : When the demographic data of the participants were examined, 46.1% were female and 53.9% were male. When the age groups were examined, it was determined that there was an average of 46.17 in the range of 17-74. A statistically significant difference was not observed when ties to nature were compared according to sex (t =, 962, p> .05). Significant differences were observed in all subscales and overall scale in the results of variance analysis applied according to the frequency of participants' sporting activities.

Conclusion : There was no significant difference between the participants and the groups. According to occupational groups, there is no difference in the level of commitment to nature. When the commitment to nature is examined according to education levels, it has been observed that as the level of education increases, commitment to nature increases.

Keywords : Connectedness to the nature - Indoor Areas Activities - Sport

SB832

SPOR KULÜPLERİNDE ÖRGÜT KÜLTÜRÜ VE ÖRGÜTSEL BAĞLILIK ÜZERİNDEKİ ETKİSİ: BEŞİKTAŞ JİMNASTİK KULÜBÜ ÖRNEĞİ

***[1]Serdar Ceyhun*, [2]Nedim Malkoç, [1]Deniz Selin Bakkal**

[1]Karabük
[2]Kocaeli

Email : *sceyhun@msn.com, nedim@gtu.edu.tr, denizselinbakkal@hotmail.com*

SPOR KULÜPLERİNDE ÖRGÜT KÜLTÜRÜ VE ÖRGÜTSEL BAĞLILIK ÜZERİNDEKİ ETKİSİ: BEŞİKTAŞ JİMNASTİK KULÜBÜ ÖRNEĞİ

Serdar Ceyhun1, Nedim Malkoç2, Deniz Selin Bakkal1. 1 Karabük Üniversitesi Hasan Doğan BESYO. 2 Gebze Teknik Üniversitesi.

Giriş-Amaç: Bu araştırmanın amacı; örgüt kültürü ile örgütsel bağlılık arasındaki ilişkiyi incelemek ve bazı demografik özelliklere göre katılımcıların örgüt kültürü ve örgütsel bağlılıklarındaki farklılıkları tespit etmektir. Gereç-yöntem: Bu yönüyle araştırma Korelasyonel bir çalışmadır. Araştırma, 2018 yılında Beşiktaş Jimnastik Kulübünde çalışan 127 birey üzerinde yürütülmüştür. Araştırmaya katılan çalışanların örgütsel bağlılık düzeylerini belirlemek için Diker (2014) tarafından Türkçe 'ye uyarlanan Örgütsel Bağlılık Ölçeği ve çalışanların örgüt kültürü düzeylerinin belirlenmesi için de Danışman ve Özgen (2003) tarafından geliştirilen Örgüt Kültürü Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde Spss paket programı kullanılmıştır. Bulgular: Demografik özelliklere göre elde edilen sonuçlar dikkate alındığında; katılımcıların örgütsel bağlılık düzeyleri, yaş, eğitim durumu, çalışılan pozisyon ve işyerinde çalışma süresine göre herhangi bir farklılık gözlemlenmediği halde; örgüt kültürü ölçeği için elde edilen bulgularda 20-29 yaş aralığındaki katılımcıların genel örgüt kültürü düzeyleri, klan eğilimi ve gelişme eğilimleri 30 yaş ve üstü katılımcılardan anlamlı şekilde daha yüksek olarak elde edilmiştir. Benzer şekilde eğitim durumu lisans ve lisansüstü olan katılımcıların gelişme eğilimleri ve genel örgüt kültürü düzeyleri, eğitim durumları lise ve önlisans olan katılımcılardan anlamlı şekilde daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Sonuç: Demografik değişkenlere göre örgütsel bağlılık düzeylerinde bir değişiklik olmazken, örgüt kültürü düzeylerinde belirli bir artış gözlemlenmiştir. Ayrıca eğitim düzeyi arttıkça örgüt kültüründe de artış olduğu ve örgütsel bağlılıkla örgüt kültürü arasında orta düzeyde bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır. Anahtar Kelimeler: Spor kulüpleri, Örgüt kültürü, Örgütsel bağlılık, Beşiktaş.

ORGANIZATIONAL CULTURE AND ORGANIZATIONAL COMMITMENT IN SPORTS CLUBS: BEŞIKTAŞ GYMNASTIC CLUB EXAMPLE

ORGANIZATIONAL CULTURE AND ORGANIZATIONAL COMMITMENT IN SPORTS CLUBS: BEŞIKTAŞ GYMNASTIC CLUB EXAMPLE Serdar Ceyhun1, Nedim Malkoç2, Deniz Selin Bakkal 1. 1 Karabük University Hasan Doğan School of Physical Education and Sports. 2 Gebze Technical Unıversity.

Introduction-Objective: The purpose of this research; to examine the relationship between organizational culture and organizational commitment and to identify differences in organizational culture and organizational commitment of participants according to some demographic characteristics. Material-Method: In this respect the research is a correlational study. The research was conducted on 127 individuals working in Beşiktaş Gymnastics Club in 2018. Organizational Commitment Scale adapted to Turkish by Diker (2014) in order to determine organizational commitment levels of employees participating in the survey and the Organizational Culture Scale developed by the Danışman and Özgen (2003) was used to determine the level of organizational culture of the employees. SPSS was used for analysis of the data. Findings: There was no significant difference in the level of organizational commitment of participants according to age, education status, working position and working time in the workplace. However findings for the organizational culture

scale showed that the levels of general organizational culture, clan tendency and development tendencies of participants in the 20-29 age range were significantly higher than participants aged 30 years and over. Participants with an education status of undergraduates and graduates were found to have significantly higher developmental tendencies and general organizational culture levels than participants with high school and associate degrees. Results: While there was no change in organizational commitment levels according to demographic variables, a certain increase in organizational culture levels was observed. In addition, it was concluded that as the level of education increased, there was an increase in organizational culture and that there was a moderate relationship between organizational commitment and organizational culture. Key words: Athletic clubs, Organizational culture, Organizational commitment, Beşiktaş.

SB845

AKILLI ŞEHİR UYGULAMALARINA YÖNELİK SPORUN İNCELENMESİ

[1]Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Kocaeli

Email :

Günümüz yaşantısında akıllı telefon, akıllı bina, akıllı araba ve daha birçok örnekte akıllı kavramı ile teknoloji bir araya getiriliyor. Akıllı şehirlerin birçok projesinin ve uygulamasının spor alanı ile çok yönlü ilişkisi olduğunu görmekteyiz. Akıllı şehirlerin şehir yaşantısında bireylerin yaşamlarını kolaylaştırması beklendiğine göre, spor alanında yer alan yöneticinin, antrenörün, sporcunun ve diğer ilgili kişilerinde hayatını spor özelinde kolaylaştırması beklenmektedir. Bu çalışma ile akıllı şehir uygulamalarına yönelik sporun incelenmesi amaçlanmaktadır. Çalışma nitel araştırma tekniğine dayalı olarak doküman incelemesi yöntemi ile gerçekleştirilmiştir. Türkiye ve yurt dışı akıllı şehir uygulamaları incelenerek spor alanına yönelik durum belirlenmiştir. Çalışma kapsamında elde edilen bulgulara göre akıllı şehir uygulamalarında spor alanına yönelik çalışmaların olduğu tespit edilmiştir. Akıllı şehir uygulamalarının sporun birçok yönüne katkı sağlayacak veriyi sunduğu görülmüştür. Sonuç olarak akıllı şehir uygulamalarının spor yönetimi, antrenman uygulamaları, spor tesisleri ve spor organizasyonları gibi sporda geniş bir alanı etkilediğini söyleyebiliriz.

AN ANALYSIS OF SPORTS FOR THE SMART CITY APPLICATIONS

In today's world, the concept "smart" and technology are brought together in many areas such as smart phones, smart buildings, smart cars and many more. We see that many projects and applications of smart cities have an all-round relationship with the sports field. The smart cities are expected to facilitate the lives of the individuals living in the city and therefore, it is also expected to make the lives of the manager, the coach, the athlete, and other related people in the field of sports much easier. In this study, it is aimed to examine sports for the smart city applications.

The study was conducted based on the qualitative research technique with the document review method. The applications of smart cities in Turkey and abroad were examined and the state regarding the sports field was determined.

According to the findings obtained within the scope of the study, it was found that there are operations being carried out regarding the sports field in the smart city applications. It was observed that the smart city applications provide data to contribute to many aspects of sport.

As a result, one can say that smart city applications do influence a wide area in sports, such as sports management, training practices, sports facilities and sports organizations.

SB847

SPORDA BÜYÜK VERİ KULLANIMININ İNCELENMESİ "BİGDATA"

[1]Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, KOCAELİ

Email :

Bir çok alanda olduğu gibi spor alanında da bilgisayar ve iletişim teknolojilerindeki gelişmeler büyük veri patlamasına yol açmıştır. Büyük verinin spor alanında tanımlanması ve kullanımına yönelik uygulamaların incelenmesi birçok yönden önem arz etmektedir. Bu çalışma ile büyük verinin spor alanında tanımlanması ve spordaki kullanımının incelenmesi amaçlanmıştır. Nitel araştırma yaklaşımı ile gerçekleştirilen çalışmanın verileri dokuman incelemesi yoluyla elde edilmiştir. İlgili literatür ve internet sitelerinden elde edilen veriler içerik analizi ile çözümlenmiştir. Çalışmada elde edilen bulgulara göre spor alanında büyük veri kullanımına yönelik çalışmaların olduğu ve verilerin dağınık bir şekilde spor alanında yer aldığını görmekteyiz. Kurumların ve spor organizasyonlarının, eğitim kurumlarının oluşturduğu dağınık verilerin olduğu tespit edilmiştir. Sonuç olarak spor alanında büyük veri kavramına yönelik oluşturulan verilerin bir araya getirilmesi gerekliliğini ve büyük verinin spor yönetimi, spor tesisleri, spor organizasyonları ve sportif performansın gelişimi için kullanılması gerektiğini söyleyebiliriz.

ANALYSIS OF

As in many areas, developments in computer and communication technologies in sports have led to a big data explosion. The examination of the applications for the identification and use of big data in the field of sports is of great importance in many respects. In this study, it is aimed to investigate the definition and the use of the big data in sports field. The study was conducted based on the qualitative research technique using the document review method. Relevant literature and data obtained from the websites were analyzed using the content analysis. According to the findings obtained in the study, it can be seen that there are works being carried out in the field of sports for the use of big data and that the data are scattered within the sports field. It was found that there are data composed of institutions, sports organizations and educational institutions. Hence, we can say that it is necessary to bring together the data regarding the concept of big data in the field of sports and to use it for the development of sport management, sports facilities, sports organizations and sports performance.

SB848

DENİZLİ İLİ SPOR MERKEZLERİ ÇALIŞANLARININ STRATEJİK İNSAN KAYNAKLARI YÖNETİMİ UYGULAMALARINA İLİŞKİN DEĞERLENDİRMELERİ

[2]Yeter Aytül Dağlı Ekmekçi, [1]Fatma Nur Dikmen, [1]Sümeyra Orhan

[1]Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, DENİZLİ
[2]Pamukkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, DENİZLİ

Email : *aytulekmekci@gmail.com, fndikmen@gmail.com, meyra93@hotmail.com*

DENİZLİ İLİ SPOR MERKEZLERİ ÇALIŞANLARININ STRATEJİK İNSAN KAYNAKLARI YÖNETİMİ UYGULAMALARINA İLİŞKİN DEĞERLENDİRMELERİ

Y. Aytül DAĞLI EKMEKÇİ, Fatma Nur DİKMEN, Sümeyra ORHAN Pamukkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, Denizli, Türkiye

Günden güne büyüyen spor sektöründe spor merkezleri gibi hizmet alanlarında stratejik insan kaynakları yönetiminin önemi üzerinde durulmaktadır. Bu nedenle çalışmanın amacı, stratejik insan kaynakları yönetimi uygulamalarının spor merkezi çalışanları tarafından özellikle çalışan verimliliğine etkisi açısından değerlendirilmesidir. Araştırma kapsamında insan kaynakları yönetimi uygulamalarının spor merkezi çalışanlarının verimliliğinde cinsiyete, yaşa, medeni duruma, mesleğe, eğitim durumuna, gelir durumuna ve kurumdaki pozisyonuna göre farklılık olup olmadığını ortaya koymak amaçlanmıştır. Araştırmanın evrenini Denizli ilinde bulunan Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğü'ne kayıtlı 49 tane spor merkezindeki 133 çalışan, örneklemini ise bu spor merkezlerinde çalışan ve basit tesadüfi örnekleme yöntemiyle seçilen 103 çalışan oluşturmaktadır. Spor merkezleri çalışanlarına 14 soruluk anket formu uygulanmış ve insan kaynakları yönetiminin çalışan verimliliği üzerine etkisi açıklanmaya çalışılmıştır. Sonuç olarak; stratejik insan kaynakları uygulamalarının çalışanların verimliliğini olumlu yönde etkilediği tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Stratejik İnsan Kaynakları Yönetimi, Spor Merkezi, Çalışan Verimliliği.

THE EVALUATIONS OF THE STAFF WORKING AT SPORTS CENTERS OF DENİZLİ PROVINCE REGARDING STRATEGIC HUMAN RESOURCES MANAGEMENT IMPLEMENTATIONS

THE EVALUATIONS OF THE STAFF WORKING AT SPORTS CENTERS OF DENİZLİ PROVINCE REGARDING STRATEGIC HUMAN RESOURCES MANAGEMENT IMPLEMENTATIONS

Y. Aytül DAĞLI EKMEKÇİ, Fatma Nur DİKMEN, Sümeyra ORHAN Pamukkale University, Faculty of Sports Science, Department of Sports Management, Denizli, Turkey

Strategic human resources management is marking great significance in public places like sports centers as a part of the sport industry that has grown rapidly in recent years. Thus, the objective of this study is to evaluate the impact of strategic human resources management implementations on staff efficiency at sports centers. The study has also explored whether the human resources management implementations affecting the efficiency of the staff at sports centers differ with regards to sex, age, marital status, occupation, schooling level, income level and position at the institution or not. The population of the study involved 133 employees working at 49 sports centers in the district of Denizli registered in Provincial Directorate of Youth Services and Sports while the sample group was formed by 103 employees working at these centers and selected by simple random sampling method. The employees

answered a survey of 14 questions that described the impact of human resources management on employees. All in all, it has been found that the strategic human resources management implementations hold positive impacts on staff efficiency.

Key words: Strategic Human Resource Management, Sports Center, Employee Productivity.

SB849

FIFA DÜNYA KUPASI'NDA VİDEO HAKEM UYGULAMASI (VAR)

[1]İstanbul Okan Üniversitesi Uygulamalı Bilimler Fakültesi, İSTANBUL

Giriş ve Amaç; Uluslararası Futbol Federasyonları Birliği (FIFA), ilk kez Video Hakem Uygulamasını 1 Eylül 2016 tarihinde Fransa ile İtalya arasında oynanan hazırlık maçında kullanılmasına izin vermiştir. Bu araştırma, 2018 FIFA Dünya Kupası'nda ilk kez uygulanan Video Hakem Uygulaması'nın (VAR) sonuçlarını ele almaktadır. Yöntem: Çalışmada, kaynak tarama tekniği kullanılmış olup konuyla ilgili kaynaklar taranmış ve değerlendirme yapılmıştır. Video Hakem Uygulamasını inceleme amacını taşıyan bu çalışmada gerekli olan veriler yazılı, basılı, görsel ve internet kaynaklarına dayanmaktadır.

Bulgular: Tartışmalı pozisyonlarda kullanılan "Video Hakem Uygulaması", yanlış verilen gol, penaltı, kırmızı kart veya yanlış cezalandırılan oyuncunun belirlenmesinde uygulanmıştır. Sistem, hakemin bir karar için yardım istemesi durumunda ya da VAR ekibinden bir uyarı geldiğinde devreye girmiş ve maç ile ilgili olay videodan incelenmiştir. Durum hakeme iletişim seti ile bildirilmiş ve hakem kendisine iletilen bilgi doğrultusunda kararını vermiştir. VAR ekibinden bir uyarı geldiğinde, hakem elini kulaklığına götürerek oyunu durdurmuş, VAR ekibi yakaladığı pozisyonu tekrar inceleyerek "tavsiyesini" hakeme iletmiştir. Hakem de bunun üzerine ya VAR ekibinden aldığı bilgiyle karar vermiş ya da pozisyonu bir kez daha saha kenarındaki ekrandan izleyerek son kararını vermiştir.

Sonuç: 2018 FIFA Dünya Kupası'nda oynanan 64 maçta VAR tarafından toplam 455 pozisyon incelenmiştir. Buna göre; VAR'ın her pozisyonda devreye girmediğini, bunlardan yalnızca 20'sinde müdahalede bulunduğunu tespit ediyoruz. 20 pozisyonun 17'sinde hakem verdiği kararı değiştirirken, 3 pozisyonda hakem verdiği kararı değiştirmemiştir. Hakemin kararını değiştirdiği pozisyonlar şunlardır: Dokuz kez penaltı kararı vermiş, üç kez de verdiği penaltıyı iptal etmiştir. İki kez futbolcuları 2. sarı karttan ihraç etmiş, iki kez ofsayttan iptal ettiği pozisyona gol kararı vermiş, bir kez de yanlış oyuncuya gösterilen karttan dolayı kararını değiştirmiştir. Yalnızca 3 pozisyonda VAR'ın verdiği karar hakem tarafından seyredilmeden uygulanmıştır. İncelenen 455 pozisyonda; VAR'sız % 95,6 doğru karar verilirken, VAR ile % 99,35 doğru karar verilmiştir. VAR ile hakem kararlarında yüzde 99.35 gibi

VIDEO ASSISTANT REFEREE SYSTEM (VAR) IN FIFA WORLD CUP

Introduction and Objective: This research examines the results of the Video Assistant Referee System (VAR), first implemented in the 2018 FIFA World Cup.

Method: The data required for this study, which aims to analyze the Video Assistant Referee System, is based on written, printed, visual and internet sources.

Findings: The "Video Assistant Referee System" which used in controversial positions has been applied in the determination of the wrong goal, penalty, red card or wrong penalized player. The system has been commissioned when the judiciary requests help for a decision or when a warning is received from the VAR team and the video event related to the match has been examined. The situation was reported with the communication set and the referee made the decision in the direction of the information communicated to him. When a warning was received from the VAR team, the referee stopped the game by taking the hand to the head, and the VAR team reviewed the position it had caught and re-submitted the "recommendation".

Results: A total of 455 positions were examined by VAR in 64 matches played in the 2018 FIFA World Cup. According to this; We find that VAR does not go into effect in every position, only 20 of them are involved in intervention. While he was changing the decision he made at the 17 position in the 20 position, he did not change the decision he gave at the 3 position. In only 3 positions, VAR's decision was applied without being watched by the referee. In the 455 positions examined; When 95.6% correct decision was made without VAR, 99.35% decision was made with VAR. With VAR, 99.35 percent of the referee's decisions were caught with a huge success rate.

SB850

SPOR TESİSLERİNİN GELECEĞİ YEŞİL BİNALAR OLABİLİR Mİ? ESKİŞEHİR SU SPORLARI MERKEZİ ÖRNEĞİ

***[1]Veli Onur Çelik*, [1]Sevda Gökce Yüce, [2]Gülsüm Topal**

[1]Eskişehir Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi
[2]Anadolu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü

***Email :** onurcelik@anadolu.edu.tr, sgokce@anadolu.edu.tr, gulsumtpl@hotmail.com*

Giriş: Günümüz dünyasında yaşanan dönüşüm, değişen ekosistemlerde sürdürülebilir kaynak yönetimini en önemli yönetim stratejilerinden biri haline getirmiştir. Sahip olunan kaynakların gelecek kuşakların gereksinimlerini karşılayabilme olanağından ödün vermeden bugünün gereksinimlerinin karşılanması olarak tanımlanabilecek sürdürülebilirlik kavramı tüm disiplinlerde üzerinde çalışmalar gerçekleştirilmesi ve yönetilmesi gereken bir alan olarak görülmektedir. Bu kapsamda yeniden tanımlanmaya ve yönetilmeye ihtiyaç duyan alanların başında spor tesislerinin geldiği ifade edilebilir. Amaç: Bu araştırmanın amacı; geleceğin spor tesisleri olarak nitelendirilebilecek çevreye duyarlı spor tesislerini yönetimsel düzeyde incelemek ve kaynak yönetimi adına önemli ipuçları sunmaktır. Yöntem: Araştırma kapsamında Türkiye'de kamuya ait ve LEED (Leadership in Energy and Environmental Design) Yeşil Bina Sertifikasına sahip ilk spor tesisi olan Mustafa Kemal Spor Kompleksinde (Eskişehir) idari ve teknik yönetici olarak görev alan bireyler ile yarı yapılandırılmış görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Bulgular ve Sonuç: Yapılan görüşmeler neticesinde sürdürülebilir binaların inşa edilmesi ve verimli kaynak yönetiminin uzun vadede kamu kurumlarının maliyetlerini düşürmede kilit rol oynadığı belirlenmiştir. Ayrıca çevreye duyarlı yapılar olarak da ifade edilebilecek bu binaların çevresel, ekonomik ve sosyal olarak çok çeşitli faydalar sağladığı ifade edilmiştir.

CAN THE FUTURE OF SPORTS FACILITIES BE GREEN BUILDINGS? ESKİŞEHİR WATER SPORTS CENTER CASE

Introduction: The transformation that has taken place in today's world has made sustainable resource management one of the most important management strategies in changing ecosystems. The concept of sustainability, which can be defined as meeting the needs of today's needs without compromising the ability of the resources to meet the needs of future generations, is seen as an area in which all disciplines need to be studied and managed. In this context, it can be said that sports facilities come at the top of the areas that need to be redefined and managed. Aim: The purpose of this research; to examine environmentally sensitive sports facilities, which can be described as sports facilities of the future, at an administrative level and to provide important clues for resource management. Method: Research within the scope of the public in Turkey and LEED (Leadership in Energy and Environmental Design) first sports facility with the Green Building Certification Mustafa Kemal Sports Complex (Eskişehir) with administrative and technical managers served as the individuals was conducted semi-structured interviews. Findings and Result: It has been determined that sustainable buildings are built as a result of the negotiations and efficient resource management plays a key role in reducing the costs of public institutions in the long run. It is also stated that these buildings, which can also be expressed as environmental sensitive structures, provide a wide variety of environmental, economic and social benefits.

SB861

TÜRKİYE'DE 6-12 YAŞ ÇOCUK FUTBOLUNUN (GRASSROOTS) GELİŞTİRME VE SÜRDÜRÜLMESİNE YÖNELİK MODEL ÖNERİSİ

[1]İstanbul Gedik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İSTANBUL

Email :

Giriş ve amaç Günümüz teknolojisinin getirilerinden birisi olan hareketsiz yaşam çocukları da etkilemiş ve fiziksel gelişimlerini etkileyecek duruma gelmiştir. Buna benzer sorunları aşmak için birçok ülkede fiziksel aktivite ve oyun içerikli uygulamalar yapılmaktadır. UEFA ve FIFA'nın desteklediği ve geliştirdiği Grassroots Çocuk Futbolu, 6-12 yaş arasındaki çocukları futbol ile buluşturmakta, yetenekli çocukları elit futbola kazandırmakta ve herkesin spor yapmasına olanak sağlamaktadır. Birçok ülkede çocuklara yönelik yapılan sosyal gelişim ve entegrasyon temelli faaliyetler ülkemizde düzenli olarak yapılamamaktadır ve eksikliği ciddi şekilde hissedilmektedir. Bu çalışmanın amacı, Türkiye'de 6-12 yaş çocuk futbolu (Grassroots) faaliyetlerinin geliştirilme ve sürdürülmesine yönelik bir model önerisinde bulunmaktır. Yöntem Çalışmada yöntem olarak nitel araştırma kullanılmış ve olgubilim (fenomenoloji) deseninden yararlanılmıştır. Verilerin toplanmasında yarı yapılandırılmış görüşme formu uygulanmış ve toplamda 15 kişiyle görüşme yapılmıştır. Görüşmede toplanan veriler yazıya geçirilerek düzenlenmiş, NVIVO 10 programı aracılığı ile kodlamaları yapılmış ve temalar oluşturulmuştur. Bulgular Görüşmeler "Çocuk futbolu görüşme bulguları" ve "Uygulama geri bildirim bulguları" şeklinde iki ana başlık altında kategorize edilmiştir. Çocuk futbolu görüşme bulguları başlığı altında "amaç ve özellikler", "maddi kaynakların önemi (sponsor desteği ve UEFA'nın teşviki)", "sorunlar (altyapı antrenörlerinin gelirleri, elit takımlardaki altyapı sorunu, siyasi engeller, maddi kısıtlılıklar, tesis yetersizliği, eğitim sistemindeki sorunlar ve gönüllülük kavramı sorunu)", "paydaşlar (üniversiteler, sponsorlar, Milli Eğitim Bakanlığı, belediyeler, Türkiye Futbol Federasyonu, kulüpler)", "Avrupa'da Grassroots" ve "öneriler" alt başlıkları şeklinde bulunmuştur. Uygulama geri bildirim bulguları ise dört tema altında incelenmiştir. Bu temalar: "Çocukların kaynaşması (önyargıların kırılması, dil öğrenimi, cinsiyet eşitliği)", "Daha çok çocuğa ulaşılması", "Uygulama alanı seçimi (okula yakınlık, uygulamanın ciddiyeti, açık hava, zeminin yumuşak olması)" ve "Etkinlik zamanı (müfredat yoğunluğu, ulaşılabilirlik)" olarak belirlenmiştir. Sonuç Araştırma neticesinde şebeke tipi örgüt temelli alternatif beş farklı model önerisi tasarlanmış, minimum paydaş sayısı, kurum içi hızlı iletişim ağı ve bünyesindeki beden eğitimi öğretmeni gücüyle MEB / Okul aracılığındaki model, dinamik şebeke organizasyon yapısıyla uygulanabilecek en iyi model olarak düşünülmüştür.

A MODEL FOR DEVELOPMENT AND SUSTAINABILITY OF CHILDREN FOOTBALL (GRASSROOTS) FOR 6-12 YEARS OLD IN TURKEY

Introduction Present technology cause sedentary lifestyle, physical development of children is influenced by that. In most countries various game content physical activity applied. Children Grassroots developed and supported by UEFA and FIFA, has been gathering together 6-12 year child and football, bringing talented children in elite football and giving people an opportunity for active life. In our country social development and intepration based activities integrated for children is not committed. The purpose of this study is proposing a model embracing development and prosecution of children Grassroots football activities in Turkey. Method Qualitative research and phenomenology are used as of method in this study. Semi-structured interview form was implemented for collecting datas and treated with 15 people have been regulated by putting in a written form and with NVIVO 10 programme themes had been constituted. Results Interviews had been categorized to two titles. Children football interview results and practices feedback results. In title of children football interview results, propose and properties, importance of pecuniary resources (support of sponsor, encouragement of UEFA) issues (revenue of trainers, youth setup of elite team, political handicaps, pecuniary poorness, inefficacy of facilities, issues of educational system and volunteering), partners, Grassroots in Europe and proposal are subtitles. Practice feedback results have been analyzed into four themes. Socialization of children, connecting to more children, practice field and time of activity. Conclusion In conclusion of this research, five different type model network organization based, minimum included number of partners, rapid connection, network in company and MEB gymnasts is as the most ideal model.

SB880

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTELERİNDE GÖREV YAPAN AKADEMİK PERSONELİN MOBBİNGE MARUZ KALMA DURUMLARININ İNCELENMESİ

[1]Yavuz Öntürk, [2]T. Osman Mutlu

[1]Düzce Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Düzce/Türkiye
[2]Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi/Muğla

Email : *yavuzonturk@hotmail.com, omutlu1907@hotmail.com*

Bu araştırma Spor Bilimleri Fakültelerinde görev yapan akademik personelin mobbinge maruz kalma durumlarının incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Veri toplama aracı olarak araştırmaya katılan akademik personelin mobbing'e maruz kalma durumlarını belirlemek amacıyla Leymann, (1990) tarafından geliştirilen Önertoy (2003) tarafından Türkçeye uyarlanan LIPT Questionnaire (Leymann Inventory of Psychological Terror) ölçeği kullanılmıştır. İstatistiksel hesaplamalar SPSS (version 17,0) istatistik programında yapılmıştır. Araştırmaya katılan akademik personelin %18,8 i spor yönetimi, %18,8 i eğitim bilimleri, %21,3'ü hareket antrenman, %23,8'i rekreasyon ve % 17,5'i ise psikososyal alanda uzmanlığa sahip oldukları görülmektedir. Araştırmaya katılan akademik personelin %37.5 inin kadın, % 62.5 inin ise erkek oldukları görülürken. Araştırmaya katılan akademik personelin %22,5'inin Doç. Dr., %38,8'inin Dr. Öğr. Üyesi, % 17,5'inin Öğr. Gör., % 21,3'ünün ise Araş. Gör. unvanlarına sahip oldukları görülmektedir. Araştırmaya katılan akademik personelin %11,3'ünün 22- 26 yaş arasında, %21,3'ünün 27-31 yaş arasında, %20'sinin 32-36 yaş arasında, %20'sinin 37-41 yaş arasında, %11,3'ünün 42-46 yaş arasında, %16,3'ünün ise 47 yaş ve üzerinde oldukları görülmektedir. Araştırmadan elde edilen bulgular ışığında çeşitli değişkenler açısından incelenmiştir. Sonuç olarak yapılan istatiksel analiz sonucunda akademik personellerin sahip oldukları unvanla mobbinge maruz kalma durumları arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir (P<0,05). Ayrıca tukey testine göre Doçent Doktor ile Araştırma Görevlisi, Yardımcı Doçent Doktor (Dr. Öğr. Üyesi) ile Araştırma Görevlisi arasında, Öğretim Görevlisi ve Araştırma Görevlilerinin mobbing'e maruz kalma düzeyleri arasında anlamlı farklılıklara rastlanmıştır (P<0,05). Buna göre araştırmaya katılan akademik personelden mobbinge en fazla maruz kalan personelin Araştırma Görevlileri oldukları tespit edilmiştir.

SPORT SCIENCES FACULTY OF ACADEMIC STAFF WHO ARE EMPLOYED IN THE INVESTIGATION OF UNDER GO TO MOBBING

This research is carried out to analyze Faculty of sport science academic personnel's exposing mobbing situations. 120 questionnaire forms copied and applied in Denizli, Kütahya and Aydın province's Physical Education and Sport Colleges by posting. And it is applied in person in İzmir, Muğla and Manisa province's Physical Education and Sport Colleges. Totally %66,6 of delivered questionnaires returned back and total 80 questionnaires were received for consideration. LIPT Questionnaire (Leymann Inventory of Psychological Terror) Scale enhanced by Leymann, (1990) and adapted to Turkish by (2003) Önertoy is used for determining participant academic personnel's espousing mobbing situations as data collection tool. Five point likert scales is used for scaling questions. This scale consists of (1) never, (2) seldom, (3) sometimes, (4) usually and (5) always options. Scale is made up of 65 article questions. Question form made up of 8 questions is used to determine demographical characteristics of Physical Education and Sport Colleges academic personals. Information about demographic characteristics such as branch, gender, age, educational status, working status, working time, income status and title of academic personals is tried to figure out. Statistical calculations is SPSS (version 17, 0) recorded in statistic program. T-test and one way variance analysis Anova are used in the analysis of acquired data. And relation with several demographic factors is investigated according to tukey test. In the light of data acquired in this research a variety of variables are investigated. Consequently significant difference is confirmed between academic personnel's title and in exposing to mobbing rates at the end of statistical analyzes (P<0, 05). Additionally according to tukey test significant difference is confirmed between associate professor and research assistant, assistant associate doctor and research assistant, instructor and research assistant in exposing mobbing rates (P<0,05). Accordingly it is confirmed that the most exposed mobbing personnel is participant

SB894

GRASSROOTS GÖNÜLLÜ LİDERLİĞİNDE EĞİTMENLERİN UYGULAMA BAŞINDA EĞİTİMİ: İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ ÖRNEĞİ

***[1]Hülya Ünlü*, [1]Serkan Esen, [1]İlknur Hacısoftaoğlu, [2]Yeşer Eroğlu, [1]Utku Tuna, [1]Tuna Uslu**

[1]İstanbul Gedik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul
[2]Fenerbahçe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

***Email :** hulu.unlu@gmail.com, serkanesen@gmail.com, ilknurhaci@gmail.com, yeserada@hotmail.com, utku.tuna@gedik.edu.tr, tuna.uslu@gedik.edu.tr*

Gelişmiş ülkelerde futbol branşına yönelik yapılan gelişim uygulamaları genellikle çocuğun ilkokul çağlarına denk gelmektedir. Çocuk futbolu olarak karşımıza çıkan Grassroots, Avrupa Futbol Federasyonları Birliği'nin (UEFA) de desteği ve yönlendirmeleri ile 6 yaşından itibaren çocukları futbol ile buluşturmakta, yetenekli çocuklar elit futbola kazandırılırken aynı zamanda herkesin spor yapmasına da olanak sağlamaktadır. Çocuk futbolu olarak adlandırabileceğimiz bu tip uygulamaların devamında elde edilen kazanımlar ile hem toplumun spor kültürüne hem de uluslararası düzeyde başarılarına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. İstanbul Gedik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Spor Yöneticiliği Bölümü 2. ve 4. Sınıf öğrencileri 2018 yılı Bahar döneminde "Topluma Hizmet Uygulamaları" dersi kapsamında Suriyeli Mülteci çocuklar ile Türk çocukları kaynaştıran bir eğitim ve futbol uygulaması yapılmıştır. Üniversite öğrencileri uygulamada çocuklara eğitim vermek üzere rol almıştır. Uygulama öncesinde eğitmenlik yapacak öğrencilerin tümüne Türkiye Futbol Federasyonu tarafından sabah teori öğleden sonra saha uygulaması olmak üzere 2 günlük "Gönüllü Liderlik Kursu" eğitimi verilmiştir. 8 hafta boyunca haftada 3 seans olacak şekilde Türk ve Suriyeli çocuklarla saha uygulaması yapılmış ve uygulama sonunda öğrencilere son test uygulanmıştır. Öğrencilere uygulama ve eğitimler öncesinde ve 8 haftanın sonunda bir envanter uygulanmıştır. Bağımsız değişken olan liderlik yaklaşımını ölçmek ve öğrencileri yönlendirmenin etkisini tespit edebilmek için Chelladurai ve Saleh (1980) tarafından geliştirilen "Spor İçin Liderlik - LSS" ölçeği kullanılmıştır. Aracılık rolü oynaması açısından, öğrencilerin etkilenimleri "Psikolojik Güçlenme" ölçeği Spreitzer'den (1995) ve "Özerk-İlişkili Benlik" Kağıtçıbaşı'ndan (2013) alınarak değerlendirilmiştir. Bağımlı değişken rolündeki "Algılanan Bireysel Performans" ise, Sigler ve Pearson (2000) tarafından kullanılan ifadelerden oluşmaktadır. Demografik bulgular ve fark testleri SPSS programı aracılığıyla yapılmıştır. Değişkenlerin geçerlilik ve güvenilirliklerini belirleyebilmek için tüm ölçeklere varimax döndürmesi ile keşifsel faktör ve iç tutarlılık analizleri uygulanmıştır. Ara değişkenlik analizi farklı hiyerarşik regresyon modeller kurularak aracılık testi (Baron ve Kenny, 1986) ile gerçekleştirilmiş ve Sobel ile test edilmiştir. Sonuçta; eğitmenlerin eğitiminde liderlik yaklaşımının, eğitilenlerin psikolojik güçlenmeleri ve benlik algıları aracılığıyla performanslarını artırdığı bulunmuştur.

GRASSROOTS TRAINING AT VOLUNTEER LEADERSHIP IN APPLICATION: ISTANBUL GEDIK UNIVERSITY SAMPLE

Equations in the age of primary school. As a children's soccer team, the European Football Federations Union (UEFA), together with the form and direction of the team, provide sports opportunities for children from 6 years of age to participate in sports by bringing together elite soccer players. The achievements achieved with these types of applications, which we can call child football, have been successfully achieved in sports culture. Istanbul Gedik University Sports Sciences Faculty Sports Management Department 2nd and 4th Classes Spring Semester 2018 "Collective Service Applications" made a training and football application that combines Turkish children with Syrian refugee children. Applying to university application to give education to children. Turkey Football Federation after morning noon theory applied field, including 2-day "Volunteer Leadership Course" has training. The Turkish and Syrian children with 3 sessions per week for 8 weeks were subjected to the last test applied and practiced by the field application. At the end of 8 weeks, an application was applied to the students. There is a "Leadership for Sports - LSS" scale made by Chelladurai and Saleh (1980). The "Psychological Strength" scale was assessed by Spitzer (1995) and the "Autonomous-Related Self" Paperworker (2013). "Perceived Individual Performance" in the dependent variable role was developed by Sigler and Pearson (2000). Demographic and differential

tests for the SPSS program. In order to determine the validity and reliability of the variables, varimax rotation and exploratory factor and internal consistency analyzes were applied with all variations. Interpreting was carried out with different regula- tory models by regulating the intervention test (Baron and Kenny, 1986) and testing with Sobel. Results; it has been found that the leadership approach in the education of the trainers, the psychological aspects of the trainers, and the performance of the self-perceptions.

SB902

KADINLARIN GİRİŞİMCİLİK EĞİLİMİ ÜZERİNDE SPOR YAPMANIN FARKLILAŞTIRICI ETKİSİNİN İNCELENMESİ

[1]Tuna Uslu, [2]Ayşin Şişman, [1]İlknur Hacısoftaoğlu, [1]Hülya Ünlü

[1]İstanbul Gedik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul
[2]İstanbul Gedik Üniversitesi Kadın Girişimciliği Uygulama Ve Araştırma Merkezi, İstanbul

Email : *tunauslu@gmail.com, aysin.sisman@gedik.edu.tr, ilknur.hacisoftaoglu@gedik.edu.tr, hulya.unlu@gedik.edu.tr*

Giriş: Girişimcilik eğilimi, özellikle kadınların hayatta kendilerini ortaya koyma ve kendilerine alan açma çabalarından biri olarak karşımıza çıkmaktadır. Literatür incelendiğinde, girişimci kadın yöneticilerin stresle başa çıkma yöntemleri araştırıldığında, ilk on içinde spor yapmanın yer aldığı görülmektedir (Kara ve Sezici, 2013). Diğer taraftan, iş hayatında golf oynama ve spor karşılaşmaları gibi etkinliklere davet edilmeyen veya düzenli olarak katılamayan kadınların, önemli iş bağlantılarının dışında kaldığı da tespit edilmiştir (Anafarta vd., 2008). Literatürdeki bu bulgular, spor yapmanın kadın girişimciliğinde kolaylaştırıcı ve güçlendirici bir rol oynadığını düşündürmektedir. Yöntem: Sporun farklılaştırıcı etkisini incelemek amacıyla, çalışmanın nicel araştırma kısmı için bir envanter oluşturulmuş ve 152 üniversite son sınıf öğrencisine uygulanmıştır. Envanterde 5'li Likert ölçeği kullanılmış ve elde edilen verilere SPSS programıyla frekans, fark analizleri, korelasyon ve regresyon testleri yapılmıştır. Girişimcilik eğilimi için, Avşar (2007) ile Yılmaz ve Sünbül (2009) tarafından geliştirilmiş girişimcilik eğilimi ölçeklerindeki ifadelerden yararlanılmıştır. Yaşam doyumu ölçeği Diener ve arkadaşlarından (1985) alınmıştır. Girişimcilik eğilimi değişkeninin boyutlarını anlamak amacıyla SPSS'de varimax döndürmesi ile keşifsel faktör ve Cronbach Alpha iç tutarlılık analizleri uygulanmıştır. Aktif spor yapma durumuna göre örneklemin girişimcilik eğilimi ve yaşam doyumu ifadelerinde farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek amacıyla parametrik olmayan Mann Whitney U Testi uygulanmıştır. Bulgular ve Sonuç: Katılımcıların yaş ortalaması 21'dir. "Yaşam koşullarım mükemmeldir" ifadesine spor yapanların (f=3,41) spor yapmayanlara (f=2,67) göre daha fazla katıldıkları tespit edilmiştir (p=,028). Diğer taraftan, "Bir şeye inandığımda, başkalarının onayına gerek duymadan o işi yaparım" ifadesine ise spor yapmayanların (f=4,17) yapanlara (f=3,37) göre daha fazla katıldıkları bulunmuştur (p=,016). Ayrıca kadın öğrenciler daha az baskı ve daha fazla özgürlük arayan, yeni şeyler denemeye yönlendiren ifadelere daha çok katıldıkları görülmektedir. Regresyon analizi sonucunda; kadınların spor yapıyor olması girişimcilik eğilimi toplam puanı üzerinde pozitif katkıya sebep (F=3.400; p<,05) olabilirken, erkeklerin çalışıyor olmasının girişimcilik eğilimi toplam puanı üzerinde pozitif katkıya sahip (F=3.244; p<,05) olduğu görülmektedir. Kadın öğrencilerin spor yapıyor olması girişimcilik yönelimlerini artırmaktadır.

THE EFFECTS OF SPORT ON THE ENTREPRENEURSHIP TENDENCY OF WOMEN

Introduction: The entrepreneurial tendency emerges as one of the struggles of women, especially in their attempts to open themselves up and make space for themselves. When the literature is examined, it is seen that when the methods of coping with stress of entrepreneurial women managers are investigated, in the top ten sports are taking place. On the other hand, it has also been found that women who are not invited or participated regularly in activities such as golfing and sporting events in business are excluded from important business connections. These findings in the literature suggest that sport plays a facilitating and empowering role in women's entrepreneurship. Method: In order to investigate the effects of the sport, an inventory for the quantitative research of the study was created and applied to 152 university students. A 5-point Likert scale was used in the inventory and frequency, difference analysis, correlation and regression tests were performed on the obtained data with SPSS program. In order to understand the dimensions of the entrepreneurship tendency variable, the exploratory factor and Cronbach Alpha internal consistency analyzes were applied by varimax rotation in SPSS. Results and Conclusion: The mean age of the participants was 21 years. Female students are more likely to participate in expressions that lead to less pressure and more freedom and to try new things. As a result of regression analysis; The fact that female participants doing sports, positively contributed to the total score of the entrepreneurship tendency (F = 3.400; p <.05), whereas working condition for male participants had a positive contribution to the total score of entrepreneurship tendency (F = 3.244; p <.05). The fact that female students are doing sports increases their entrepreneurial orientation.

SB925

VAR'LIĞIN YETER! FUTBOLDA VİDEO YARDIMCI HAKEM SİSTEMİ

***[1]Sabiha Gizem ENGİN*, [2]Veli Onur ÇELİK**

[1]Anadolu Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ESKİŞEHİR
[2]Eskişehir Teknik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ESKİŞEHİR

***Email :** s.gizemengin@gmail.com, ocelik@anadolu.edu.tr*

Türkçe 'si 'Video Hakem Uygulaması olan VAR, karşılaşma devam ederken maçın orta hakeminin karar vermekte güçlük çektiği bir pozisyonda ya da pozisyonlarda, bir başka hakemin ya da hakemlerin pozisyonun tekrarını video aracılığıyla izlediği ve orta hakeme yardımcı olduğu sisteme denmektedir. VAR ekibinden uyarı geldiğinde, hakem elini kulaklığına götürerek oyunu durdurmaktadır. VAR ekibi yakaladığı pozisyonu tekrar inceleyerek "tavsiyesini" hakeme iletmekte, hakem bunun üzerine VAR ekibinden aldığı bilgiyle karar vermekte ya da pozisyonu bir kez de saha kenarındaki ekrandan kendisi izleyip son kararını vermektedir. Geçtiğimiz yıl FIFA Konfederasyonlar Kupası'nda kullanılan VAR, 2018 Dünya Kupası'nda aktif olarak kullanılmış, ülkemizde ise 5 Ağustos 2018 Süper Kupa Finali ile kullanılmaya başlanmıştır. Yeni bir sistem olarak futbol dünyasına giren VAR sistemine karşı, yönetici, antrenör ve hakemlerin olumlu ve olumsuz görüşleri, deneyimleri ve önyargıları bulunduğu görülmektedir. Bu yenilikçi yaklaşımdan yola çıkılarak gerçekleştirilen bu çalışmanın amacını, VAR sistemi ile birebir ilişki içerisinde olan Süper Lig hakemlerinin bu yeniliğe olan bakış açılarının, tecrübe ve deneyimlerinin ortaya çıkarılması oluşturmaktadır. Bu çalışma; Türkiye Futbol Süper liginde görev yapan 5 hakem ile yürütülmüş ve nitel araştırma yöntemlerinden biri olan, yarı yapılandırılmış görüşme tekniğinden yararlanılmıştır. Görüşme formu ile gerçekleştirilen araştırmanın sonucunda deşifreleri yapılarak metin haline dönüştürülen veriler, içerik analizi yöntemi kullanılarak analiz edilmiştir. Elde edilen veriler doğrultusunda VAR sisteminin sahalarda devrim niteliğinde bir değişiklik olarak karşımıza çıktığı görülmektedir. Yanlış kararların düzeltilmesi, adaletin sağlanması, eyyamın önüne geçilmesi için en uygun sistem olarak değerlendirmektedir. Bununla birlikte hakeme olan güvenin sarsılması, son sözün yine orta hakemde olması ve son karar vericinin o olması gibi dezavantajlarının olduğu dile getirilmekte ve oluşan önyargılar ortaya konmuştur. Tüm bu bilgiler ışığında, VAR sisteminin futbola bambaşka bir boyut getirdiği ve alışılmış futbol algısını değiştirdiği ifade edilebilir. Tüm bu güncel yaklaşımlara karşı hakemlerin uyum için sarf ettikleri çaba görüş ve deneyimleri ortaya konmaktadır.

VIDEO ASSISTANT REFEREE SYSTEM IN FOOTBALL

In Turkish, video assistant referee VAR is called a aplication in which the referee or referee watches the repetition of the position via video and helps the referee in a position or position where the Referee of the match is having difficulty in making a decision. When a warning comes from the VAR team, the referee takes his hand to the headphones and stops the game. By re-examining the position in which the catch YES team "recommend" to transmit to the umpire that decides on the information received from the YES team or position follow him to the screen once courtside givesthen a final decision. VAR, which was used in the FIFA Confederations Cup last year , was actively used in the 2018 World Cup , and in our country with the Super Cup Final on August 5, 2018. This work; Turkey has conducted with five referees who work in football super league and one of the qualitative research methods, semi-structured interview technique was utilized. As a result of the research carried out with the g- form, the data were transformed into text and analyzed using the content analysis method. According to the data obtained, it is seen that VAR system is a revolutionary change in the fields. Correcting wrong decisions, the provision of justice, as the most appropriate system to prevent eyyamın. In addition, it is stated that there are disadvantages such as shaking the judge, the last word being the middle judge and being the final decision maker, and the prejudices are revealed. In light of all this information, it can be stated that VAR system brings a different dimension to football and changes the perception of football. The opinions and experiences of the arbitrators in order to adapt to these current approaches are put forward.

SB926

FARKLI SPOR BRANŞLARINDA REKREASYONEL SPOR AKTİVİTESİ LİDERİ ALGISI

[1]Ansay Hızal*, [1]Sabiha Gizem Engin, [2]Veli Onur Çelik, [1]Alican Bayram, [2]Ümit Can Büyükakgül, [2]Yavuz Dal

[1]Anadolu Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ESKİŞEHİR
[2]Eskişehir Teknik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ESKİŞEHİR

Email : *ansayhizel@anadolu.edu.tr, s.gizemengin@gmail.com, , , ,*

Spor, rekreasyonun en önemli alanlarından birini oluşturmaktadır. Rekreasyon ve spor kavramlarının birbiri içerisine geçtiği bir gerçek olarak kabul edilmektedir. İki kavram arasındaki bağları ve ayrıştıkları noktaları açıklamaya yönelik birçok girişim hem akademisyenler hem de araştırmacılar tarafından ortaya konulmuştur. Bu birliktelikten doğan çeşitli iş fırsatları günümüzde birçok kişi için birincil gelir kaynağı olarak görülmektedir. Bu çalışma, rekreasyonel spor alanında çalışan uygulayıcıların liderlik özelliklerinin farklı branşlar tarafından algılanış şekillerini ortaya koymak amacıyla gerçekleştirilmiştir. Bu amaç doğrultusunda alan yazın taraması yapılarak rekreasyonel spor liderlerinin özellikleri incelenmiştir. Sonrasında spor rekreasyonu alanında çalışan uygulayıcılar, rekreasyon bölümü öğrencileri ve rekreasyon bölümü öğretim üyeleri ile ayrı ayrı gerçekleştirilen odak grup görüşmeleri ile uygulayıcı rekreasyonel liderlerin özellikleri hakkında görüşleri alınmıştır. Görüşmeler sonucunda ortaya çıkarılan ifadelerden bir ölçek formu oluşturulmuş ve ön çalışması gerçekleştirilmiştir. Oluşturulan bu ölçek farklı branşlardaki katılımcılara uygulanmıştır. Bu ölçek formundan elde edilen bulgular açıklayıcı ve doğrulayıcı faktör analizine tabi tutulmuştur. Ayrıca; elde edilen yapıların korelasyon analizleri yapılmış ve uyum iyiliği indeksleri saptanmıştır. Farklı branşların spor aktivitesi liderine karşı olan algılarının karşılaştırılmasında T-test uygulaması yapılmıştır. Geliştirilen ölçeğin Türkiye'de ilk ve tek olmasından dolayı, gelecekteki çalışmalara ışık tutabilecek nitelikte olduğu düşünülmektedir.

THE PERCEPTION OF RECREATIONAL SPORTS ACTIVITY LEADER IN DIFFERENT SPORTS BRANCHES

Sports is one of the most important areas of recreation . It is accepted as a fact that the concepts of recreation and sport are intertwined. Many attempts to explain the links between the two concepts and the points they diverged were put forward by both academics and researchers . Various business opportunities arising from this association are now seen as the primary source of income for many. This study was carried out in order to reveal the leadership characteristics of the practitioners working in the field of recreational sports by different branches .

For this purpose, the characteristics of recreation sports leaders were examined by the literature review. After that, the focus group interviews conducted with practitioners , recreation department students and recreation department academicians working in the field of sports recreation and the opinions of the practitioner recreational leaders were taken. A scale form was created and preliminary work was carried out from the statements made as a result of the interviews . This scale was applied to the participants in different branches . The findings obtained in the form B was subjected to the scale and confirmatory factor analysis. Also; Correlation analyzes of the obtained structures were made and the ksleri were determined in the goodness of fit . In comparison of the perception against the leaders of the different branches of sports T-test was performed. Due to the scale of the developed first and only in Turkey, is considered to be qualified to shed light on future work.

SB940

ÜNİVERSİTEDE GÖREV YAPAN İDARİ PERSONELİN KURUMSAL HEDEF BAĞLILIKLARININ İNCELENMESİ

***[1]Yavuz Öntürk*, [2]Erkan Bingöl, [3]Ali Gürel Göksel, [1]Atakan Çağlayan**

[1]Düzce Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi , Düzce
[2]Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Köyceğiz MYO, Muğla
[3]Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Muğla

Email : *yavuzonturk@hotmail.com, , ,*

Rekabet ortamının artması ile resmi ve özel kurumlarda performansa yönelik kadrolaşma ve kurumsal odaklı düşüncelerin artması ile Kurumsal hedef bağlılık son dönemlerde araştırmacıların ilgi odağı olmuş dünya çapında bir kavramdır. Araştırma, üniversitede görev yapan idari personellerin kurumsal hedef bağlılıklarının incelenmesi amacıyla yapılmıştır. İdari personelin kurumsal hedef bağlılıklarını ölçmek amacıyla "Hollenbeck, Williams ve Klein (1989)'un 9 madde halinde geliştirdiği, Klein, Wesson, Hollenbeck ve Wright (2001) tarafından ise 5 madde halinde yeniden düzenlenen, Türkçeye uyarlaması ve geçerlilik güvenirlilik çalışmaları Şenel ve Yıldız (2016) tarafından yapılan Hedef Bağlılık Ölçeği" kullanılmıştır. Kullanılan ölçek 5 sorudan oluşan "(1) kesinlikle katılmıyorum, (2) katılmıyorum, (3) kararsızım, (4) katılıyorum, (5) kesinlikle katılıyorum" cevaplarını içeren 5 li likert tipi ölçektir. Araştırmaya Düzce üniversitesinin farklı birimlerinde görev yapan 96 idari personel gönüllü olarak katılmıştır. Ölçekteki sorulara kendi kurumlarını taban alarak cevap vermeleri açıklanmıştır. Araştırmada verilerin analizlerinin yapılması ve tablolar haline getirilmesi için bilgisayar ortamında SPSS (21.0) istatistik paket programı kullanılmıştır. Yapılan analiz sonucunda elde edilenler bulgular kısmında tablolar halinde yorumlamaları ile verilmiştir. Sonuç olarak; yaş, cinsiyet ve medeni durum değişiklikleri açısından anlamlı farklılık görülememiştir. Katılımcıların kıdem yılı ve aylık geliri değişkenleri ile hedef bağlılık düzeyleri arasında anlamlı ilişki tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Kurumsal, Hedef Bağlılık, İdari Personel

INVESTIGATION OF CORPORATE TARGET DONATIONS OF ADMINISTRATIVE STAFF AT UNIVERSITY

With the increase in the competitive environment, performance-oriented staffing in corporate and public institutions, and corporate-oriented thinking, Corporate loyalty has become the focus of attention of researchers in recent years. The research was carried out to examine the organizational goal commitment of the administrative staff working in the university. Hollenbeck, Williams and KIein (1989) developed in 9 items by Klein, Wesson, Hollenbeck and Wright (2001) in order to measure the corporate target adherence of administrative personnel. (2016) Target Adherence Scale was used. The scale used is a 5-point Likert-type scale consisting of 5 questions ın (1) strongly disagree, (2) disagree, (3) undecided, (4) agree, (5) absolutely agree. 96 administrative staff working in different units of Düzce University participated in the study as a volunteer. It was explained that the questions in the scale were based on their own institutions. In the study, SPSS (21.0) statistical package program was used in order to make the analysis and tables of the data. The results obtained from the analysis are given in tables as interpretations. As a result; There were no significant differences in terms of age, gender and marital status changes. A significant relationship was found between the seniority year and monthly income variables and target adherence levels of the participants.

Keywords: Corporate, Goal Commitment, Administrative Staff

SB973

FUTBOL ALT YAPILARINDA SÜREÇ YÖNETİMİ

[1]Serdar Samur,

[1]Gelişim Üniversitesi, İstanbul

Email : *ssamur_2002@yahoo.com,*

Çağımızda yaşayan organizma olarak da kabul edilen işletmeler, gelişmelerini sürdürebilmek maksadıyla, maliyetlerini düşürerek, sürdürebilir bir rekabet avantajı yaratmaya yönelik yönetim yaklaşımları içinde başarı odaklı çalışma sisteminden süreç yönetimine geçişi tercih etmeye başlamışlardır.Sportif işletmelerin kurulma amacı, sportif hizmet ve uygulamalarında başarılı olabilmek ve Futbol pastasından yeterince pay alabilmektir. Spor Kulüplerinin, sportif başarının sürekliliğini sağlayarak kurumsal devamlılık için kendi ekonomik kaynağını yaratmaya ihtiyacı vardır. Bu kaynak, en ekonomik olarak kulüp alt yapılarını oluşturan gençlik geliştirme programlarında yetişen futbolcuların A takımlarında oynayabilecek standarda ulaşabilmesiyle elde edilebilir. Futbolda başarı ve performans fiziksel, teknik, taktik, psikolojik ve sosyal bir çok farklı konunun grup dinamikleri içinde başarılı bir şekilde gerçekleşmesine bağlıdır. Her geçen gün futbol oyununun standartları yükselmekte ve bu oranda beklentiler de artmakta, transfer piyasasının rakamları ise nitelikli futbolcular için hayli yüksek rakamlara ulaşmaktadır. Kulüplerin sürekli yıldız futbolcu transfer politikaları yoluyla sportif başarıyı sağlama gayretleri, uzun vadede borç batağının doğrudan nedeni olmaktadır.Bu çalışmanın amacı, futbol kulüplerinin en önemli gelir kalemlerini yaratacak olan Sportif alt yapılarını etkili ve verimli olarak yönetebilmek maksadıyla, süreç yönetimini uygulayabilecek süreç ve alt süreçler konularına ayırmaktır. Uygulanan Süreç yönetimi ile ekonomik olarak futbolcu yetiştirmesine fırsat verilecek olan bu modelde, Sportif başarı ve onun getirisi ile başlayan ve bunu ekonomik başarıya dönüştürme çabası içine giren kulüpler ayakta kalabilmenin en önemli kriterlerini yerine getirmiş olacaktır

Anahtar kelimeler: Süreç Yönetimi, Gençlik Geliştirme, Eğitim, Performans, Verimlilik

PROCESS MANAGEMENT IN FOOTBALL SUBSTRUCTURE

Abstract In our age, businesses are accepted as living organisms. Businesses that are aware of this change today have begun to prefer to transition from a result-oriented work system to process management, closely following customer expectations in order to exist in the future as well. Today, many sports clubs are incorporated. The main goal of sports clubs is to increase their profits in addition to achieving success in their sports branch. Hence, clubs are choosing ways to increase their profits by reflecting their competition in the sporting field to commercial areas. Sports clubs need to increase their profits by using their resources that constitutes substructure means football Academy. If the footballer reachs to hıgh level standart in term of very well training and play in the fırst teams, the clubs have saving in the transfer budget.Each passing day, The football standarts grows up and ecpectations increase. By the way transfer market numbers reaches on the hıgh level for the hıgh qualify footballer. The most important budget item in Sports club is the transfer budget and the most important criterion in transfer but usually to take star footballer out sıte of the clubs can be reason fot ther big deficit in economıc bugded. The purpose of this study is to split the football management into proceses and sub-proceses to manage the sportive strucure in an efficient productive ways. The creation of value as a part of a top system of football management within the framework of organizational structures of contemporary sports clubs will be an ideal structuring.

Keywords: Process management,Youth development,TraninigPerformance, Productivity

SPOR YARALANMALARINI ÖNLEME VE REHABİLİTASYON / SPORTS INJURY PREVENTION AND REHABILITATION

SB61

2018 AKDENIZ OYUNLARINDA TÜRK SPORCULARINDA YARALANMALARIN VE SAĞLIK BİRİMİNE YAPILAN BAŞVURULARIN EPIDEMIYOLOJISI

[1]GSB, Spor Genel Müdürlüğü, Sporcu Eğitimi Sağlık Ve Araştırma Merkezi (SESAM), Ankara

Email :

AMAÇ: Çalışmanın amacı, Tarragona 2018 Akdeniz Oyunlarına katılan Türk Milli Takımının sağlık ihtiyaçları veya yaralanmalarının özelliklerini ve sıklığını saptamak ve yapılan başvuruların insidansını belirlemektir. METHOD: Tıbbi durum ve ihtiyaç bilgisi, 2 takım doktoru, bir fizyoterapist, 2 masör ve bir masöz tarafından kaydedilen değerlendirme formlarından toplanmıştır. Veriler, ihtiyaç durumları, yaralanma ile ilgili sorular (zaman tipi ve yaralanma bölgesi) ve hastalık bilgilerini ve bu durumlara istinaden yapılan uygulamaları içermektedir. BULGULAR: Tarragona 2018 Akdeniz Oyunlarına 345 Türk sporcu katıldı. Sağlık polikliniğine toplam 330 başvuru oldu. Bu başvuruların 173'ü masaj uygulaması, 157'si tedavi uygulamaları ihtiyacı nedeniyle yapılmıştır. Yapılan tedavi uygulamaları; 44 manuel tedavi ve mobilizasyon uygulamaları, 47 ilaç tedavisi, 25 kinesiotaping ve rijit bantlama uygulamaları, 6 soğuk uygulamalar, 23 nöral terapi uygulaması ve 9 elektroterapi uygulaması şeklinde olmuştur. SONUÇ: Bu rapor, Tarragona 2018 Akdeniz Oyunlarına katılan Türk Milli Takımının ilk kapsamlı sağlık ihtiyaç durum raporudur. Uluslararası müsabakalarda sporcuların ihtiyaçlarını ve yaralanma prevalansını belirlemek önemlidir. Bu rapor, müsabakalarda masör/masöz, fizyoterapist ve spor hekiminin sporcuların ihtiyaçlarını karşılamak için olmaları gerektiğini göstermektedir.

THE EPIDEMIOLOGY OF INJURIES AND THE INCIDENCE OF THE APPLICATIONS IN TURKISH ATHLETES AT MEDITERRANEAN GAMES AT 2018

PURPOSE: The aim of the study is to determine the characteristics and frequency of the health needs or injuries and to determine the incidence of the applications of the Turkish national team participating in the Tarragona Mediterranean Games in 2018. METHODS: Medical status and the incidence of the applications information were collected from evaluation forms recorded by 2 team doctors, one physiotherapist, 2 masseurs and one masseuse. The data includes information about injuries (type of time and injury zone), disease information, and intentional applications. RESULTS: 345 Turkish athletes participated to Tarragona 2018 Mediterranean Games. A total of 330 applications were received to the health policlinic. 173 of them were massage applications, 157 of them were treatment applications. These treatment applications; 44 manual therapy and mobilization applications, 47 drug treatment, 25 kinesiotaping and rigid taping applications, 6 cold applications, 23 neural therapy applications and 9 electrotherapy applications. CONCLUSION: This report is the first comprehensive health status report of the Turkish National Team participating in Tarragona 2018 Mediterranean Games. It is important to determine the needs of athletes and the prevalence of injury in international competitions. This report shows that, masseur / masseuse, physiotherapist and sports physician should be in order to meet the needs of the athletes.

SB62

STRES KIRIĞI OLAN SPORCULARDA DİZ EKLEMİ KAS KUVVETİNİN İNCELENMESİ

[1]GSB, Spor Genel Müdürlüğü, Sporcu Eğitimi Sağlık Ve Araştırma Merkezi (SESAM), Ankara

Email :

Amaç Stres kırığı, tekrarlı olarak kemiğe kırılması için gerekli olandan daha az stres uygulanmasından kaynaklanan, kısmi veya tam bir kemik kırığı olarak tanımlanan yaygın bir spor yaralanmasıdır (1). Stres kırıkları sporcularda en sık tibiada görülmektedir (2). Kas kuvvetinin koşma gibi alt ekstremitenin yüksek yer reaksiyon kuvvetlerine maruz kaldığı aktiviteler sırasında tibia üzerinden geçen makaslama kuvvetlerini azaltıcı etkisi vardır (3). Bu nedenle alt ekstremitede azalmış kas kuvveti tibia üzerindeki makaslama kuvvetlerini artırabilir. Bu bağlamda stres kırığı olan sporcularda hem öncesinde hem de sonrasında diz eklemi çevresi kas kuvvetinin az olma ihtimali vardır. Bu bilgiler ışığında amacımız tek taraflı stres kırığı geçirmiş olan sporcularda sağlam taraf ve etkilenmiş taraf diz eklemi kas kuvveti ve kas kuvvet dengesini karşılaştırmaktır. Yöntemler Çalışmamıza milli takım düzeyinde olan ve en az 3 ay önce tek taraflı tibia stres kırığı geçirmiş ve iyileşmiş olan 17 atletizm sporcusu dâhil edildi. Sporcuların etkilenmiş ve etkilenmemiş alt ekstremitelerinin diz fleksör ve ekstansör kas kuvveti IsoMed 2000 cihazı ile ölçüldü. Sporcuların kas kuvvet ölçümleri sonucundaki izokinetik ölçüm parametreleri kaydedildi. Etkilenmemiş taraf kontrol olarak kullanıldı. Etkilenmiş ve etkilenmemiş taraf diz eklemi kas kuvveti karşılaştırması Mann Whitney-U Testi ile yapıldı. Sonuçlar Çalışmaya dâhil edilen sporcuların 60°/sn ve 180°/sn açısal hızlarda etkilenen ve etkilenmeyen taraf diz eklemi fleksör ve ekstansör kaslarının izokinetik kas kuvvet ölçüm parametreleri arasında fark olmadığı belirlendi ($p>0,05$).

EXAMINATION OF MUSCULAR STRENGTH OF KNEE JOINTS IN ATHLETES WITH STRESS FRACTURES

Aim Stress fracture is a widespread sports injury characterized as partial or complete bone fracture resulting from repeated application of stress that is normally less than needed for fracturing the bone (1). Stress fractures are most often seen in the tibia of athletes (2). Muscle strength has been shown to reduce shear forces on the tibia during activities in which the lower limb is subjected to high ground reaction forces, such as running (3). For this reason, decreased muscle strength in the lower extremity may increase the shear forces on the tibia. In this context, there is a possibility that the muscle strength around the knee joint is low in athletes who experienced stress fracture. The purpose of this study is to compare muscle strength and muscle strength balance of the knee joints of affected and unaffected sides in athletes who suffered unilateral stress fracture. Methods 17 athletes who were at the national team level and who had at least 3 months of unstable tibia stress fracture and recovered were included. The knee flexor and extensor muscle strength of the affected and unaffected lower extremities of the athletes were measured with the IsoMed 2000 instrument. The isokinetic measurement parameters resulting from the muscular strength measurements of the athletes were recorded. The unaffected side was used as a control. Muscle strength comparison of the affected and unaffected sides were performed using the Mann Whitney-U test. Results It was determined that there was no difference between isokinetic muscle strength measurement parameters of affected and unaffected side knee flexor and extender muscles at 60°/sec and 180 °/sec angular velocities of the athletes included in the study ($p> 0,05$).

SB94

HENTBOL OYUNCULARINDA STATİK GERME SÜRESİNİN KAS SERTLİĞİ ÜZERİNDE AKUT ETKİSİ: SHEAR WAVE ELASTOGRAFİ İLE ANALİZ

***[1]Emine Çalışkan*, [2]Orkun Akkoç**

[1]Seyhan Devlet Hastanesi Radyoloji Bölümü, Adana
[2]İstanbul Üniversitesi Spor Nilimleri Fakültesi, İstanbul

***Email :** eminecaliskanrad@gmail.com, orkunakkoc@hotmail.com*

Özet

Giriş ve Amaç: Shear Wave Elastografi (SWE) yeni bir ultrason yöntemidir. Bu çalışmanın amacı SWE kullanılarak rektus femorisin kas sertliği üzerinde 2 ve 5 dakikalık statik germe (SG) süresinin akut etkilerinin belirlenmesidir.

Yöntem: Bu prospektif çalışmaya ortalama yaşı 26.5±1.5 (22-28.5) yıl olan 30 erkek hentbol oyuncusu dahil edildi. Denekler SG süresine göre 2 dakika (n = 15) ve 5 dakika (n = 15) olmak üzere iki alt gruba ayrıldı. Her iki grupta istirahatte, 2 ve 5 dakika SG süresinden sonra, elastisite (kPa) ve shear wave hız (m / s) modlarında rektus femoriste sertlik değerleri karşılaştırıldı. Ultrason kullanıcıları arası güvenilirlik analiz edildi. İstatistiksel analizlerde Wilcoxon testi, Mann-Whitney U testi ve Intra-class Correlation Coefficient kullanılmıştır.

Bulgular: Her iki kullanıcı için kPa ve m / s değerleri arasında istirahat ile 2 dakika SG arasında anlamlı fark yoktu. Her iki kullanıcı için dinlenme ve 5 dakika sonrasında kPa ve m / s değerlerinde anlamlı azalma gözlenmiştir. Operatörler arası güvenilirlik incelendiğinde, operatörler arasında ölçüm değerleri arasında anlamlı korelasyon mevcuttu (p = 0.007-0.05).

Sonuç: SWE, kas sertliği üzerinde güvenilir nicel veri elde etmek için kullanılabilir. Elastisite (kPa) ve hız (m / s) parametreleri, 2 dakika SG'den sonra değil, 5 dakika SG'den sonra anlamlı azalmaktadır. Spor yaralanmalarından korunmada 5 dakika veya üzeri SG kas sertliğini azalttığı için antrenman/ müsabaka sonrasında kullanılabilir. Ancak kas sertliğinin azalmasının atletik performansı olumsuz etkileyebileceği düşünüldüğünden antrenman / müsabaka öncesinde 2 dakika SG yeterli olabilir. Bu sonuçlar fiziksel rehabilitasyon ve / veya sportif performansta umut verici bir klinik uygulama olabilir.

Anahtar Kelimeler: Kas sertliği, rektus femoris, shear wave elastografi, statik germe.

ACUTE EFFECT OF STATIC STRETCHING DURATION ON MUSCLE STIFFNESS IN HANDBALL PLAYERS: AN ANALYSIS WITH SHEAR WAVE ELASTOGRAPHY

Abstract

Aim: Shear Wave Elastography (SWE) is a new ultrasound method. The aim of this study is to determine the acute effects of 2 and 5 minutes static stretching (SS) duration on muscle stiffness of rectus femoris using shear wave elastography (SWE).

Material and Methods: This prospective study included 30 male handball players with median age of 26.5±1.5 (22-28.5) years. The subjects were divided into two subgroups based on SS duration as 2 minutes (n=15) and 5 minutes (n=15). At rest, after 2 and 5 minutes SS duration, stiffness values in elasticity (kPa) and shear wave velocity (m/s) modes of rectus femoris were compared in each

group. Inter-observer reliability was analyzed between operators. Wilcoxon test, Mann-Whitney U test and Intra-class Correlation Coefficient were used in statistical analysis.

Results: There was no significant difference between resting and 2 min SS between kPa and m / s values for both users. A significant decrease in kPa and m / s values was observed after resting and after 5 minutes for both users. When the inter-operator reliability was examined, there was a significant correlation between the measured values of the operators (p=0.007-0.05).

Conclusion: SWE could be used to acquire reliable quantitative data of muscle stiffness. The elasticity (kPa) and velocity (m/s) parameters were significantly differing from resting not after 2 minutes of SS but 5 minutes of SS. SS can be used for 5 minutes or more after training or competition to protect sports injuries because it significantly reduces muscle stiffness. However, as a decrease in muscle stiffness may negatively impact athletic performance, 2 minutes SS may suffice before training or competition. These results would be a promising clinical practice in physical rehabilitation and/or sports sciences.

Keywords: Muscle stiffness, rectus femoris, shear wave elastography, stretching.

SB114

HAMSTRİNG KAS YARALANMASI OLAN SPORCULARDA DİZ EKLEMİ KAS KUVVETİNİN İNCELENMESİ: PİLOT ÇALIŞMA

[1]Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi Ve Rehabilitasyon Bölümü, Ankara, Türkiye.

Email :

Giriş: Sporcularda hamstring kas yaralanması (strain) yumuşak doku yaralanmaları içerisinde en fazla görülen yaralanmalardan biridir. Azalmış esneklik, kassal ve genel yorgunluk, ısınma ve sağuma antrenmanlarının iyi yapılamaması gibi birçok faktörün hamstring strain mekanizmasında yer aldığı düşünülmektedir. Hamstring straininin tedavisinde akut dönemde dinlenme yer alırken, subakut ve kronik dönemde fizyoterapi ve rehabilitasyon uygulamaları yer alır. Amaç: Çalışmamızda hamstring straini geçirmiş ve rehabilitasyon programı almış olan sporcuların etkilenmiş ve etkilenmemiş taraf hamstring ve quadriceps kas kuvvetinin karşılaştırılması amaçlandı. Yöntem: Çalışmamıza milli takım düzeyinde olan ve en az 3 ay önce tek taraflı hamstring straini geçirmiş ve rehabilitasyon programı almış olan 11 sporcu dahil edildi. Sporcuların etkilenmiş ve etkilenmemiş alt ekstremitelerinin hamstring ve qadriceps kas kuvveti IsoMed 2000 cihazı ile ölçüldü. Sporcuların izokinetik kas kuvvet ölçümü sonuçları kaydedildi. Etkilenmemiş taraf kontrol olarak kullanıldı. Etkilenmiş ve etkilenmemiş taraf karşılaştırması Mann Whitney-U testi ile yapıldı. Bulgular: Çalışmaya dahil edilen sporcuların 60°/sn ve 180°/sn açısal hızlarda etkilenmiş ve etkilenmemiş taraf diz eklemi fleksör ve ekstansör kaslarının izokinetik kas kuvvet değerleri arasında fark olmadığı belirlendi (p>0,05). Sonuç: Çalışmamız sonucunda tek taraflı hamstring straini geçirmiş ve rehabilitasyon programı almış olan sporcularda sağlam taraf ile etkilenmiş taraf diz eklemi hamstring ve quadriceps kas kuvvetinin birbirine benzer olduğu belirlendi. Çalışmamızda dahil ettiğimiz sporcuların rehabilitasyon programı almış olmalarının sonuçlarımızı etkilediğini düşünmekteyiz. Hamstring straini geçiren bireylerde eksantrik kas kuvvetini karşılaştıran ve rehabilitasyon uygulamaları almamış olan kontrol gruplarıyla yapılacak ve çalışmalara ihtiyaç vardır.

EXAMINATION OF MUSCLE STRENGTH OF KNEE JOINT IN ATHLETES WITH HAMSTRING STRAIN: PILOT STUDY

Introduction:Hamstring muscle strain in sports is one of the most common injuries among soft tissue injurie. Many factors such as reduced flexibility, muscular and general fatigue, poor warm-up and well-being training are thought to be involved in the hamstring strain mechanism. Treatment of hamstring strain involves rest in the acute phase while physiotherapy and rehabilitation in the subacute and chronic phases. Aim:The aim of our study was to compare hamstring and quadriceps muscle strength of affected and unaffected sides of athletes who had hamstring strains and had rehabilitation program. Methods:Total of 11 athletes who were at the national team level and who had undergone unilateral hamstring strains and received rehabilitation program at least 3 months prior to the test were included. Hamstring and quadriceps muscular strength of the affected and unaffected extremities of the athletes were measured with the IsoMed2000 device. The parameters resulting from the isokinetic muscular strength measurement of the athletes were recorded. The unaffected side was used as control. Affected and unaffected side was analyzed using the Mann Whitney-U test. Results:It was determined that there was no difference between the isokinetic muscular strength values at 60 and 180°/s angular velocities of the knee joint flexor and extensor muscles of the affected and unaffected sides(p> 0,05). Conclusion:As a result of our work; It was determined that the muscular strength of the hamstring and quadriceps of the affected knee joint were similar to those of the unaffected side in athletes who have had one-sided hamstring strains and have received a rehabilitation program. We think that the results are influenced by the athletes we have included in our study of because of having a rehabilitation program. There is a need for studies comparing eccentric muscle strength and to be done with control groups who have not received rehabilitation applications through Hamstring strains.

SB127

Farklı Ayak Postür İndeksi'ne Sahip Sporcuların Ayak Bileği Kuvvet, Mobilite, Esneklik Ve Plantar Basınç Değerlerinin Karşılaştırılması

***[1]Hülya Kalender*, [2]Kubilay Uzuner, [3]İsmail Bayram, [4]Deniz Şimşek**

[1]Zübeyde Hanım Fizik Tedavi Ve Rehabilitasyon Hastanesi, Eskişehir
[2]Osmangazi Üniversitesi, Fizyoloji Anabilim Dalı, Eskişehir
[3]Amasya Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü, Amasya
[4]Eskişehir Teknik Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Eğitimi Bölümü, Eskişehir

Email : *fzthulyaduzcesoy@hotmail.com, kuzuner@ogu.edu.tr, i.bayram43@gmail.com, ds@anadolu.edu.tr*

Giriş: Gerçekleştirilen çalışmada farklı Ayak Postür İndeksi'ne (APİ) sahip sporcuların, ayak bileği kuvvet, mobilite, esneklik ve plantar basınç değerlerinin karşılaştırılması amaçlanmıştır. Metot:Çalışmaya dahil edilen 70 sporcu ayak postur indeksi değerlendirmelerine göre 3 gruba (Supinasyon Grubu n=16, yas=20.88±2.06yıl; Nötral Grup n= 36, yaş:21.22±2.47yıl; Pronasyon Grubu n=18, yaş=21.89±3.63yıl) ayrilmistir. Sporcuların Ayak Postür İndeksi uygulanarak ayak postürleri belirlenmiş, gonyometre kullanılarak ayak bileği eklem hareket açıklıkları(EHA) ölçülmüş, gonyometre ve mezura kullanılarak kas esneklikleri ölçülmüş, Isomed2000 (D&R Ferstl GmbH, Hemau, Germany) marka izokinetik dinamometre kullanılarak ayak bileği kas kuvvetleri ölçülmüş ve EMED-XL (Novel gmbh, Almanya) marka plantar basınç ölçüm cihazı ile statik ve dinamik plantar basınç ölçümleri yapılmıştır. Normal dağılım gösteren değişkenler bakımından gruplar, tek yönlü varyans analizi(ANOVA) ile normal dağılım göstermeyen değişkenler bakımından ise Kruskal Wallis testi ile karşılaştırılmıştır.İstatistiksel anlamlılık değeri olarak $p<0.05$ kabul edilmiştir. Bulgular:Farklı APİ'ye sahip sporcuların sağ ($p=0.009$) ve sol ayak bileği dorsi fleksiyon(EHA) ($p=0.003$) APİ'ye göre supinasyon grubunda, diğer gruplardan daha küçük bulunmuştur. Sağ ($p=0.014$) ve sol ($p=0.032$) ayaktaki Soleus kasının esnekliği, supinasyon grubunda, nötral grubuna göre daha küçük bulunmuştur.Kas kuvveti ölçümlerinde sporcuların sağ ayağa plantar fleksiyon yaptıran kasların 60derece/sn açısal hızdaki maksimum torku ($p=0.018$), maksimum işi ($p=0.008$) ve total işi ($p=0.008$) ölçümleri pronasyon grubunda, nötral grubuna göre daha küçük bulunmuştur. Pronasyon grubunda sol ayağa plantar fleksiyon ($p=0.045$) ve inversiyon ($p=0.032$) yaptıran kasların 60derece/sn açısal hızdaki total işi ölçümleri nötral grubuna göre daha küçük bulunmuştur. Plantar basınç ölçümlerine bakıldığında; supinasyon grubunda sağ ayaklarının statik zirve basıncı ölçümleri pronasyon ve nötral grubuna göre daha yüksek bulunmuştur ($p<0.001$). Pronasyon grubunda sol ayaklarının statik zirve basıncı ölçümleri supinasyon grubuna göre daha küçük bulunmuştur ($p=0.012$). Tartışma-Sonuç:Bu sonuçların ışığında sporcuların sakatlanma riskini en aza indirmek ve performansı en yüksek seviyeye çıkarmak için antrenman programları planlanırken sporcuların ayak tipleri göz ardı edilmemeli, ihtiyaca göre tabanlık veya spor ayakkabı tasarımları sporcunun ayak yapısına uygun olmalıdır.

Comparation the ankle strength, mobility, flexibility and plantar pressure values of athletes with different Foot Posture Index

Introduction:It is aimed to compare the ankle strength, mobility, flexibility and plantar pressure values of athletes with different Foot Posture Index(FPI).Method:70 athletes included in study were divided into three groups according to the FPI.(SupineGroup n=16, age=20.88±2.06years, NeutralGroup n=36, age=21.22±2.47 years, PronationGroup n=18, age=21.89±3.63years).Foot postures were determined using FPI, range of motion and muscle flexibility were measured with goniometer and tape measure, muscle strengths were measured using Isomed2000 isokinetic dynamometer and plantar pressure were measured with EMED-XL.In terms of normal

respect to the variables with no normal distribution.Values of $p<0.05$ were considered statistically significant.Results:Right($p=0.009$) and left($p=0.003$) ankle joints range of motion of dorsi flexion were found to be smaller in the supination group than the other groups.Flexibility of the Soleus muscle at the right($p=0.014$) and left($p=0.032$) was found to be smaller in the supination group than in the neutral group.Maximum torque($p=0.018$), maximum work($p=0.008$) and total work($p=0.008$) measurements of 60degrees/second anguler speed of right plantar flexors muscle strength were found to be smaller in the pronation group than in the neutral group in muscle strength measurements.In the pronation group, total work measurements at 60degrees/second anguler speed of the left plantar flexion muscle strength($p=0.045$) and inversion muscle strength($p=0.032$) were found to be smaller than the neutral group.Peak pressure measurements on the static posture of the right foot of the athletes with supination group were found greater than athletes with foot pronation and neutral feet($p<0.001$).Peak pressure measurements on the static posture of the left foot of athletes with pronation group were found smaller than athletes with supine feet($p=0.012$).Discussion-Conclusion:In order to minimize the risk of injury and to maximize the performance at the athletes, design the training programs the athletes' foot types should not be ignored.

SB177

Ağır Bir Antrenman Sonrası Kısa Sureli Kinezyo Bantlamanın Denge Üzerine Etkisi: Pilot Çalışma

***[1]Berkiye Kırmızıgil*, [2]Berkiye Kırmızıgil, [2]Ender Angın, [2]Gözde İyigün, [3]Gül Baltacı**

[1]Doğu Akdeniz Üniversitesi, Mağusa
[2]Doğu Akdeniz Üniversitesi, Mağusa
[3]Özel Ankara Güven Hastanesi, Ankara

***Email :** berkiye.kirmizigil@emu.edu.tr, , , ,*

Giriş ve Amaç: Kassal yorgunluk sonrası açığa cıkan metabolitler ve inflamatuar markerlar proprioseptif afferentlerde bozukluğa yol açabilmekte ve sonuçta da gerek statik gerekse dinamik denge üzerine olumsuz etkilere neden olabilmektedirler. Çalışmanın amacı kısa süreli kinezyo bantlamanın dinamik denge üzerinde ki etkilerini araştırmaktır.

Yöntem:Farklı branşlardan 20 sporcunun dahil edildiği çalışma da sporcular randomize ve eşit olarak kontrol (Yaş, X±SD:20.8±1.4yıl; VKI, X±SD:25.2±2.3 kg/m2; Spor Yaşı, X±SD:6.9±4.5yıl) ve çalışma grubu (Yaş, X±SD:21.6±1.6yıl; VKI, X±SD:25.0±3.6 kg/m2; Spor Yaşı, X±SD:7.6±5.4yıl) olmak üzere 2 farklı gruba ayrıldılar. Çalışma oncesinde her iki grupta yer alan sporcuların dinamik dengeleri, bilgisayar destekli denge cihazı (BDDC) sleight assessment testi ile ölçüldü. Değerlendirme sonrası kontrol grubunda yer alan bireyler 24 saatlik süre içerisinde günlük aktiviteleri haricinde aktivitelere katılmamaları ve antrenman yapmamaları açısından uyarıldı. Çalışma grubunda yer alan bireylere ise ağır bir antrenman yaptırılıp quadriceps femoris kasına kas tekniği ile kinezyo bantlama uygulandı . Her iki grupta yer alan bireylerin denge ölçümleri 24 saat sonra tekrarlandı. Her iki grubun istatistiksel olarak karşılaştırılmasında Mann-Whitney U test, grup içi karşılaştırılmasında ise Wilcoxon İşaret Sırası test kullanıldı.

Bulgular: Gruplar arası karşılaştırılmada kontrol ve çalışma gruplarının sosyodemografik özellikleri, ön test ve son test BDDC Sleight Assessment dinamik denge testi parametreleri (ön-arka, sağ-sol, ulasılan obje sayısı ve çevre hatası) arasında istatistiksel anlamlı fark saptanmadı ($p>0.05$). Grup içi karsılastırılmasında da hem kontrol ve hem de çalısma grubunun ön-son test dinamik denge testi parametreleri arasında da istatistiksel anlamlı bir fark bulunmadı ($p>0.05$).

Sonuç: Çalışma sonuçlarımıza göre kısa süreli kinezyo bantlama uygulamasının yorgunluk sonrası denge parametrelerini iyileştirmediği görüldü. Ancak çalısmamız pilot bir çalışma olduğundan Kinezyo bantlamanın yorgunluk üzerindeki kısa sureli etkilerinin belirlenebilmesi için daha geniş bir popülasyonda çalışmanın devam ettirilmesi gerektiğini düşünmekteyiz.

Effect of Short Time Kinesio Taping on Balance After a Heavy Training: Pilot Study

Introduction and Aim: Metabolites and inflammatory markers released as a result of muscle fatigue may impair the proprioceptive afferents, resulting in adverse effects on both static and dynamic balance.The aim of the study is to investigate the effects of short-term kinesio taping on dynamic balance.

Method: 20 athletes from different sport branches who were included in the study were equally and randomly divided into two groups as the control group (Age,X±SD:20.8±1.4years; BMI,X±SD:25.2±2.3 kg/m2; Sport Age,X±SD:6.9±4.5years) and the study group (Age,X±SD:21.6±1.6years; BMI,X±SD:25.0±3.6 kg/m2; Sport Age,X±SD:7.6±5.4years). Before the study, the dynamic balance of athletes in both groups was measured by a computer-based balance device (CBBD) sleight assessment test. After the assessment, the individuals in the control group were warned not to participate to activities except their daily routines and to train in the following 24 hours. The subjects in the study group were given a heavy workout, followed by muscle technique kinesio tape application to the quadriceps femoris muscle. Balance measurements in both groups were repeated after 24 hours. Mann-Whitney U test was used for statistical comparison of the two groups, and Wilcoxon Signed Ranks test was used for intragroup comparison.

Results: There was no statistically significant difference between the control and study groups' sociodemographic characteristics, pre-test and post-test CBBD sleight assessment dynamic balance test parameters in the intergroup comparison ($p>0.05$).According to the pre-post tests dynamic balance parameters, there was also no statistically significant difference in the intragroup comparison of the control group and the study group ($p>0.05$).

Conclusion: According to our study results, it was observed that short-term kinesio tape application did not improve post-fatigue balance parameters. However, since our study is a pilot study, we believe that a study with a broader population should be done so that the short- term effects of kinesio taping over fatigue can be determined.

SB196

Farklı Omuz Abdüksiyon Açılarında İzometrik Dış ve İç Rotasyon Egzersizleri Sırasında Akromiohumeral Mesafenin Değerlendirilmesi

***[1]Leyla Eraslan*, [2]Ozan Yar, [1]İrem Düzgün**

[1]Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi Ve Rehabilitasyon Bölümü, Ankara
[2]Hacettepe Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Radyoloji Anabilim Dalı

***Email :** tacina_87@hotmail.com, ,*

ÖZET

Giriş ve Amaç: Omuz dış (ER) ve iç rotasyon (İR) egzersizlerinin rotator kılıf kaslarının kuvvetlendirmesinde sıklıkla kullanıldığı ve rotator kılıf kas kuvvetinin artırılmasının akromiohumeral mesafenin (AHM) fonksiyonel daralmasını engellediği düşünülmektedir. Ancak farklı omuz abduksiyon açılarında yapılan izometrik ER ve IR egzersizlerinin AHM'ye etkisi bilinmemektedir. Bu çalışmanın amacı 5 farklı omuz abdüksiyon açısında yapılan izometrik ER ve İR egzersizlerinin AHM'ye etkisinin araştırılmasıdır.

Yöntem: Bu araştırmaya 20 sağlıklı birey (14 erkek, 6 kadın) dahil edildi. Bireylerin AHM değişimleri, beş farklı omuz abdüksiyon açısında (0°, 30°, 45°, 60° ve 90°) izometrik ER ve IR egzersizleri sırasında ultrasonografi kullanılarak değerlendirildi. İstatistiksel analizde beş farklı omuz abdüksiyon açısında yapılan izometrik ER ve IR sırasındaki AHM değişimleri 5×3, tek-yönlü, tekrarlanan ölçümler varyans analizi kullanılarak analiz edildi.

Bulgular: Beş farklı omuz abdüksiyon açısında yapılan izometrik ER ve IR sırasında AHM değişimleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark vardı (F4.43, 82.14=14.64, p<0.001). Grup içi karşılaştırmalara bakıldığında, her bir aktif omuz abdüksiyon pozisyonu ile kıyaslandığında 0° omuz abdüksiyonu sırasında yapılan izometrik IR egzersizi sırasında AHM'nin daraldığı (p<0.001; ortalama fark =−1.75 mm), ancak 30°'de (p=0.004; ortalama fark=1.052 mm), 45°'de (p<0.001; ortalama fark=1.20 mm), 60°'de (p=0.005; ortalama fark=1.13 mm) ve 90°'de (p=0.002; ortalama fark =1.28 mm) AHM'nin genişlediği görüldü. İzometrik ER egzersizi sırasında ise, her bir aktif omuz abdüksiyon pozisyonu ile kıyaslandığında AHM'nin daraldığı görüldü (0°'de (p<0.001; ortalama fark =−2.24 mm), 30°'de p=0.015; ortalama fark=−0.88 mm) ve 45°'de (p=0.03; ortalama fark=−0.7 mm).

Sonuç: Genel olarak bakıldığında izometrik IR egzersizleri sırasında AHM genişlerken, izometrik ER egzersizleri sırasında AHM'nin daraldığı gözlendi.

Acromiohumeral Distance Quantification During Shoulder Isometric External and Internal Rotational Exercise Conditions at Different Shoulder Abduksiyon Angles

ABSTRACT

Background and Objective: Shoulder external (ER) and internal rotation (IR) exercises are frequently used for strengthening the rotator cuff muscles, and the strengthening of the rotator cuff muscles is thought to prevent functional narrowing of the acromiohumeral distance (AHD). However, the effect of shoulder isometric ER and IR exercises on AHD during several active abduction angles, are still unknown. The aim of this study was to evaluate the influence of shoulder isometric ER and IR exercise conditions on AHD at 5 shoulder abduction angles using real-time ultrasound (US).

Methods: Twenty healthy individuals (14 male, 6 female) were included in this study. Real-time US images of AHD were obtained during 5 active shoulder abduction angles (0°, 30°, 45°, 60° and 90°), and during isometric ER and IR exercise conditions. AHD data was analyzed using a 5-by-3, one-way, repeated-measures analysis of variance.

Results: There was a statistically significant position-by-loading interaction for shoulder isometric ER and IR exercises (F4.43, 82.14=14.64, p<0.001). Pairwise comparisons demonstrated reduced AHD at 0° of abduction, during submaximal isometric IR (p<0.001; mean difference=−1.75 mm), whereas AHD increased at 30° of abduction (p=0.004; mean difference=1.052 mm), at 45° of abduction (p<0.001; mean difference=1.20 mm), at 600 of abduction (p=0.005; mean difference=1.13 mm) and at 90° of abduction (p=0.002; mean difference=1.28 mm) when compared to the each neutral abduction angles. During submaximal isometric ER, AHD decreased at 0° of abduction (p<0.001; mean difference=−2.24 mm), 30° of abduction (p=0.015; mean difference=−0.88 mm) and 45° of abduction (p=0.03; mean difference=−0.7 mm) compared to each neutral abduction angles.

Conclusion: In general, AHD increased under isometric IR exercise conditions, whereas it decreased under isometric ER exercise conditions when compared to each active shoulder abduction positions.

SB198

Patellar Çıkık Sonrası Kuadriseps Tendon ile Medial Patellofemoral Ligament Tamiri Yapılan Sporcuların Kas Kuvveti, Propriyosepsiyon ve Fonksiyonel Sonuçların İncelenmesi

***[1]Hande Guney Deniz*, [2]Defne Kaya, [3]Mahmut Nedim Doral**

[1]Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi Ve Rehabilitasyon Bölümü, Ankara
[2]Üsküdar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi Ve Rehabilitasyon Bölümü, İstanbul
[3]Ufuk Üniversitesi, Tıp Fakültesi,Ortopedi Ve Travmatoloji Anabilim Dalı, Ankara

***Email :** HANDE.GUNEY@HACETTEPE.EDU.TR, ,*

Giriş: Sporcularda, tekrar eden patellar çıkıkların (instabilitenin) tedavisi için sık kullanılan Medial Patellofemoral Ligament (MPFL) tamir tekniklerinden biri, kuadriseps tendon ile yapılan MPFL'nin anatomik rekonstrüksiyonudur.

Amaç: Bu çalışmanın amacı, kuadriseps tendon grefti ile yapılan MPFL tamiri sonrası diz kas kuvveti, propriosepsiyon ve fonksiyonel sonuçları incelemekti.

Yöntem: Çalışmaya MPFL tamiri yapılan 14 sporcu (yaş aralığı 18-24 yıl) ile 14 kontrol (yaş aralığı 18-23 yıl) dahil edildi. Cerrahi sonrası geçen süre ortalaması 16.5 ± 3.2 ay idi. Konsantrik izokinetik kuadriseps ve hamstring kas kuvveti (60 °/sn ve 180 °/sn açısal hızlarda) ve diz eklem pozisyonu hissi (EPH) (20° ve 60° hedef açılarında) Biodex System 3 (Biodex® Corp., Shirley, NY, USA) ile değerlendirildi. Cerrahi öncesi ve sonrası fonksiyonel sonuçları belirlemek için Uluslararası Diz Dokümantasyon Komitesi (IKDC), Kujala, Lysholm ve Tegner anketleri kullanıldı. MPFL tamiri yapılan sporcular ve kontroller arasındaki kuvvet ve EPH farklılıkları Mann Whitney-U testi ile değerlendirildi. Fonksiyonel seviyelerin karşılaştırılmasında Wilcoxon testi kullanıldı.

Bulgular: Gruplar arasında, Kuadriseps kas kuvveti 60º/sn ($p = 0.260$) ve 180º/sn ($p=0.321$) açısal hızlarda benzer bulundu. Benzer şekilde hamstring kas kuvveti 60º/sn ($p = 0.662$) ve 180º/sn ($p=0.222$) açısal hızlarda benzer bulundu. MPFL tamiri yapılan grupta 20º hedef açı ($p<0.001$) ve 60º hedef açıları ($p=0.032$) bulma hataları kontrol grubuna göre daha yüksek bulundu. Gruplar arasında IKDC, Kujala, Lysholm ve Tegner skorlarının cerrahi sonrası, öncesine göre artığı belirlendi.

Sonuçlar: Kuadriseps tendonu ile yapılan MPFL tamiri, iyi klinik sonuçlarla güvenli ve etkili bir teknik olarak kabul edilmektedir. Cerrahi sonrası propriosepsiyon iyileşmesi, MPFL tamiri yapılan sporcularda kas kuvveti iyileşmesinden daha uzun sürebilir. Sonuçlar, MPFL tamiri yapılan sporcular için propriyosepsiyon egzersizlerinin rehabilitasyon programlarına eklenmesi gerektiğini göstermektedir.

Knee Strength,Proprioception and Functional Outcomes of the Athletes, who had Medial Patellofemoral Ligament Reconstruction Patients with Quadriceps Tendon Graft after Patellar Instability

Introduction: One of the medial patellofemoral ligament (MPFL) reconstruction techniques for the treatment of recurrent patellar instability in athletes, is anatomic reconstruction of MPFL with quadriceps tendon.

Purpose: The aim of this study was to determine the knee muscle strength, proprioception and functional outcomes after MPFL-R with quadriceps tendon graft.

Methods: Fourteen athletes with MPFL reconstruction (MPFL-R) (age between 18-24 years) and 14 controls (age between 18-23 years) were included in the study. The mean follow-up time was 16.5±3.2 months. The concentric isokinetic quadriceps and hamstring

strength (at 60°/sec and 300°/sec) and knee joint position sense (JPS) (at 20° and 60° target angles) were evaluated with Biodex System 3 (Biodex® Corp., Shirley, NY, USA). International Knee Documentation Committee (IKDC), Kujala, Lysholm and Tegner scores were used to determine the functional outcomes before and after surgery. Mann Whitney U test was used to compare the knee strength and JPS between groups. Differences in functional outcomes before and after surgery was analyzed with Wilcoxon test.

Results: Quadriceps muscle strength was similar at of 60º/sec ($p = 0.260$) and 180º/sec ($p = 0.321$) angular velocities among groups. Similarly, hamstring muscle strength was similar at 60º/sec ($p = 0.662$) and 180º/sec ($p = 0.222$) among groups. In MPFL-R group, the JPS deficits at 20º ($p < 0.001$) and 60º target angles ($p = 0.032$) were higher than the control group. The IKDC, Kujala, Lysholm and Tegner scores between the groups were improved after surgery.

Conclusion: MPFL-R with quadriceps tendon is accepted as safe and effective technique with good clinical results. Recovery in proprioception may last longer than recovery of muscle strength in athletes with MPFL-R. The results showed that proprioception exercises should be added to into the MPFL-R rehabilitation programs.

SB202

Ön çapraz bağ cerrahisi geçirmiş sporcularda çapraz eğitimin quadriceps kas kuvveti üzerine etkisi: Randomize kontrollü çalışma

***[1]Gülcan Harput*, [2]Burak Ulusoy, [1]Serdar Demirci, [1]Taha İbrahim Yıldız, [1]Leyla Eraslan, [1]Volga Bayrakcı Tunay**

[1]Hacettepe Üniversitesi, Ankara
[2]Çankırı Karatekin Üniversitesi

***Email :** aktasgulcan@gmail.com, fztburakulusoy@gmail.com, fztserdar@hotmail.com, yldztahaibrahim@gmail.com, tacina_87@hotmail.com, volgamel@yahoo.com*

Amaç:Bu çalışmanın amacı, ön çapraz bağ (ÖÇB) rekonstrüksiyonu geçirmiş sporcularda konsentrik ve eksentrik çapraz eğitimin (ÇE) kuadriseps kas kuvveti üzerine etkisini araştırmaktı. Yöntem:Çalışmaya, hamstring tendon otogrefti ile ÖÇB rekonstrüksiyonu uygulanan 43 sporcu (yaş: 29.5 ± 6.8 yıl, vücut kitle indeksi: 26.1 ± 3.2 kg / m2) dahil edildi. Katılımcılar cerrahiden 4 hafta sonra rastgele 3 gruba ayrıldı: konsentrik ÇE (n = 16), eksentrik ÇE grubu (n = 16) ve kontrol grubu (n = 16). Tüm gruplar, ameliyattan sonra cerrahi olmuş dizleri için aynı rehabilitasyon programını izledi. Ek olarak, iki deney grubu, yaralanmamış dizde haftada 3 gün, 60 ° / s açısal hızda 8 haftalık quadriceps izokinetik eğitim programına alındı. Kuadriseps maksimum istemli izometrik kuvveti (MIIK) 4. haftada (eğitim öncesi), 12. haftada (eğitim sonrası) ve ameliyattan 24. haftada ölçüldü. İstatistik analiz için varyans analizi kullanıldı. Bulgular: Zaman grup etkileşimi quadriceps MIIK için anlamlı bulundu (p=0.02). Konsentrik ve eksentrik ÇE gruplarının cerrahi sonrası 12. ve 24. haftadaki quadriceps kas kuvveti kontrol grubundan daha büyüktü (p<0.05). Konsentrik ÇE grubunun ameliyatlı taraftaki quadriceps kuvvet kazanımı %28 iken eksentrik ÇE grubunun %32 idi. Konsentrik ve eksentrik ÇE quadriceps kas kuvvet gelişimi üzerine etkisi benzerdi (p>0.05). Sonuç: ÖÇB cerrahisi sonrası sağlam taraf quadriceps kasının konsentrik veya eksentrik olarak kuvvetlendirilmesi ameliyatlı tarafın quadriceps kuvvet gelişimini olumlu yönde etkilemektedir. Bu nedenle, bu eğitim ÖÇB cerrahisi sonrası erken dönemde rehabilitasyon programı içerisine dahil edilmelidir.

Cross-Training effect on quadriceps strength in athletes with ACL Reconstruction: Randomized controlled trial

Purpose: The aim of this study was to investigate the effects of concentric and eccentric cross education (CE) on recovery of quadriceps strength after anterior cruciate ligament (ACL) reconstruction. Methods: Forty-eight athletes (age: 29.5±6.8 years, body mass index: 26.1±3.2 kg/m2) who had undergone ACL reconstruction with hamstring tendon autograft were included in the study. The participants were randomly divided into 3 groups when they reached at 4 weeks after surgery: concentric CE (n=16), eccentric CE group (n=16) and control group (n=16). All groups followed the same rehabilitation program for their reconstructed limb after surgery. Additionally, the two experimental groups followed 8 weeks of isokinetic training on the uninjured knee at 60°/s; 3 days a week. Quadriceps maximum voluntary isometric strength (MVIC) was measured at 4th week (pre- training), 12th week (post-training) and 24th week after surgery. Analysis of variance was used for statistical analysis. Results: Group by time interaction was significant for quadriceps MVICs for reconstructed and healthy limbs (p=0.02). Quadriceps strength of both knees was greater in concentric CE and eccentric CE groups compared to control group at 12th and 24th weeks after surgery (p<0.05). Strength gain was 28% in concentric CE and 31% in eccentric CE groups compared to control group. Concentric and eccentric CE had similar effect on quadriceps strength recovery (p>0.05.). Conclusions: Concentric and eccentric quadriceps strengthening of healthy limb in early phase of ACL rehabilitation improved the quadriceps strength recovery of the reconstructed limb following surgery. Therefore, the cross-training should be integrated in ACL reconstruction rehabilitation in the early phase of the rehabilitatio

SB212

FUTBOL BASKETBOL HENTBOL VOLEYBOL BRANŞLARINDA GÖRÜLEN YARALANMALARIN NEDENLERİ VE TEDAVİ YÖNTEMLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

***[1]İlker KİRİŞCİ*, [2]Ünsal TAZEGÜL, [3]Kamil ERDEM**

[1]Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı, İstanbul
[2]Artuklu Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokul, Mardin
[3]Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

***Email :** ilkerkirisci82@gmail.com, unsaltazegul@gmail.com, kerdem@marmara.edu.tr*

Yapılan bu çalışmanın amacı, futbol, basketbol, hentbol ve voleybol branşındaki erkek sporcuların sağlık kontrolünden geçip geçmedikleri, yaralanmaya maruz kalıp kalmadıkları, eğer yaralanma yaşamışlarsa bunların hangi bölgelerdeki yaralanmalar olduğu, sağlık personelinin bulunup bulunmadığını tespit etmek, nasıl müdahale edildiğini belirlemek ve branşlar arasındaki farklılıkları ortaya koymaktır. Çalışmanın örneklemini, Bursa ilinde 13-29 yaş aralığında ki 200 erkek sporcu oluşturmaktadır. Verilerin analizlerinde SPSS 20 paket programı kullanılmıştır. 200 Sporcunun 74'ü sağlık kontrolünden geçmemiş, 128'si spor yaralanmasına maruz kalmış ve bu yaralanmaların 52'sinde sağlık personeli bulunmamaktadır. Yaralanmaların 68'i antrenmanda, 37'si maç ortasında, 11'i ise ısınmada meydana gelmiştir. Antrenmanda yaşanan 37 yaralanma olayında sağlık personeli bulunmazken, maç ortasındaki 37 yaralanmanın 31'inde sağlık personeli bulunmaktadır. 128 yaralanmanın 59'u rakibin darbesiyle gerçekleşirken, 20'si zemin bozukluğu sebebiyle, 17'si yetersiz ısınma sonucu yaşanmıştır. Rakibin darbesiyle yaralanma oranı 30 kişi ile basketbolda ilk sırada, 15 kişi ile futbol 2.sırada yer alırken, hentbol 9 kişi ile 3. sırada, 5 kişi ile voleybol son sırada yer almaktadır. Toplamda 220 yaralanmanın 76'sı ayak-ayak bileği bölgesi, 46'sı diz bölgesi ve 32'si el- el bileği bölgesinde görülmüştür. İlk müdahale sırasında 106 kişi soğuk uygulama yaparken, 2 kişi sıcak uygulama yapmıştır. 128 Sporcunun 73'ü doktora gitmeyi, 33'ü ise kendi imkanlarıyla tedavi etmeyi tercih etmektedir.

COMPARISON OF THE CAUSES AND THE TREATMENT METHODS OF INJURIES ENCOUNTERED IN FOOTBALL, BASKETBALL, HANDBALL AND VOLLEYBALL

The purpose of this study is to present whether the male athletes in the branches of football, basketball, volleyball and handball go through medical tests, suffer any injuries, if they do locate these parts, to determine whether medical staff exist and how they make the treatment, and to put forth the differences in those branches. 200 male athletes aged between 13 and 29 in Bursa make up the sample of the study. In the analysis of the data, SPSS 20 statistical package has been used. 74 athletes out of 200 have not gone through medical tests, 128 suffered injuries, and no medical staff have been found out to be present during the 52 of these injuries. 68 of the injuries occurred during the training, 37 during the game and 11 during the warm-up. While no medical staff existed in the 37 cases of the injuries during the training, there were medical staff in 31 out of 37 injuries during the match. As for the causes, 59 out of 128 injuries occurred due to the strikes from the opponent players, 20 due to the poor ground conditions, and 17 due to insufficient training. The rate of the injuries caused by strikes from the opponent players takes the lead in basketball, which is 30, football takes the second row with 15 people, handball the third with 9 people, and finally volleyball is the last with 5 people. The parts which the injuries occurred consist of feet-ankles with 76, knees with 46, and hands-wrists with 32 out of 220. While 106 people applied cold therapy during the first intervention, 2 of them applied heat. Out of 128 athletes, 73 preferred to see a doctor and 33 to have the treatment with their own means.

SB268

SAĞLIKLI BİREYLERİN DİZ EKLEMİNDEKİ KUVVET ÜRETME HİSSİ İLE KAS AKTİVASYON SEVİYELERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

***[1]Ceyhun Türkmen*, [1]Gülcan Harput, [1]Gizem İrem Kınıklı, [1]Nezire Köse, [1]Hande Güney Deniz**

[1]Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, ANKARA

***Email :** fztceyhunturkmen@gmail.com, aktasgulcan@gmail.com, cguvendik@hotmail.com, fztnezire@yahoo.com, hndgny@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Çalışmamızın amacı, diz bölgesi için pratik olarak uygulanabilecek bir propriyosepsiyon (kuvvet üretme hissi) değerlendirme yöntemi oluşturmak ve elde edilen sonuçlarla kuadriseps femoris kasındaki aktivite seviyeleri arasında ilişki olup olmadığını incelemekti.

Yöntem: Kronik diz problemleri bulunmayan on iki katılımcı (yaş, 25,17 ± 3,81 yıl) çalışmaya dahil edildi. Diz bölgesinde kuvvet üretme hissinin değerlendirmesi, diz eklemi altına yerleştirilen ve sfigmomanometre benzeri bir cihaz olan basınçlı "biofeedback" cihazı (StabilizerTM, Chattanooga Group Inc., Chattanooga, TN) yardımıyla yapıldı. Kuadriseps femoris kasının kuvvet üretme hissinin değerlendirmesi, maksimum istemli izometrik kontraksiyon (MİİK) değerinin %50 ve %65'inde uygulandı. Bu uygulama ile eş zamanlı olarak yüzeyel elektromiyografi (EMG) ile vastus medialis oblikus (VMO), rektus femoris (RF) ve vastus lateralis (VL) kas aktivasyon seviyelerinin norm değerleri belirlendi. Kuvvet üretme hissindeki hata test edilirken yine eş zamanlı olarak VMO, RF ve VL kas aktivasyon seviyeleri kaydedildi. Her ölçüm üç defa tekrar edilerek basınçlı biofeedback cihazında mmHg olarak gözlenen hata ortalamaları kaydedildi. Kas kuvvet üretme hissi hatası ile aktivasyon değişim seviyeleri arasındaki ilişkinin incelenmesi için Spearman Korelasyon analizi kullanıldı. Bulgular: Kuadriseps femoris kası için, MİİK değerinin %50'sinde VMO (r=0,61; p=0,035) ve RF (r=0,76; p=0,004) kaslarının aktivasyon değişim seviyeleri ile kuvvet üretme hissi hata değerleri arasında ilişki bulunurken, VL kasında herhangi bir ilişki bulunmadı (p=0,053). MİİK değerinin %65'inde, kuvvet üretme hissi hatası ile VMO (r=0,79; p=0,002), RF (r=0,68; p=0,014) ve VL (r=0,89; p<0,001) kaslarının aktivasyon değişim seviyeleri arasında ilişki bulundu.

Sonuç: Kuadriseps femoris kasının kuvvet üretme hissindeki hata ile kas aktivasyon değişim seviyeleri arasında ilişki bulunması, basınçlı "biofeedback" cihazının klinikte diz çevresi proprioseptif değerlendirmeleri için kullanılabileceğini göstermektedir. Diz yaralanmaları sonrası değişen değerlerin inceleneceği ileri çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN FORCE REPRODUCTION SENSE AND MUSCLE ACTIVATION LEVELS IN THE KNEE JOINT OF HEALTHY SUBJECTS

Introduction and Purpose: The aim of our study was to establish a proprioceptive force reproduction sense (FRS) evaluation method that could be practically applied to the knee region and to examine whether there is a relationship between the obtained results and the activity levels of quadriceps femoris muscle.

Methods: Twenty participants (age, 25.17±3.81 years) without chronic knee problems were included in the study. Evaluation of (FRS) in the knee region was measured with the use of a pressure biofeedback device (StabilizerTM, Chattanooga Group Inc., Chattanooga, TN), which was placed under the knee joint and was a sphygmomanometer-like device. Assessment of the FRS of the QFM was performed at 50% and 65% of maximum voluntary isometric contraction (MVIC) value. Simultaneous with this practice, norm values of vastus medialis obliquus (VMO), rectus femoris (RF) and vastus lateralis (VL) muscle activation levels were determined by surface electromyography (EMG). Simultaneously, VMO, RF and VL muscle activation levels were recorded while testing the error of FRS. Each measurement was repeated three times and the average constant errors observed on the pressure biofeedback device were

recorded as mmHg. Spearman correlation analysis was used to examine the relationship between FRS error and activation change levels.

Results: For the QFM, in 50% of MVIC value was correlated between FRS error values and muscle activation change levels of VMO (r=0,6;p=0,035) and RF (r=0,76; p=0,004) but no correlation was found in VL (p=0.053). In 65% of the MVIC value, there was a relationship between FRS error and activation change levels in VMO (r=0,79;p=0,002), RF (r=0,68;p=0,014), VL (r=0,89;p<0,001) muscles.

Conclusion: The relationship between the FRS error and muscle activation change levels in QFM shows that a pressure "biofeedback" device can be used clinically for proprioceptive evaluations of knee region. Further studies are needed to examine the changing values in knee injury.

SB430

2018 TRAMPOLİN CİMNASTİK TÜRKİYE ŞAMPİYONASI'NA KATILAN SPORCULARIN SPOR YARALANMALARI VE TEDAVİ YÖNTEMLERİ AÇISINDAN DEĞERLENDİRİLMESİ

***[1]İlker KİRİŞCİ*, [2]Ufuk ALPKAYA**

[1]Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı, İstanbul
[2]Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

***Email :** ilkerkirisci82@gmail.com, ualpkaya@gmail.com*

Bu çalışma, trampolin cimnastik sporcularının sağlık kontrolleri, antrenman ve yarışma sırasındaki yaralanma durumları, vücut bölgelerine göre yaralanma sıklıkları ve yaralanma sırasındaki sağlık personelinin mevcudiyeti gibi durumların tespiti ve nasıl müdahale edildiğini belirlemek için yapılmıştır. Çalışmanın örneklemini, 2018 yılında Türkiye Şampiyonası'na katılan, yaş ortalaması 13,05 yıl ± 2,58 yıl olan toplam 59 sporcu oluşturmuştur. Verilerin toplanmasında araştırmacılar tarafından oluşturulan "Bilgi Formu" kullanılmıştır. Verilerin analizlerinde SPSS 20 paket programı kullanılmıştır. Elde edilen verilerin çözümlenmesinde; frekans analizi, tanımlayıcı istatistik analizi kullanılarak analiz edilmiştir. Elde edilen verilerin analizinde, 59 Sporcunun %72,8'i sağlık kontrolünden geçtiği, %62,7'si spor yaralanmasına maruz kaldığı ilaveten bu yaralanmaların %78,3'ünde ise sağlık personelinin bulunmadığı tespit edilmiştir. Bunun yanı sıra yaralanmaların %89,1'inin antrenmanda meydana geldiği sonucuna ulaşılmıştır. Diğer yandan yaralanmaların %29,7'si teknik bozukluktan kaynaklanırken, %27'si konsantrasyon eksikliği ve motivasyon bozukluğundan meydana geldiği tespit edilmiştir. Bunlara ek olarak yaralanmaların %18,9'u yetersiz ısınma, %10,8'i ise emniyet boşluklarının olmaması sebebiyle gerçekleşmiştir. Sonuç olarak yaralanmalar en çok diz (%23,7), ayak bileği (%18,6) ve dirsek-kol (%13,5) bölgelerinde görülmüştür. İlk müdahale sırasında %86,4 sporcu soğuk uygulama yaparken, %5,4 sıcak uygulama yaptığı tespit edilmiştir. Sporcuların %62,2'si yaralanmaların tedavisi için doktora gitmeyi tercih ederken, %21,6'sı ise antrenörün önerdiği yöntemi uygulamıştır. Tedavinin ardından 37 sporcunun %73'ü önceki performanslarına kavuştuklarını belirtmişlerdir. Dolayısıyla çalışmada en çok kas yaralanmaları ve burkulmaların yaşandığı tespit edilmiştir.

THE SPORTS INJURIES OF THE ATHLETES ATTENDING 2018 TURKEY TRAMPOLINE GYMNASTICS CHAMPIONSHIP AND THEIR EVALUATION IN TERMS OF TREATMENT APPROACHES

The purpose of this study is to present the medical tests of the trampoline gymnastics athletes, the injuries suffered during the trainings and contests, the frequency of the injuries on the parts of the body, and whether medical staff exist during the injuries and how these injuries are treated. 59 athletes whose average age is 13,05 ± 2,58 attending the Turkey Championship in 2018 make up the sample of the study. In the analysis of the data, SPSS 20 statistical package has been used. The data have been collected by the "Information Form" produced by the researchers. The obtained data have been analyzed by using frequency analysis and descriptive statistics analysis. The results of the analyses reveal that 72,8% of the 59 athletes went through medical tests, 62,7% of them suffered injuries, and no medical staff existed during the 78,3% of these injuries. Moreover, it has been concluded that 89,1% of the injuries occurred during the training. The other injuries occured on account of the following reasons: 29,1% out of technical faults, 27% out of lack of concentration and motivation problems, 18,9% out of insufficient warm-up exercises and 10,8% out of lack of safety zones. The injuries occured mostly on knees (23,7%), ankles (18,6%), and elbow-hand (13,5). While 86,4% of the athletes applied cold therapy during the first intervention, %5,4 of them applied heat. While 62,1 of the athletes preferred to see a doctor and 21,6% of them decided to have the treatment according to the way the trainer recommended. 73% of the 37 athletes were found out to be able to reach their previous performances following the treatment. Finally, the most common injury types occurred turned out to be the muscle injuries and strains.

SB613

Farklı omuz abduksiyon açılarında yapılan retraksiyon egzersizleri sırasında trapezius aktivasyon oranlarının karşılaştırılması

***[1]Dilara Kara*, [1]Gülcan Harput, [1]İrem Düzgün**

[1]Hacettepe Üniversitesi,ANKARA

Email : *dilaradonder@gmail.com, aktasgulcan@gmail.com , iremduzgun@yahoo.com*

Giriş ve Amaç Skapula retraksiyon egzersizleri skapular stabilizatör kas performansının geliştirilmesinde sıklıkla tercih edilir. Bu egzersizler sırasında trapezius kasının üst (ÜT), orta (OT) ve alt parçası (AT) arasındaki aktivasyon dengesinin sağlanması gerekir. ÜT kas aktivasyonunun egzersizler sırasında fazla olması omuz yaralanmaları açısından risk oluşturabilmektedir. Bu çalışmanın amacı farklı omuz abduksiyon açılarında yapılan skapula retraksiyon egzersizleri sırasında UT/OT ve UT/AT aktivasyon oranlarını karşılaştırmaktı.

Yöntem Çalışmaya 22 sağlıklı gönüllü (yaş: 31.6±10.2 yıl, VKI: 23.7±2.9 kg/m2) dahil edildi. Omuz 0, 45, 90 ve 120 derece abduksiyondayken, elastik bantla yapılan skapula retraksiyon egzersizleri sırasındaki trapezius kas aktivitesi yüzeyel elektromiyografi ile ölçüldü. Egzersizler sırasındaki kas aktiviteleri maksimum istemli izometrik kontraksiyon sırasındaki kas aktivitelerine oranlanarak normalize edildi (%MVIC) ve ÜT/OT ve ÜT/AT aktivasyon oranları hesaplandı. Farklı omuz abduksiyon açılarında yapılan retraksiyon egzersizlerinin trapezius aktivasyon oranlarına etkisini analiz etmek için tekrarlı ölçümler varyans analizi kullanıldı.

Bulgular Farklı omuz abduksiyon açılarında yapılan retraksiyon egzersizlerinin ÜT/OT ($F(3,63)=7,2$; $p<0,001$) ve ÜT/AT ($F(3,63)=10,3$; $p<0,001$) oranları üzerine etkisi anlamlı bulundu. Omuz 0 derece abduksiyonda yapılan retraksiyonda ÜT/OT (0,7) ve ÜT/AT (1,3) oranları en düşük iken; 90 derece abduksiyonda yapılan retraksiyonda ÜT/OT (1,2) ve ÜT/AT (2,7) oranları en yüksek bulundu. 45 ve 120 derece abduksiyonda yapılan egzersizler sırasında ise ÜT/OT (sırasıyla 0,9;0,9) ve ÜT/AT (sırasıyla 1,7; 1,4) oranları arasında fark bulunmadı ($p>0,05$).

Sonuç ÜT aktivasyonuna kıyasla OT ve AT aktivasyonunun fazla olduğu bir program istenirse, retraksiyon egzersizleri 90 derecenin altındaki omuz abduksiyon açılarında yapılmalıdır. Omuz patolojisine sahip bireylerde 90 derece omuz abduksiyon açısında yapılan retraksiyon egzersizlerinden kaçınılmalıdır.

Comparison of trapezius activation ratios during retraction exercises at different shoulder abduction angles

Introduction and Purpose Scapula retraction exercises are often preferred to improve the scapular stabilizer muscle performance. The activation balance between the upper (UT), middle (MT) and lower part (LT) of the trapezius muscle must be provided during the exercises. Increased UT muscle activation during exercises may risk for shoulder injuries. The aim of the study was to compare the UT/MT and UT/LT activation ratios during scapular retraction exercises at different abduction angles.

Methods Twenty-two healthy volunteer (age:31.6±10.2 years, BMI:23.7±2.9 kg/m2) were included in this study. Surface EMG was used to measure the trapezius muscle activity during scapula retraction that was performed at 0, 45, 90 and 120 degrees of shoulder abduction angles with elastic band. Muscle activities during the exercises were normalized as percentage of maximum voluntary isometric contraction (%MVIC) and UT/MT and UT/LT activation ratios were calculated. Repeated measures of ANOVA was used to analyze the effect of shoulder abduction angles on trapezius muscle activation ratios.

Results There were significant angle effects on UT/MT ($F(3,63)=7.2$; $p<0.001$) and UT/LT ($F(3,63)=10.3$; $p<0.001$) ratios. While the UT/MT (0.7) and UT/LT (1.3) ratios were lowest in the retraction performed at 0 degree of shoulder abduction; the scapula retraction performed at 90 degree abduction, highest UT/MT (1.2) and UT/LT (2.7) ratios were found. There were no differences between UT/MT (0.9; 0.9 respectively) and UT/LT activation ratios (1.7; 1.4 respectively) during the exercises performed at 45 and 120 degrees shoulder abduction ($p>0.05$).

Conclusion If a program with lower UT and greater MT and LT activity is desired, the retraction exercises should be preferred performed at 90 degrees below. The individuals with shoulder pathologies should avoid the scapular retraction exercises which are performed at 90 degrees of shoulder abduction.

SB662

TÜRKİYE FUTBOL SÜPER LİGİ SAĞLIK EKİPLERİNİN SAKATLIK ÖNLEME STRATEJİLERİ

***[1]Burak Çağlar Yaşlı*, [2]Savaş Kudaş, [1]Mitat Koz**

[1]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA
[2]Osmanlıspor Kulüp Doktoru, ANKARA

***Email :** yasli@ankara.edu.tr, savaskudas@hotmail.com, Mitat.Koz@ankara.edu.tr*

Giriş ve Amaç; Literatürde, profesyonel futbol kulüplerinin spor yaralanmalarını önleme stratejileri ve uygulamaları hakkında önemli boşluklar dikkat çekmektedir. Bu bağlamda araştırmanın amacı, Türkiye Futbol Süper Lig'i sağlık ekibi çalışanlarının, spor yaralanmalarından korunma ile ilgili bakış açıları, uyguladıkları stratejiler ve testlerin belirlenmesidir.

Yöntem; Veri toplama yöntemi olarak, Türkiye Futbol Süper Lig' inde mücadele eden futbol kulüplerinin sağlık ekibi çalışanlarına anket uygulanmıştır. 18 Süper lig ekibinden, 14 takımın sağlık ekipleri anketleri cevaplamıştır. Anketlere cevap vermeyen 4 takım, araştırmaya dahil edilmemiştir. Anketler, 1) Spor yaralanmalarından korunma ile ilgili stratejilerde görev alan personellerin belirlenmesi 2) Sakatlık risk faktörleri 3) Uygulanan testler 4)Uygulanan egzersizler olmak üzere, toplam 4 bölümden oluşmaktadır.

Bulgular; Sporcuların sağlık durumlarının takiplerinde en sık kullanılan yöntem muayene ve değerlendirmeler %92,85 olurken; kulüplerin %71,42'si tıbbi görüntüleme cihazlarından yararlanmaktadır. Fonksiyonel Hareket Görüntüleme ise kulüplerin yalnızca %2,85'i tarafından kullanılmaktadır. Fizyoterapistler, korunma stratejilerinin belirlenmesi ve uygulanmasında en fazla görev alan personellerdir.(n=29) Sağlık ekipleri tarafından, Core egzersizleri, denge egzersizleri ve eksantrik metotlar, sakatlık önlemede en etkili yöntemler olarak görülmektedir. Bunun yanı sıra, spor yaralanmalarının önlenmesinde, İzokinetik cihazlar %57,1, Pilates %42,8 ve Flywheel egzersizleri %21,4 , en az kullanılan yöntemler olarak göze çarpmaktadır.

Sonuç; Araştırma sonuçlarına göre, kulüplerin sakatlık önleme stratejileri ve uygulamaları benzerlik göstermektedir. Sakatlık oluşumunu artırabilecek risk faktörleri; sakatlık geçmişi, yorgunluk ve kuvvet dengesizlikleridir.

INJURY PREVENTION STRATEGIES OF MEDICAL TEAMS IN TURKISH PREMIER LEAGUE FOOTBALL CLUBS

Introduction; There is a remarkable sparse in regard to injury prevention practices and strategies of professional football clubs in the literatüre. In this context, aim of the study is to determine perceptions about injury prevention, implemented strategies and implemented tests of Medical Teams of Turkısh Premier League Football Clubs

Method; As data collection methods, survey was administered for Medical Teams of Turkish Premier League Football Clubs. 14 medical teams answered surveys from 18 Super League Teams. The 4 teams which werent answered survey, excluded from study. The survey is consist of total four section that are 1)Determinaton of personel who are taking charge in strategies which is abouts prevention from sports injury. 2) İnjury risk factors 3) İmplemented tests 4) Implemented Practices .

Results; While the most common used method in following health condition of athletes is medical exam and questionnaires %92,85; %71,42 of the clubs are benefited from medical screening equipments Functıonal Movement Screening is only get used from %2,85 of clubs. Physiotherapists who are the most charging staff in determination of prevention strategies and implementation phase(n=29)Core exercises , balance exercises and eccentric methods are seen the most efficient methods from medical staff. Besides,

isokineticequipments % 57,1 Plates %42,8 and Flywheel exercises %21,4 are determined as the least used methods for sports injury prevention

Conclusion; According to results, injury prevention strategies and practices of clubs follow a coherent approach. The risk factors which can increase injury occurence are previous injury, fatigue and muscle imbalances.

SB702

BAŞ ÜSTÜ SPORCULAR İÇİN NEURAC TEDAVİSİ; UZUN DÖNEM TAKİPLİ OLGU SERİSİ

***[1]Elif Turgut*, [2]Even Olsen, [2]Oyvind Pedersen**

[1]Hacettepe Üniversitesi, ANKARA
[2]Redcord Clinic, OSLO

Email : *, ,*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı Rotator kılıf ilişkili omuz ağrısı bulunan baş üstü sporcularda 4-6 haftalık NEURAC tedavisinin ağrı ve özür seviyesi üzerine etkisini araştırmaktır. Yöntem: Altı haftadan uzun süreli unilateral omuz ağrısı şikayeti olan 10 sporcu çalışmaya dahil edildi. Kişiye özel 4-6 haftalık NEURAC tedavisi süpervize bir şekilde uygulandı. Ağrı şiddeti görsel analog skalası ile değerlendirildi, Özür seviyesi ise Omuz Ağrı ve Disabilite İndeksi kullanılarak değerlendirildi. Ölçümler tedavi öncesi ve tedavi sonrası 6. ve 12. haftalar ile 1. yılın sonunda değerlendirildi. Bulgular: Tedavi öncesi ile 6-12 haftalık takip ve 1 yıllık takip arasında elde edilen veriler karşılaştırıldığda ağrı şiddetinde ve SPADI-ağrı ile SPADI-özür skorunda klinik olarak anlam gelişmeler elde edildiğini gösterdi ($p<0.05$). Sonuç: Araştırmanın sonuçları rotator kılıf ilişkili omuz ağrısı olan sporcularda ağrıdaki azalma ve fonksiyonel kazanımların 6 haftalık NEURAC eğitimi ile elde edileceğini göstermiştir. Bu nedenle, omuz rehabilitasyon programlarında erken dönemden itibaren NEURAC eğitimi önerilmektedir.

NEURAC TREATMENT FOR THE OVERHEAD ATHLETE; A CASE SERIES WITH LONG TERM FOLLOW-UP

Introduction and Aim: This study aims to investigate the effects of a four-to-six-week NEURAC treatment on disability, and pain status in overhead athlete with rotator cuff related shoulder pain Methods: Ten athletes with shoulder pain lasted at least 6 weeks or more were included. The supervised four-to-six-week NEURAC Treatment was performed. We evaluated self-reported shoulder pain severity by using visual analogue scale and disability status by using Shoulder Pain and Disability Index (SPADI) at baseline, after 6-week, 12-week training and at one-year-follow-up. Results: Comparisons showed that there was significantly less pain severity and less SPADI pain and disability score reported starting from six-week after baseline and at 12-week and one-year-follow-up ($p<0.05$). Conclusion: The findings of the study showed that pain severity and disability gains can be achieved with four-to-six-week NEURAC treatment for athletes with rotator cuff related shoulder pain. Therefore, NEURAC method should be recommended to apply starting from early shoulder rehabilitation program.

SB704

ASEMPTOMATİK VOLEYBOL OYUNCULARINDA SKAPULAR DİSKİNEZİ VARLIĞI VE ÜST EKSTREMİTE FONKSİYONU ÜZERİNE ETKİSİNİN ARAŞTIRILMASI

***[1]Elif Turgut*, [2]Cengiz Akarçeşme, [2]Emre Altundağ, [2]F. Filiz Çolakoğlu, [3]Gül Baltacı**

[1]Hacettepe Üniversitesi, ANKARA
[2]Gazi Üniversitesi, ANKARA
[3]Güven Hastanesi, ANKARA

***Email :** , , , ,*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı bayan Voleybol oyuncularında skapular diskinezi varlığının incelenmesi ve skapular diskinezinin üst ekstremite fonksiyonları üzerine etkisini araştırmaktır.

Yöntem: Çalışmaya 45 bayan voleybol oyuncusu dahil edildi. Skapular diskinezi gözlemsel olarak var/yok metod kullanılarak belirlendi. Üst ekstremite fonksiyonuna ilişkin star excursion dinamik stabilite testi, kavrama kuvveti değerlendirmesi ve sağlık topu fırlatma testi uygulandı.

Bulgular: Gözlemsel skapular diskinezi değerlendirmesi sonucunda sporcuların %66,6'sında asemptomatik skapular diskinezi gözlendi. Skapular diskinezi gözlenen ve gözlenmeyen alt gruplarda üst ekstremite fonksiyonuna ait değerlendirilen parametreler karşılaştırıldığında grıplar arasında fark bulunmadı ($p > 0.05$).

Sonuç: Asemptomatik bayan voleybol sporcularında skapular diskinezi gözlenme oranı oldukça yüksek olmasına rağmen bu durumun üst ekstremite fonksiyonunu etkilemediği gözlenmiştir.

PRESENCE OF SCAPULAR DYSKINESIS IN ASYMPTOMATIC VOLLEYBALL PLAYERS AND ITS EFFECT ON UPPER EXTREMITY FUNCTION

Introduction and aim: The aim of this study was to investigate the presence of scapular dyskinesis in asymptomatic female volleyball players and its effect on upper extremity function.

Methods: Forty-five female volleyball players were participated in the study. Observational scapular dyskinesis assessment based on yes/no method was used. Upper extremity function was evaulated by using star excursion dynamica stability test, hand-grip strength and medicine ball throeing test.

Results: The athletes were presented the scapular dyskinesis with a rate of 66,6%. When athletes with and without scapular dyskinesis were compared there were no differences found in upper extremity function tests ($p > 0.05$).

Conclusion: There were high percentage of athtletes having scapular dyskinesis among asymptomatic female volleyball players. However the presence of scapular dyskinesis was not affect upper extremity function.

SB714

İki farklı harici yükün aktif eklem pozisyon duyusuna etkisi ve kas gücü ile kuvvet duyusu arasındaki ilişki

[1]Manisa Celal Bayar Üniversitesi, MANİSA

Email :

Giriş ve Amaç: Kaslara herhangi bir harici yük uygulamayan aktif eklem pozisyon duyusu (AEPD) ölçümleri genellikle yaralanma sonrası iyileşmeyi değerlendirmek için yapılır. Yaralanma iyileştiğinde, sporcular şiddetli antrenman ve yarışmalara geri dönerken, diğer insanlar günlük yaşamlarına geri dönerler. Sporda kaslara ve eklemlere etki eden harici yükler vardır. Dizler normalde atletik aktivite sırasında ağırlık taşıdığı için, ağırlık taşıyan pozisyondaki proprioseptif keskinliği test edilmelidir. Bu çalışmanın iki amacı vardı. Birincisi, düşük ve yüksek yüklerin AEPD sapması üzerindeki etkisini değerlendirirken, diğeri ise, kuvvet duyusu (KD) ile kas kuvveti (KK) arasındaki ilişkiyi araştırmaktı. Yöntem: 47 sağlıklı gönüllü katıldı. 45 derecelik diz açısında katılımcıların maksimum istemli izometrik kasılma (MİİK) kuvvetleri ve KD bir izokinetik dinamometre ile ölçüldü. Yüksüz (0-AEPD), % 30 yükle (%30-AEPD) ve % 70 yükle (%70-AEPD) üç AEPD testi tekrarlandı. Bulgular: AEPD, cinsiyet (erkek, kadın) ve aktivite düzeylerinden (sedanter, rekreasyonel, antrenmanlı) etkilenmedi. 0-AEPD ve %70-AEPD hata skorları arasında anlamlı bir fark vardı. Sonuçlar 0-AEPD ve %30-AEPD hata skorları arasında da anlamlı fark olduğunu gösterdi. Dahası, %30-AEPD ve %70-AEPD hata puanları arasındaki fark da anlamlıydı. MİİK ve KD hata skorları arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki bulundu. Sonuç: Sonuçlar yük seviyesi arttıkça, AEPD'de hata skorunun daha azaldığını öne sürmektedir. Bu sonuçlara göre, dışsal yükler sağlıklı sporcular için AEPD değerlendirmesinde kullanılabilir ve belki de sporun doğası için daha uygun olabilir. Ek olarak, bu çalışmanın bulgularına dayanarak, daha yüksek kas gücüne sahip olanların daha kötü bir kuvvet duyusuna sahip olduklarını söyleyebiliriz.

Effects of the two different external loads to active joint position sense and relationship between muscle strength and force sense

Active joint position sense (AJPS) measurements which is without applying any external load to muscles are usually made to assess post-injury recovery. When the injury is healed, athletes return to intensive training and competitions, while other people return to their daily lives. There are external loads acting on the muscles and joints within sports. Since knees normally bears weight during athletic activity, its proprioceptive acuity in a weight-bearing position should be tested. This study had two purposes. The first was to assess the effect of low and high loads on the AJPS deviation, while the other one was to investigate the relationships of muscle strength (MS) with force sense (FS). 47 healthy volunteers participated. The maximum voluntary isometric contraction (MVIC) forces and FS of the participants at 45-degree of knee angle were measured with an isokinetic dynamometer. Three AJPS test which no-load (NL-AJPS), with 30% load (30%-AJPS) and with 70% load (70%-AJPS) were repeated. AJPS was not affected by gender (male, female) and activity levels (sedentary, recreational, trained). There was a significant difference between NL-AJPS and 70% -AJPS error scores. Results also indicated significant difference between NL- AJPS and 30%-AJPS error scores. Moreover, the difference between the 30% -AJPS and 70% -AJPS error scores was also significant. A positive and significant correlation was found between MVIC and FS error scores. The results suggest that as the load level increases, the error score decreases in AJPS. According to these results, external loads can be used in the evaluation of AJPS of healthy athletes and perhaps it may be more appropriate for the nature of the sport. Additionally, based on the findings of this study, we can say that those with higher muscle strength have a worse sense of force.

SB870

Elit futbolcularda alt ekstremite yaralanmaları ve risk faktörleri: Prospektif çalışmaların sistematik derlemesi

***[1]Cihan BAYKAL*, [1]Ömer ŞENEL**

[1]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

Email : *cihanbaykal@gazi.edu.tr, osenel@gazi.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Sporcu sayısının en fazla olduğu branşlardan biri olan futbol, alt ekstremite yaralanmalarının da en fazla yaşandığı branşlardan biridir. Sporcular için zaman ve performans kaybına sebep olan bu yaralanmalar hakkındaki bilgiler, korunma ve rehabilitasyon programları için gereklidir. Bu çalışma erkek profesyonel futbolcularda görülen spor yaralanmalarını belirlemek ve yaralanma risk faktörlerini tanımlamak için yayınlanmış çalışmaların gözden geçirilmesi ve çalışmalardan elde edilen verilerin sistematik biçimde incelenmesi amacıyla gerçekleştirilmiştir.

Yöntem: 2003-2018 yılları arasında yayınlanmış, elit düzeydeki erkek profesyonel futbolcuların yaşadığı spor yaralanmaları ve risk faktörlerini araştıran, en az bir yıl takip süreli prospektif çalışmalar PubMed, Web of Science, Embase, SPORTDiscus, PEDro ve ULAKBİM veritabanlarında sistematik olarak taranmıştır. Araştırmaya dahil edilme kriterlerine uygun yayınlar metodolojik kalite ve bulgular açısından değerlendirilmiştir.

Bulgular: Futbolda spor yaralanmalarının çok büyük bir kısmı alt ekstremitede görülürken, sırasıyla hamstring, addüktör, kuadriseps ve kalf en çok yaralanan kaslardır. Yaralanma tipleri içinde kas yırtılması, burkulmalar ve ezilmeler; yaralanma bölgeleri içinde ise uyluk, diz, ayak bileği ve kalça/kasık bölgeleri en yaygınlarıdır. Oluşum mekanizmaları açısından travma sebepli olanların oranı aşırı kullanma sebepli olanlara göre fazladır. Sert müdahale sonrası oluşan yaralanmaların oranı genel yaralanmaların çeyreğini oluşturmaktadır. Yaralanmaların %12-37 oranlarında nüksettiği görülmektedir. Maçların ilk ve ikinci yarılarının son 15'er dakikası yaralanmaların en sık görüldüğü evrelerdir.

Sonuç: Yaralanmalar bir futbolcu için sezon başına 15-80 gün antrenman/maç kaçırmasına sebep olmaktadır. Verim ve zaman kaybı yaratan spor yaralanmalarının elit futbolculardaki görülme sıklıkları, bölgeleri, antrenman/maç kaçırtma sürelerinin incelendiği birçok kapsamlı yayın vardır. Ancak potansiyel yaralanma risk faktörlerini yorgunluk, hareket mekaniğindeki hatalar, sezon planlaması vb.leri gibi fizyolojik ve biyomekanik faktörleriyle inceleyen çalışmaların eksikliği ve ihtiyacı göze çarpmaktadır. Bu kapsamda elde edilen yaralanma verilerinin olumlu yönde geliştirilebilmesi için yaralanma mekanizmalarını açıklayacak çalışmalar yapılması gerekliliği görülmektedir.

Lower extremity injuries and risk factors in elite football players: A systematic review of prospective studies

Introduction: Football, which is one of the sports with the highest number of athletes, is also one of the sports in which the lower extremity injuries are most experienced. The purpose of this study is; to identify the sports injuries seen in male professional footballers and to review the published studies to identify injury risk factors and to examine systematically the data obtained from the studies.

Methods: Prospective studies for at least one-year follow-up, investigating sport injuries and risk factors of elite male professional football players between 2003 and 2018, were systematically screened in PubMed, Web of Science, Embase, SPORTDiscus, PEDRO, and ULAKBIM databases. The publications relevant to the inclusion criteria were evaluated in terms of methodological quality and findings.

Results: Hamstring, adductor, quadriceps, and calf are the most injured muscles, while a great majority of sports injuries in the football are seen in the lower extremity. Muscle strains, sprains, and contusions in the types of injuries; thigh, knee, ankle, and hip/groin in the injury locations are the most common. In terms of the mechanisms of occurrence, the rate of trauma-induced is higher than the rate of overuse. The ratio of injuries that occur after a hard intervention constitutes one-fourth of the general injuries. It is seen that the injuries recur in 12- 37%. The last 15 minutes of the first and second half of the match are the most frequent cases of injuries.

Conclusion: There are a number of comprehensive publications on the frequency, the location, and the periods of training/match-misses of sports injuries in elite soccer that lead to loss of time and capacity. However, the lack and necessity of studies that examine the risk factors of potential injury with physiological and biomechanical factors such as fatigue, faults in movement mechanics, seasonal planning, etc., are striking.

SB953

Cindrella yasası eSporcu sağlığına bir çözüm müdür?

***[1]Dudu Banu Çakar*, [1]Figen Çiloğlu**

[1]Fenerbahçe Üniversitesi, İSTANBUL

Email : *banu.cakar@fbu.edu.tr, figen.ciloglu@fbu.edu.tr*

Dijital sporlar/espor, bölgesel ve uluslararası düzeyde turnuvaları olan profesyonel ve amatör oyuncuların birbirleriyle yarıştığı video oyun etkinliği olarak tanımlanmaktadır. Katılımcıların elektronik oyun becerilerini birbirlerine karşı eşleştirdikleri boş zaman etkinliği olarak başlayan alan, teknolojik gelişmeler ve yüksek finansal getiri ile Y/Z kuşağının ilgisini çekmeyi başararak rekreatif bir alan olmaktan çıkmış; profesyonel, lisanslı oyunlara doğru devinim göstermiştir. Ülkemizde 16/22 yaş arası gençlerin oluşturduğu 50'ye yakın spor takımı ve 250 lisanslı espor oyuncusu bulunmaktadır. Her ne kadar geçmişte espor bir spor olarak kabul görmemiş olsa da, sektörün cazibesi, toplu oyun organizasyonları, takımların ve antrenörlerin varlığı, uzun antrenman süreleri ve hatta olimpiyat oyunlarına dahil edilip edilmemesi konusunda yapılan forumlar, bu alanın spor bilimleri açısından göz ardı edilemeyecek konuma geldiğini göstermektedir. Dijital platformlarda yer alan espor müsabakalarının kendi kurallarını ve dogmatic olarak kendi yasalarını çıkardığı gözlemlenmiştir. Bu durum çoğu zaman insanın doğasına aykırı, sağlık problemleri yaratacak kadar tehlikeli olabilmektedir. Örneğin bir esporcu olabilmek için günde minimum 8 saat oturur pozisyonda, sadece parmak hareketleri ve mavi bir ekrana bakarak antrenman yapmak gerekmektedir. Bu uzun antrenman sürelerinin kişinin sosyal, psikolojik ve fiziksel sağlığını etkilediği çeşitli bilimsel araştırmalarda gösterilmiştir. Hatta Güney Kore'de milyonlarca takipçisi olan bir oyuncunun intiharı ülkenin "Cinderella" Yasası adında, 16 yaş altı çocukların 24:00-06:00 arası internet oyunlarını oynamasını yasaklayan bir yasa çıkarmasına neden olmuştur. Böyle bir yasa olası sağlık sorunlarına bir çözüm müdür? Bu konuya bir uzman görüşü almak için araştırmamızın temel sorusu olan "espor oyuncusunun sosyal, psikolojik ve fiziksel sağlığını korumaya yardım etmek için Cinderella yasası çözüm müdür?" sorusunu Fizik tedavi uzmanları, Dahiliye hekimleri, Nörospor Uzmanları ve Psikologlara sorduk. Aldığımız cevaplar, reşit olmayan sporcular, onların antrenörleri ve aileleri için uygulanması muhtemel kurallar ve fizyolojik, biyokimyasal ve psikolojik testleri içeren bir sporcu sağlık takip sistemi, başka bir deyişle, "espor sporcu sağlık güvenliği" çerçevesi oluşturmamız gerektirdiği ve ancak bu çerçevede yapacağımız çalışmalarla toplumsal fayda yaratabileceğimizi göstermiştir.

Is the Cinderella law a solution to help protect the health of the eSports player?

Digital sports or eSports is defined as a video game activity where professional and amateur players compete with each other in tournaments. eSports, which started as a recreational activity succeeded in attracting the attention of Y / Z generation and became a professional arena. There are around 50 eSports teams and 250 licensed eSports players in our country. Although eSports has not been accepted as a sport in the past; the attractiveness of the sector, big tournaments and organizations, the presence of teams and coaches, long training periods and possible candidacy to the Olympic games, shows that eSports has become an important area that should not be overlooked by sports science. It has been observed that if left alone, digital platforms create their own rules that can be contrary to physical wellbeing. For example, a good eSports player practices at least 8 hours a day, in a sitting position, with only finger movements, in front of a blue screen. Scientific studies have shown that this sedentary life-style negatively affects the health of an individual. This reality has led South Korea to adopt the "Cinderella law" which prohibits children under the age of 16 from playing internet games from midnight to 06:00 am. But is this law enough? In order to get an expert opinion, we asked physiotherapy specialists, internists, neurosport specialists and psychologists the fundamental question"Is the Cinderella law a solution to help protect the social, psychological and physical health of the eSports player?"Their answers show that the creation of health monitoring system that includes physiological, biochemical and psychological tests for underage players will be very useful for all stakeholders and as academicians it is our responsibility to work towards the establishment of an "eSports player health and safety"framework.

SB959

ELİT FUTBOLCULARDA İZOKİNETİK KAS KUVVETİ VE ÖN ÇAPRAZ BAĞ YARALANMASI ARASINDAKİ İLİŞKİ

[1]SEÇKİN ŞENIŞIK, [1]CENGİZHAN ÖZGÜRBÜZ, [1]METİN ERGÜN

[1]Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi Spor Hekimliği Anabilim Dalı, İzmir

Email : *seckinsnsk@gmail.com, cengizhan.ozgurbuz@gmail.com, metinergun@hotmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı profesyonel futbolcularda diz ekstansör ve fleksör kas guruplarının izokinetik kuvvetinin ön çapraz bağ (ÖÇB) yaralanma riski üzerindeki etkisini incelemekti. Yöntem: Çalışmaya 64 elit futbol oyuncusu katıldı. Deneklerin diz ekstansör ve fleksör kaslarının izokinetik kuvveti Cybex 6000 Norm dinamometre cihazı kullanılarak 60 ve 300o/s hızlarda ölçüldü. Katılımcılara testler koşu bandında yaptırılan ısınmadan sonra uygulandı. Oyuncuların bireysel oyun süreleri ve sakatlıkları 30 ay boyunca prospektif olarak kaydedildi. İstatistiksel değerlendirilmede "t testi" ve Mann-Whitney U testi kullanıldı. Bulgular: Çalışma süresi boyunca toplam 11 temas olmayan ÖÇB yaralanması kaydedildi (insidans: 0.2/1000 oyun saati). Sakatlanmış oyuncularda sağlam oyunculara göre 60o/s'de daha yüksek eksantrik quadriceps kuvveti bulundu (p=0.003). Diğer kuvvet değerleri açısından iki grup arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık yoktu (p>0.05). Sonuç: Çalışmanın sonucuna göre yüksek eksantrik quadriceps kuvvetinin ve düşük eksantrik fleksör/ekstansör oranının ÖÇB yaralanma riskinde artışla ilişkisi olduğu söylenebilir.

THE ASSOCIATION BETWEEN ISOKINETIC KNEE STRENGTH AND ANTERIOR CRUCIATE LIGAMENT INJURY RISK IN SOCCER PLAYERS

Purpose: The purpose of this study was to examine the influence of isokinetic strength of knee extensor and flexor muscle groups on anterior cruciate ligament (ACL) injury risk. Method: A total of 64 elite soccer players were enrolled in this study. Isokinetic strength of knee extensor and flexor muscle groups of the subjects was measured at 60 and 300o/sec by means of a Cybex 6000 Norm dynamometer. Isokinetic tests of the subjects were performed after a warm-up on a treadmill. Individual player exposure and injuries were prospectively recorded during the two and a half year period of the participants. "T test" and Mann-Whitney U test were used for statistical analyses. Result: A total of 11 non-contact ACL injuries (incidence: 0.2/1000 playing hours) had been registered during the study period. Injured players had higher eccentric quadriceps strength at 60°/sec than uninjured players (p=0.003). There were no statistical differences between the two groups for other strength measurements (p>0.05). Conclusion: It is possible to conclude that higher eccentric quadriceps strength appears to be related to increased ACL injury risk in this study.

POSTER BİLDİRİ ÖZETLERİ
POSTER PRESENTATION ABSTRACTS

ANTRENMAN VE HAREKET BİLİMLERİ / TRAINING AND MOVEMENT SCIENCE

PB193

20-26 YAŞ ERKEK YÜZÜCÜLERDE PROGRESİF KAPSAMLI DİNAMİK GERME EGZERSİZLERİNİN 50 METRE YÜZME SÜRELERİNE VE KULAÇ SIKLIĞINA ETKİSİ

[1]Pınar Pınarlı, [2]Hakan Akdeniz, [3]Emre Özcan

[1]Kocaeli Üniversitesi, KOCAELİ
[2]Kocaeli Üniversiresi, KOCAELİ
[3]Kocaeli Üniverisitesi, KOCAELİ

Email : *pnrpnrlm@gmail.com, ,*

Özet Araştırma; 20-26 yaş arası erkek yüzücülerde sekiz haftalık antrenmanlara ek olarak yapılan progresif kapsamlı dinamik germe çalışmalarının yüzücülerin derece ve kulaç sıklıklarına etkisinin incelemek amacıyla yapılmıştır. Araştırmanın deney grubu yaş ortalaması; 22,00±2,44 yıl, vücut ağırlık ortalaması 72,60±9,76 kg, boy ortalaması; 174,90±7,63 cm olan 8 yüzücü ile yapılmıştır. Araştırmanın kontrol grubu yaş ortalaması; 22,62±1,59 yıl, vücut ağırlık ortalaması;74,43±8,79 kg, boy ortalaması; 174,25±4,06 cm olan 8 yüzücü yer almıştır. Yüzücüler rastgele yöntem ile iki gruba ayrılarak deney ve kontrol grubu oluşturulmuştur. Deney grubu haftada 3 gün ve 90 dakikadan oluşan yüzme antrenmanlarına ek olarak progresif kapsamlı 24 dakikalık dinamik stretching egzersizleri yaparken, kontrol grubu ise sadece haftada 3 gün ve 90 dakikadan oluşan yüzme antrenmanları yapmışlardır. Her iki grup 8 haftalık antrenman programı sonunda tekrar teste tabi tutularak son test değerleri alınmıştır. Sporculardan ikişer ölçüm alınmış, en iyi olan veri değerlendirmede dikkate alınmıştır. Elde edilen veriler SPSS 25 programında tanımlayıcı istatistikler hesaplanarak, Mann Whitney-U ve Wilcoxon Signed testleri ile analiz edilmiş ve İstatistiksel anlamlılık derecesi (p<0,05) düzeyinde değerlendirilmiştir. Sonuç olarak; araştırmaya katılan antrenman gurubu ve deney grubu 50 m serbest stil yüzme dereceleri ön test ve son test sonuçları arasında anlamlı faklılık bulunamamıştır(p>0,05). Antrenman ve kontrol gurubu serbest stil kulaç sıklıkları incelendiğinde, Antrenman gurubu serbest stil kulaç sıklıkları ön test ve son test sonuçları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur(p<0,05). Kontrol gurubu ön test ve son test kulaç sıklıkları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur(p<0,05). Sonuç olarak, sekiz haftalık dinamik stretching egzersizlerinin serbest stil kulaç sıklıklarına olumlu yönde etkisinin olduğu söylenebilir.

Anahtar kelimeler : Yüzme, kulaç sıklığı, dinamik stretching.

EFFECT OF PROGRESSİVE EXTENSİVE STRETCHİNG EXERCİSES İN 20-26 YEARS OLD MALE SWİMMERS ON 50 METERS SWİMMİNG TİME AND FATHOM FREQUENCY

Abstract This research was conducted to review the effect of progressive extensive stretching exercises that are performed in addition to eight- weeks exercises in 20-26 years old male swimmers on the degree and fathom frequencies of the swimmers. The experimental group of the research was composed of 8 swimmers whose age average is 22,00±2,44 years; body weight average is 72,60±9,76 kg; height average is 174,90±7,63 cm. Experimental and control group were consisted by randomly separating the swimmers into two groups. While the experimental group performs progressive extensive 24-minute dynamic stretching exercises in addition to swimming exercises that take 3 days and 90 minutes a week, control group solely performed swimming exercises that 3 days and 90 minutes a week. Both groups were subjected to a test again at the end of 8-weeks training program. Two for each measurement was taken from the swimmers; the best data were considered. The data were computed in SPSS 25 program and analyzed by and Whitney-U and Wilcoxon Signed tests. The statistical significance level was evaluated at (p<0,05) level. After all, there was not found a significant difference between pretest and posttest results of 50 m freestyle swimming degrees of training group and experimental group. However, there was found a significant difference (p<0,05) between pretest and posttest results of freestyle fathom frequencies of training group when the freestyle fathom frequencies of training and control group were analyzed. Besides, it was found a significant difference (p<0,05) between pretest and posttest fathom frequencies of the control group. In conclusion, it can be easily said that 8-weeks dynamic stretching exercises have a positive effect on freestyle fathom frequencies. Keywords: Swimming, fathom frequency, dynamic stretching

PB230

TENİSTE HEDEFLEME PERFORMANSI İLE ADIM SAYISI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

[1]Yağmur TOMU, [1]Asuman ŞAHAN, [1]Alparslan ERMAN

[1]Akdeniz Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Antalya

Email : *yagmurtomu@hotmail.com, asusahan@akdeniz.edu.tr, ermana@akdeniz.edu.tr*

Çalışmanın amacı, teniste yer vuruş (el önü, el arkası) hedefleme testi sırasındaki adım sayısı ile hedefleme performansı arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Çalışmada, ileri düzey tenisçilerin, acemilere göre adım sayılarının az, hedefleme miktarlarının fazla olacağı hipotezi sınanmıştır. Çalışmaya 18-24 yaş arasında toplam 56 erkek üniversite öğrencisi gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmada, 10 yıldan çok (İleri Düzey, n=24), 4-10 yıl (Orta Düzey, n=12) ve 4 yıldan az (Acemi, n=20) tenis oynayan bireyler yer almıştır. Tenis performans testi olarak ITN (International Tennis Number) tenis seviye belirleme testinin yer vuruşlarının (derinlik ve güç testi) hedefleme performansını ölçen bölümü kullanılmıştır. Test sırasında tüm katılımcılara adım sayar takılmıştır. Acemi, orta ve ileri düzey tenisçilerin tenis hedefleme testi toplam puanları arasında anlamlı fark bulunurken (F(2,55)=14.77 puan, p=0.00), adım sayısı değerleri arasında anlamlı fark bulunmamıştır (F(2,54)=1,57 puan, p=0,22). Araştırma grubu, ileri düzey tenis oynayanlar mı? Tenis hedefleme toplam puanı ve tenis oynama yılı arasında anlamlı bir ilişki bulunurken (r=0.60, p=0,00) adım sayısı ile tenis hedefleme testi toplam puanı arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (r =0.10, p=0.48). Sonuç olarak, çalışmada tenis oynama yılı arttıkça ITN testinden alınan puanların da arttığı belirlenmiştir. Ancak tenisçilerin topa vurmadan önce attıkları adım sayısı ile tenis oynama seviyeleri arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır. Çalışmada sınanan hipotez gerçekleşmemiştir. Anahtar kelimeler: Tenis, hedefleme, adım sayar.

INVESTIGETION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN THE NUMBERS OF STEP AND TARGET PERFORMANCE IN TENNIS

The aim of the study was to investigation the relationship between target performance and the number of steps during the ground stroke (forehand-backhand) target test in tennis. A total of 56 male university students from 18 to 24 years of age voluntarily participated in the research. There is hypothesis in the study that advanced tennis players have fewer step numbers and more targeting amounts than novices. Individuals who played tennis for more than 10 year (Advanced, n=24), 4-10 year (Middle, n=12), and less than 4 years (Beginner, n=20) participated in the study. ITN (International Tennis Number) the tennis leveling test was used for measurement of the groundstrokes (depth and power test) targeting performance. Pedometer was used to measure the number of steps all participants. There was no significant difference between the total number of steps (F(2,54) = 1,57, p=0,22), while there was a significant difference between the total scores of the tennis target test of the beginner, middle and advanced tennis players (F(2,55) = 14,77 , p=0,00). There was no significant relationship between the number of steps and the total score of tennis target test (r=0.10, p=0.48) while there was a significant relationship between the tennis target total score and tennis playing year of the study group (r=0.60, p=0,00). As a result, it has been determined that as the number of years of playing tennis increases, the scores obtained from the ITN test also increase. However, there was no significant relationship between the total number of steps before hit to the ball by the tennis players and the level of tennis playing. The hypothesis tested in study rejected. Key words: Tennis, targeting, step counter (pedometer)

PB354

GENÇ ERKEK VE KIZ SPORCULARIN SÜRÜKLENME DEĞERLERİ VE BAZI PARAMETRELERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

***[1]Ali KELEŞ*, [2]Selman Kaya**

[1]Selçuk Üniversitesi, Konya
[2]Gençlik Ve Spor İl Müdürlüğü, Yalova

Email : *ali.keles.18@selcuk.edu.tr, Selman.kaya41@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Araştırmada, Ankara ilindeki bir kulübün altyapısında müsabakalara katılan 14 yaşındaki kız ve erkek sporculara 30 saniye devamlı sıçrama testi uygulanarak toplam enerji, toplam güç kullanımı, sıçrama sayıları ve x düzleminde orjinden sürüklenme değerleri karşılaştırılarak sürüklenme düzeylerinin karşılaştırılması amaçlanmıştır. Yöntem: Araştırma grubunu, Ankara ilindeki bir kulübün altyapısında müsabakalara katılan yaşları 14 olan 12 erkek ve 12 kız olmak üzere toplam 24 gönüllü sporcu oluşturmuştur. Araştırmaya katılan sporculara 30 saniye devamlı sıçrama testi uygulanmıştır. Araştırma grubundan elde edilen toplam enerji, toplam güç değerleri, sıçrama sayıları ve orjinden sürüklenme analizleri Optojump Next programından elde edilmiştir. Araştırma grubunun değişkenlerinin farklılıklarına bakmak için Mann-Whitney U testi uygulanmıştır. Araştırma grubundan elde edilen değerlerin ortalamaları Microsoft Office Excel 2016 ve SPSS 17 paket programında hesaplanmıştır. Anlamlılık düzeyi $p<0.05$ olarak kabul edilmiştir. Bulgular: Analiz sonuçlarına göre araştırma grubunu kapsayan kız ve erkek sporcuların toplam harcadıkları güç, toplam harcadıkları enerji ve x düzlemindeki sürüklenme ortalamalarına bakılarak yapılan analiz sonucuna göre erkek sporcuların x düzleminde orjinden sola doğru sürüklenme ortalamasına ulaşılırken, kız sporcularda ise x düzleminde sağa doğru sürüklenme ortalamasına ulaşılmıştır. Kız ve erkek sporcuların sürüklenme oranlarına bakıldığında kız sporcuların orjinden daha az uzaklaştıkları görülmektedir. Kız ve erkeklerde sürüklenme, toplam enerji, toplam güç ve sıçrama parametrelerinde anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p<0.05$). Sonuç: Toplam güç kullanımı ve toplam enerji kullanımı verilerine dayanarak kız sporcuların daha az enerji harcayarak sürüklenme değerlerinin erkeklerden daha iyi ortalamaya sahip olduğu belirlenmiştir. Toplam güç kullanımı olarak ise erkeklerin ortalama değerlerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. 14 yaş grubunda kız sporcuların sürüklenme değerlerinin erkeklere göre daha az enerji kullanarak daha iyi sonuçlar elde ettikleri sonucuna varılmaktadır.

COMPARISON OF DRIFT VALUES AND SOME PARAMETERS OF YOUNG MEN AND GIRL ATHLETES

Introduction and purpose: In the research, it was aimed to compare the drift levels by comparing the total energy, total power usage, jump numbers and the drift values in the x plane from the origin by applying a 30 seconds continuous jump test to the female and male athletes aged 14 years who participated in the infrastructure of a club in Ankara Method: The research group formed a total of 24 volunteer athletes, 12 male and 12 female, aged 14 who participated in the infrastructure of a club in Ankara. Continuous jump test was applied to the participating athletes for 30 seconds. The total energy, total power values, jump numbers, and drift analysis from the research group were obtained from Optojump Next program. The Mann-Whitney U test was used to look at the differences in the variables of the research group. The averages of the values obtained from the research group are calculated in Microsoft Office Excel 2016 and SPSS 17 package program. Significance level was accepted as $p <0.05$. Findings: As a result, the total power expenditure, the total energy expenditure and the drift averages in the x-plane of the male and female athletes in the research group are examined. According to the result of analysis, male athletes reached the average of drift to the left in the x plane, while in the case of female athletes the average drift to the right in the x plane was reached. Looking at the drift rates of male and female athletes, it is seen that the girl athletes are less distant from the origin. No significant difference was found in drag, total energy, total power and jump parameters in both males and females ($p <0.05$). Based on total power usage and total energy usage data, it was determined that female athletes spend less energy and have a

PB394

ERKEK VE KADIN TOHM CİMNASTİKÇİLERİN VÜCUT KOMPOZİSYONU VE DENGE POSTURAL SALINIM YETİLERİNİN İNCELENMESİ

[1]BURAK USTUNDAĞ, [1]ERKAN TORTU, [1]TUĞBA KOCAHAN, [2]GÖKHAN DELİCEOĞLU

[1]Gençlik Ve Spor Bakanlığı Spor Genel Müdürlüğü Sağlık İşleri Dairesi Başkanlığı, Ankara
[2]Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Kırıkkale

Email : *burak.ustunda@gmail.com, erkan.tortu@sgm.gov.tr, tugba.kocahan@sgm.gov.tr, deliceoglugokhan@hotmail.com*

Giriş ve Amaç: Araştırmanın amacını erkek ve kadın sporcularının vücut kompozisyonu ve denge yetilerindeki farklılığın incelenmesidir. Araştırma grubunu 20 erkek (Xyaş=16,69±2,00 yıl) ve 27 kadın (Xyaş=15,15±1,58 yıl) TOHM cimnastik sporcusu oluşturmuştur. Yöntem: Araştırma grubunun denge ölçümleri Y-balance test bataryası ile boy uzunlukları, Holtain Portatif Stadiometre, Postural salınım ölçümleri Kistler Force Plate sistemi ve vücut kompozisyonları ise Tanita MC 780 cihazı ile ölçülmüştür. Kadın ve erkek cimnastikçilerin vücut kompozisyonu, y-balance denge skorları ve postural salınım değerleri arasındaki farklılık için ilişkisiz örneklemler için T-testi yapılmıştır. İstatistiksel analiz için SPSS 17.0 paket programı kullanılmıştır. Anlamlılık değeri için p<0,05 kabul edilmiştir. Bulgular: Kadın ve erkek cimnastikçilerin yağ yüzdesi, yağ ağırlığı, yağ kütlesi ve kas kütlesi değerlerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmüştür (p<0,05). Bu farklılık yağsız kütle ve kas kütlesinde erkekler lehine iken yağ yüzdesi ve yağ ağırlığı parametrelerinde kadınlar lehine olduğu söylenebilir. Kadın ve erkek cimnastikçilerin anterior, postmedial ve postlateral yönde sağ, sol ayak üzerindeki denge değerlerinde, sol ayak birleşik denge skorlarında, sağ ayak postural salınımlarında ve sol ayak postural salınımlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmektedir (p<0,05). Bir başka değişle erkek cimnastikçiler anterior, postmedial ve postlateral yönde sağ, sol ayak üzerindeki denge değerlerinde, sol ayak birleşik denge skorlarında, sağ ayak postural salınımlarında ve sol ayak postural salınımlarında daha iyi olduğu söylenebilir. Kadın ve erkek cimnastikçilerin sağ ayak üzerindeki denge skorları, çift ayak postural salınımları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmemektedir (p>0,05). Bu bulguya göre erkek ve kadın cimnastikçilerin denge skorları ve çift ayak postural salınımlarında benzerlik göstermektedir. Sonuç: Sonuç olarak denge değerleri incelendiğinde erkek cimnastikçilerin daha dengeli olduğu bu dengedeki üstünlüğün bacak uzunluğun hesaplamaya girdiği sağ ayak birleşik denge skorunda değiştiği belirlenmiştir. Sonuç olarak kas kütlesindeki üstünlük erkek cimnastikçilerin daha dengeli durmalarına neden olduğu şeklinde yorumlanabilir.

EXAMINATION OF BODY COMPOSITION AND BALANCE POSTURAL OSCILLATIONS OF MALE AND FEMALE T OLYMPIC PREPARATORY CENTER' GYMNASTICS

Introduction and purpose: The aim of the study's to examine the differences between male and female athletes in body composition and balance skills. The study group consisted of 20 males (Xage=16.69±2.00 years) and 27 females (Xage = 15.15±1.58 years). Method: The balance measurements of the research group were measured with y-balance test battery and with the height specialists, Holtain portable Stadium, postural oscillation measurements cysts force Plate system and body composites with Ise Tanita mc 780 device. T-test was performed for unbound samples for the differences between the body complex, y-balance balance scores and postural release values of the male and female gymnastics. For statistical analysis, the SPSS 17.0 package program's used. P < 0.05 considered for the significance value. Findings There was a statistically significant difference in the fat face, fat weight, fat culture and muscle culture of the male and female gymnasts (p<0.05). There was a statistically significant difference in the anterior, postmedial and postalateral directions of the female and male gymnastic subjects in the balance values of the left foot, the combined balance scores of the left foot, the right foot postural oscillations and the left foot postural oscillations (p<0.05). The balance scores of the male and female gymnasts on the right foot were statistically significant (p>0.05). According to this finding, the balance scores of men and women cimnasticians are similar in the postural halls of double feet.

Result: As a result, in the study of balance values, the difference between the male cimnasticians more balanced in this balance of superiority in the leg length of the calculation of the right foot is the combined balance score change. As a result, the superiority in muscle cluster can be interpreted as causing male gymnastic to remain more stable.

PB398

ELİT BİSİKLETÇİ VE TRİATLONCULARDA ANTRENMAN SEZONUNDA FİZİKSEL PERFORMANS PARAMETRELERİYLE AŞIRI YÜKLENMENİN DEĞERLENDİRİLMESİ

***[1]Zekine Pündük*, [1]Seda Öztürk**

[1]Balıkesir Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Balıkesir

Email : *zkn1938@gmail.com,*

Amaç: Bu araştırma, dayanıklılık sporu yapan bisiklet ve triatletlerde antrenman sezonu süresince yapılan fiziksel performans test parametreleriyle aşırı yüklenme belirtilerini değerlendirmek amacıyla yapılmıştır. Yöntem: Çalışmaya, bisikletçi (n=9) ve triatloncu (n=10) olmak üzere düzenli antrenman yapan toplam 19 sporcu katılmıştır. Sporculara antrenman sezonu içinde 8 haftalık periyodlarla performans testleri yapılarak takip edilmiştir. Veriler bilgisayar ortamında tanımlayıcı istatistikler kullanılarak değerlendirilmiştir. Bulgular: 10 km zamana karşı yapılan bisiklet testi sonucunda, bisikletçilerde maksimal nabız sezon sonu değeri anlamlı olmasa da düşmüş, ancak triatletlerde bu düşüş anlamlı düzeyde olmuştur ($p<0.01$). Maksimal ve ortalama hız her iki sporcu grubunda artmıştır ($p<0.01$, $p<0.08$, sırasıyla). Maximal watt hem bisikletçilerde hem de triatletlerde sezon sonunda artmıştır ($p<0.03$, $p<0.05$, sırasıyla). Ortalama watt sezon sonu değeri triatletlerde anlamlı olarak artmıştır ($p<0.07$). Testi tamamlama süresi her iki grup sporcuda gelişmiştir ($p<0.04$, $p<0.05$). Maksimal bisiklet testi değerlendirmesinde maksimal nabız, aerobik güç, göreceli hesaplanan maksimal watt her iki grup sporcu için sezon içinde anlamlı değişiklik göstermemiştir. Göreceli hesaplanan maksimal oksijen tüketimi (VO2max) triatletlerde anlamlı olmasa da sezon sonu değeri düşmüştür. Maximal testi tamamlama süresi sadece triatletlerde anlamlı olarak gelişmiştir ($p<0.01$). Performans gelişimini 10 km zamana karşı bisiklet testi, maksimal bisiklet testine göre daha iyi gösterdi. Dolayısıyla, 10 km zamana karşı bisiklet testi performans değerlendirmesinde daha faydalı sonuçlar verebilir. Maksimal kalp atım sayısı ve göreceli hesaplanan VO2max sezon sonu değerleri tiatletlerde düşmüş, bu durum fonksiyonel aşırı yüklenmeye işaret edebilir.

EVALUATION OF OVERREACHING BY PHYSICAL PERFORMANCE PARAMETERS OF ELITE CYCLIST AND TRIATHLETES IN TRAINING SEASON

Aim: In this study, we aimed to evaluate overreaching symptoms by physical performance test parameters of cyclist and triathletes in training season. Method: Elite cyclist (n=9) and triathletes (n=10) were participated in the study. The physical performance parameters were fallowed during the training session of the athletes. Athletes were performed maximal cycling test and 10 km time trial test every each 8 week during the training season. Results: As a result of the 10 km time trial test, maximal heart rate decreased of the cyclist end of the season was not significant; however it was significantly decreased in the triathletes ($p< 0.01$). Maximal and average speed was significantly increased in both groups ($p<0.01$, $p<0.08$, respectively). The maximal watt increased both cyclist and triathlete end of the season ($p<0.03$, $p<0.05$, respectively). An average watt was significantly higher in the triathletes end of the season ($p<0.07$). The duration completion test time was improved in both groups ($p<0.04$, $p<0.05$). In the maximal cycle test parameters of the maximal heart rate, aerobic power, relative maximal watt were not significantly different in season. In triathletes, the maximal oxygen uptake (VO2max) was decreased end of the season, but it was not significantly. Maximal test completion time was significantly improved only in triathletes ($p <0.01$). Conclusion: Therefore, this study results indicated that the 10 km time trial performance test results were showed that better performance improvement than the maximal performance cycling test. Therefore, 10 km time trial test may give better valuable results than the maximal performance cycling test. The maximal heart rate and VO2 max level was decreased end of the season; it may indicate that functional overreaching of the athletes.

PB425

PROFESYONEL BİR FUTBOL TAKIMINDA SEZON İÇİ UYGULANAN ANTRENMAN PROGRAMINDA KOŞU PERFORMANSININ DEĞERLENDİRİLMESİ

***[1]Aslan Toklu*, [2]Zekine Pündük**

[1]Balıkesir Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, BALIKESİR
[2]Balıkesir Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Antrenörlük Eğitimi Bölümü,BALIKESİR

***Email :** aslantoklu333@hotmail.com, zkn1938@gmail.com*

PROFESYONEL BİR FUTBOL TAKIMINDA SEZON İÇİ UYGULANAN ANTRENMAN PROGRAMINDA KOŞU PERFORMANSININ DEĞERLENDİRİLMESİ

Giriş ve Amaç:Bu çalışma profesyonel ligde oynayan bir futbol takımında sezon içi yaptığı antrenmanlarda, aylara ve mevkilere göre koşu performansını değerlendirmek ve uygulanan antrenmanın bu performansa etkisini değerlendirmek amacıyla yapılmıştır. Materyal Metod: Çalışmaya, TFF 3.liginde oynayan yaş (24 ± 3.7 yıl; boy 178 ± 5.7 cm; kilo 75.6 ± 3.9 kg) 7 forvet, orta saha ve savunma oyuncusu olmak üzere toplam 20 erkek gönüllü futbolcu katıldı. Takımın futbol sezonu: Ağustos ayı hazırlık dönemi, Eylül, Ekim, Kasım ayları 1.maç sezonu, Aralık ve Ocak ayının ilk iki haftası devre arası, Ocak ikinci haftayı takiben, Şubat ve Mart ayları ise 2. Maç sezonu olarak değerlendirildi. Antrenman performansı giyilebilir gerçek zamanlı GPS sistemiyle (Polor Team Pro, Finland) ölçüldü. Ölçümler her ay için 5 kez tekrarlandı, değerlendirmeler ise pozisyonlara ve aylara göre varyans analizi kullanılarak yapıldı. Bulgular:Futbolcuların pozisyonlara, sezon öncesi, 1. maç sezonu ve 2. maç sezonuna göre değerlendirilmesinde, antrenman öncesi nabız, antrenman sırasında ortalama nabız, maksimal nabız, toplam koşulan mesafe, koşulan süre, maksimal hız, ortalama hız, atak sayısı, egzersiz yükü ve hızlanma sayısı gibi parametreler arasında anlamlı düzeyde farklılık bulunamadı (P>0.05). Sonuç: Yapılan bu çalışma sonucunda futbolcuların pozisyonlara göre farklı antrenman yapmadıkları ve hazırlık ve maç dönemi antrenmanları arasında da bir farklılık olmadığını göstermektedir. Bu durum futbolcuların başarısını negatif yönde etkilemektedir.

Anahtar Kelimeler: Antrenman, Futbol, GPS sistemi, koşu performansı.

EVALUATION OF RUNNING PERFORMANCE IN SEASON TRAINING PLAN OF THE PROFESSIONAL FOOTBALL TEAM

Introduction and Aim: The aim of this study was to investigate the effect of the football training plan on running performance according to playing position and training seasons of the professional third of football-team in Turkish league. Material andMethod: Twenty (n=20) voluntary men players were recruited for this study (7 forward, 7 midfielders and 6 defenders) and the players age (24±3.7), body weight (75,6 kg ± 3,9kg) and height (178cm ± 5,7cm). The training season was evaluated as an August: pre- season; September, October, November: First match season; Between the December 15th and January15th: off season; End of the January, February and March: Second match season. The running performance was measured 5 times a month by wearable GPS-system (Polor Team Pro from-Finland). Results:The analysis of the results showed that playing position and match season had no affected on pre-training heart rate, training heart rate, maximal heart rate,total running distance, total running duration, average speed, number of the acceleration, exercise load, number of sprint (P>0.05). Conclusion:Therefore, this fact influences the success of the football team negatively.

KeyWords: Football, GPS-system , runningperformance, training

PB467

2017-2018 UEFA ŞAMPİYONLAR LİGİ GRUP MAÇLARINDA, TAKIMLARIN BAŞARISINA, ATILAN GOLLERİN TAKTİK KARAKTERİSTİĞİNİN ETKİSİ

***[1]Olcay MÜLAZIMOĞLU*, [1]Yakup Akif AFYON, [1]Yunus Emre ZENGİN, [1]Abdullah KARTOĞLAN**

[1]Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Muğla

***Email :** olcaymulazimoglu@yahoo.com, yafyon@mu.edu.tr, yunusemre.zengin12@gmail.com, abdullah.kartoglan@gmail.com*

Amaç: Bu çalışmada, 2017-2018 UEFA Şampiyonlar Ligi Grup maçlarında takımların başarısına atılan gollerin taktik karakteristiğinin etkisi incelenmiştir. Yöntem: 32 takımın katıldığı grup aşamasında oynanan 96 maçın dördünde gol atılmamıştır. 92 maçta atılan 306 golden, takımların kendi kalelerine attığı 13 gol bazı kriterlerde değerlendirme dışı bırakıldığı için 293 gol değerlendirilmiştir. Video analizi programında (e-analyze,prosoccer) görüntüler analiz uzmanları tarafından izlenerek belirlenen kriterlere göre sınıflanmıştır. Takımların başarısı ve atılan gollerin taktik karakteristik kriterlerine göre dağılım oranları farkı analizleri (Ki-kare) yapılarak, 0,05 anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir. Bulgular: Grup maçları sonrası 16 takım bir üst tura yükselmiştir. Şampiyonada atılan 309 golün 218'i (%71,2) tur geçen takımlar, 88'i (%28,8) tur geçemeyen takımlar tarafından atılmıştır. Maçların ilk yarısında atılan 146 golün %73,3'ü (107) tur geçen takımlar, %26,7'si (39) tur geçemeyen takımlar tarafından atılmıştır. Maçların ikinci yarısında 111 gol (%69,4) tur geçen takımlar, 49 gol (%30,6) tur geçemeyen takımlar tarafından atılmıştır. Tur geçen takımların, %20,6 oranda 75-90. dk arasında en yüksek gol oranına sahip olduğu, %74,6 oranda açık oyun sonrası gol attıkları, bölgelere göre dağılım oranının en yüksek (%48) 2. bölgeden başlatılan ataklar sonrası atılan goller olduğu, gollerin %58,7'sinin organize hücumla merkezden yaptıkları ataklar sonrası en yüksek gol oranına (%36,8) ulaştıkları tespit edilmiştir. Tur geçen takımların gol asistleri en yüksek oranla (%52,8) 10m.den kısa pas asistlerinden oluşmaktadır. Maçlarda ilk golü atan ve maçı kazanan takımların %90,9 oranda turu geçen takımlardan oluştuğu tespit edilmiştir. Sonuç: Dünya futbolunun en kaliteli ligi olarak tanınan UEFA Şampiyonlar Ligi grup maçlarında turu geçme başarısı gösteren takımların daha fazla gol attığı ve gollerin atılışında bazı önemli taktik kriterlerin öne çıktığı görülmektedir. Bu doğrultuda, daha çok maçın ikinci yarısında ve son 15 dakikalık periyotta, topun oyunda olduğu açık oyunlarda, sahanın 2. bölgesinde kazanılarak başlatılan organize hücum oyunu anlayışı ile ağırlıkta merkez bölgeden yapılan kısa pas asistleri ile maçta ilk golü atan takımların başarılı oldukları görülmüştür.

THE INFLUENCE OF THE TACTICAL CHARACTER OF SCORED GOALS ON THE SUCCESS OF TEAMS IN THE 2017-2018 UEFA CHAMPIONS' LEAGUE GROUP STAGE

Aim: In this study, in the 2017-2018 UEFA Champions' League Group stage, the influence of the tactical character of the goals scored in the teams' success has been examined. Method: No goals were scored in four of the 96 games played in the group stage with 32 teams participating. 306 goals scored in 92 matches. Thirteen goals scored in own-goal were excluded on some criteria, so 293 goals were evaluated. In the video analysis program (e-analyze, pro-soccer) clips were classified according to criteria determined by the analysis experts. Findings: After the group stage, 16 teams passed to the next round. A totally were scored 309 goals, 218 (%71.2) made by top teams and 88 (28.8%) by unsuccessful teams. 146 goals scored in the first half of the matches, 107 goals (%73.3) scored top teams and 39 goals (26.7%) scored teams didn't pass the group stage. In the second half of the matches, 111 goals (69.4%) scored top teams and 49 goals (30.6%) scored teams didn't pass the group stage. Teams passing through stages had highest percentage of goals; scored goals at between 75th-90th min. (20.6%); Scored goals from Open Game (74.6%); initiated from zone 2 (48%); via organize attack (58.7%); from the center of the playground (36.8%); after shorter than 10 meters assists (52.8%); if the first goal in the matches (90.9%). Conclusion: The qualify teams of next round have more goals, and some important tactical criteria have appeared in the launch of the goals. Qualities of goals scored; more in the second half of the game and in the last 15 minutes period, in open games, after the organized attacks, tackled in the 2nd zone of the field, short-distance assists made from the central region. The golden goal was the first goal scored.

PB510

6 HAFTALIK TABATA ANTRENMANLARININ KADIN VOLEYBOLCULARIN BAZI FİZİKSEL VE MOTORİK ÖZELLİKLERE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

[2]Yakup Akif Afyon, [2]Olcay Mülazımoğlu, [1]Mehmet Altun

[1]Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü MUĞLA
[2]Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi MUĞLA

Email : *yafyon@mu.edu.tr, olcaymulazimoglu@yahoo.com, sporakademisi@hotmail.com*

GİRİŞ: Bu araştırmanın amacı, 6 hafta süreyle uygulanan Tabata Antrenman Programının (TAP) kadın voleybolcuların bazı fiziksel ve motorik özelliklerine etkisini incelemektir. YÖNTEM: Araştırmaya, lise okul takımda yer alan 11 kadın (yaş=15,27±1,10yıl; boy uzunluğu=170,27±6,00cm ve vücut ağırlığı=63,36±6,96kg) sporcu gönüllü olarak katıldı. Araştırmada, öntest-sontestli deneysel yöntem kullanıldı. Tabata antrenmanları, sporcularda aerobik ve anaerobik kapasiteyi geliştirmeyi amaçlayan Yüksek Yoğunluklu İnterval Antrenmanlar (HITT) türüdür. Sporcular, 20 sn maksimal yüklenme sonrası 10 sn dinlenme ile devam eden, 8 hareketten oluşan, 4 dakikalık egzersizi 2 set olarak TAP'nı (Tabata ve ark,1996) normal antrenmanlarına ek olarak 6 hafta süreyle haftada 2 gün uyguladılar. TAP'nın etkisini belirlemek için; kadın voleybolcuların vücut ağırlığı, mekik, şınav, dikey sıçrama, uzun atlama, 20 mt. sürat, mekik koşusu, denge ve esneklik testleri ön test, TAP sonrası son test olarak alındı. Ön-test ve son-testler arasındaki farklar (Paired-Samples t-test) ile incelendi. Elde edilen bulgular %95 güven aralığında %5 anlamlılık (0.05) düzeyinde değerlendirildi. BULGULAR: TAP öncesi ve sonrasında uygulanan testlerden vücut ağırlığı, mekik, şınav, dikey sıçrama, durarak uzun atlama, 20 m. sprint ve 20 m. mekik koşusu değerlerinde anlamlı düzeyde fark olduğu bulunmuştur (sırayla; Xön-test ±ss; Xson-test±ss: 63,36±6,96;62,45±6,61 kg: 25,73 ±4,67;27,91±5,28 tekrar: 16,09±4,50; 19,73±5,85 tekrar: 37,36±4,52;40,27 ±5,06cm: 158,27±16,11; 166,27±16,14cm: 4,22±0,22; 4,05±0.16sn: 584,27±47,90 ; 635,45±35,95m.) ($p<0.05$). Flamingo denge ve otur-eriş esneklik testi ön-test ve son-test değerlerinde anlamlı fark bulunmamıştır (sırayla; 9,55±3,72;9,27±3,61puan: 11,32±7,11;12,91±5,43cm), ($p>0,05$). SONUÇ: 6 hafta süreyle uygulanan voleybol antrenmanlarına ek olarak uygulanan TAP'nın kadın voleybolcuların kuvvet, sürat ve dayanıklılık gibi motorik özelliklerini geliştirdiği görülmüştür. Bu tür antrenmanların etkisinin daha açık ortaya çıkarılması için bireysel ve takım sporlarında kontrol gruplu çalışmalar da önemli katkılar sağlayacaktır. Anahtar Kelimeler: Kadın Voleybol, Tabata Antrenmanı, Fiziksel ve Motorik Özellikler

THE EFFECT OF 6 WEEKLY TABATA TRAİNİNG ON SOME PHYSICAL AND MOTOR CARACTERISTICS ON FEMALE VOLLEYBOLL PLAYERS

INTRODUCTION: The aim of this study is to examine the effect of the Tabata Training Program (TAP), which has been applied for 6 weeks, on some physical and motoric characteristics of female volleyball player METHOD: The players participated in the study voluntarily in 11 females (age = 15,27 ± 1,10 years, height = 170,27 ± 6,00 cm and body weight = 63,36 ± 6,96 kg) in the high school school team. In the study, pretest-posttest experimental method was used. Tabata training is a type of High Intensity Interval Training (HITT) which aims to develop aerobic and anaerobic capacity in sports. The athletes were given 2 minutes of TAP (Tabata et al., 1996) for 2 weeks a week for 6 weeks in addition to their normal training, with a 4-minute exercise consisting of 8 movements followed by 10 sec rest after 20 s maximal load. To determine the effect of TAP; female volleyball's body weight, shuttle, push-up, vertical jump, long jump, 20 mt. speed, shuttle run, balance and flexibility tests were taken as pre-test, post-TAP post-test. The differences between pre-test and post-test (Paired-Samples t-test) were examined. The findings were evaluated at a 95% confidence interval of 5% significance (0.05). FINDINGS: TAP before and after the tests conducted was found that there was a significant difference in values of body weight, shuttle, push-up, vertical jump, long jump, 20 m. sprint and 20 m shuttle run. (in order, X-pre-test ± ss, and X-post-test ± ss: 63.36 ± 6.96, 62.45 ± 6.61 kg: 25.73 ± 4.67, 27.91 ± 5.28 repeat: 16 , 09 ± 4.50, 19.73 ± 5.85 repetition: 37.36 ± 4.52, 40.27 ± 5.06cm: 158.27 ± 16.11, 166.27 ± 16.14cm: 4, 22 ± 0,22; 4,05 ± 0,16: 584,27 ± 47,90; 635,45 ± 35,95m) $p <0.05$ Flamingo balance and sit and reach flexibility test did

PB579

SPORCULARDA HACAMAT UYGULAMASININ BAZI PERFORMANS VE KAN PARAMETRELERİ ÜZERİNE ETKİSİNİN ARAŞTIRILMASI

***[1]Gizem Başkaya*, [2]Mihri Barış Karavelioğlu, [3]Sait Altıkat, [1]Eda Gökçelik**

[1]Kütahya Dumlupınar Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı, KÜTAHYA
[2]Kütahya Dumlupınar Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, KÜTAHYA
[3]Kütahya Dumlupınar Üniversitesi Tıp Fakültesi, KÜTAHYA

***Email :** bskygzm@gmail.com , mbaris.karavelioglu@dpu.edu.tr, saitaltikat@hotmail.com, edagkclk92@gmail.com*

GİRİŞ ve AMAÇ: Bu çalışmanın amacı, sporcularda hacamat uygulamasının sporcuların bazı performans ve kan parametreleri üzerine etkisinin araştırılmasıdır.

YÖNTEM: Çalışmaya katılan sporcular, rastgele örneklem yöntemi ile yaş ortalaması 20,27 ± 1,348 yıl, antrenman yaşı ortalaması 7,55 ± 4,083 yıl, boy uzunlukları ortalaması 179,18 ± 6,353 cm, vücut ağırlıkları ortalaması 76,00 ±11,189 kg olan kontrol grubu (KG) (n=11) ve yaş ortalaması 21,92 ± 2,275 yıl, antrenman yaşı ortalaması 9,25 ± 3,864 yıl, boy uzunlukları ortalaması 180,42 ± 8,196 cm, vücut ağırlıkları ortalaması 74,92 ±11,397 kg olan deney grubu (DG) (n=12) olmak üzere iki farklı gruba ayrıldı. Katılımcıların bacak kuvveti, ivmelenme, sürat, dikey sıçrama ve durarak uzun atlama değerleri ölçüldü. Katılımcıların kan değerleri ise, ön kol venalarından 5 ml alınan kan örnekleri tüplere konularak laboratuvarda kan sayım cihazı kullanılarak WBC, RBC, HGB, PLT ve HCT düzeyleri belirlendi. Gruplar arası farkın belirlenmesinde Paried-Sample t testi uygulandı. Anlamlılık düzeyi $p<0.05$ olarak alındı.

BULGULAR ve SONUÇ: Sporcuların kan parametreleri ve ivmelenme dışındaki performans parametreleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamadı. Sonuç olarak hacamat uygulamasının sporcuların ivmelenme değerlerini olumlu yönde etkilediği ifade edilebilir.

Anahtar Kelimeler: Hacamat, İvmelenme, Sürat, Kan değerleri, Anaerobik.

THE EFFECTS OF WET CUPPING APPLICATION ON ATLETHES' CERTAIN PERFORMANCE AND BLOOD PARAMETERS

OBJECTIVES: The aim of this study is to investigate how wet cupping effects athletes' performances and certain blood parameters.

METHODS: The 12 athletes who participated in this study were chosen and divided in two groups on random basis with averages such as 20,27 ± 1,348 years of age, 7,55 ± 4,083 years of training, 179,18 ± 6,353 cm of height, 74,92 ±11,397 kg of weight. The leg powers, acceleration, speed, vertical jump and longs jump rates of participants were measured. Using a 5 ml of blood sample from forearm vein, WBC, RBC, HGB, HCT, and PLT levels were determined. Paried-sample t test was used to analyze the differences between groups. Level of significance was $p<0.05$.

RESULTS: No significant differences were detected in blood test values and other performance measures except their acceleration rates which were positively effected by wet cupping application.

CONCLUSIONS: In effect these results indicate that wet copping have positive impact on acceleration levels of athletes.

Keywords: Wet Cupping, Acceleration, Speed, Blood Values, Anaerobic

PB581

ERKEN ÇOCUKLUK DÖNEMİNDE FİZİKSEL AKTİVİTE VE TEMEL HAREKET BECERİLERİ İLİŞKİSİ: SİSTEMATİK DERLEME

[1]Tuğçe Karaşahinoğlu, [1]Hacı Ahmet Pekel

[1]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : *tugce.karasahinoglu@gmail.com, hapekel@gmail.com*

Bu sistematik derlemede amaç, erken çocukluk döneminde fiziksel aktivite ile temel hareket becerileri ilişkisini incelenmektir. Araştırmaya dâhil edilen makaleler Web of Science veri tabanında "fundamental movement skills ve physical activity" anahtar kelimeleri kullanılarak taranmıştır. Tarama sonucunda 2008-2018 yıllarında yayınlanan 424 çalışmaya ulaşılmıştır. Bunlardan; çalışma türü makale olmayan, alan dışı, derleme ve ölçek geliştirme çalışmaları, örneklem grubu araştırma amacına uymayan ve tam metnine ulaşılamayan çalışmalar araştırma dışında bırakılmıştır. Araştırma amacına uygun olarak değerlendirmeye alınan 10 makale; çalışma grubu, kullanılan yöntem, araştırmanın yapıldığı dönem, veri toplama araçları ve sonuçlar açısından incelenmiş ve verilerin frekans dağılımı yapılmıştır. Derlemeye alınan makaleler değerlendirildiğinde; erken çocukluk döneminde fiziksel aktivite temelli bir eğitimin temel hareket becerilerini, lokomotor becerilere bağlı olarak arttırdığı ve bireylerin fiziksel aktivite alışkanlığı, benlik algısı, kardiyorespiratuar fitnes ve aktif yaşam tarzı üzerinde olumlu yönde etkileri olduğu sonucuna varılmıştır. Dolayısıyla okul öncesi çocuklarda, uzmanlar eşliğinde hazırlanan ve uygulanan, sistemli bir fiziksel aktivite programının sağlıklı bireyler yetiştirmede etkili olacağı düşünülmektedir. Anahtar kelimeler: temel hareket becerileri, fiziksel aktivite, erken çocukluk, beden eğitimi

RELATIONSHIP BETWEEN PHYSICAL ACTIVITY AND FUNDAMENTAL MOVEMENT SKILLS IN EARLY CHILDHOOD: A SYSTEMATIC REVIEW

This systemic review aimed to reveal any relationship between physical activity and fundamental movement skills in early childhood. The Web of Science databases were searched with "fundamental movement skills, physical activity" keywords. As a result of the survey, 424 study published in 2008-2018. The out-of-field and scale development studies, reviews, studies with different sample and no full texts are excluded from the results. 10 articles were suitable for research purpose have been investigated in regard to study group, method, period of the study, data collection tools and results. As a result; it was found that physical activity-based intervention in early childhood increased the fundamental movement skills depending on locomotor skills and had a positive effect on individuals' physical activity habits, self-perception, cardiorespiratory fitness and active lifestyle. Therefore, it is considered that a systematic physical activity program prepared and implemented by experts in the pre-school children will be effective in raising healthy individuals. Keywords: fundamental movement skills, physical activity, early childhood, physical education

PB603

RİTMİK VE AEROBİK CİMNASTİKÇİLERİN VÜCUT KOMPOZİSYONU VE BAZI FİZİKSEL UYGUNLUK ÖZELLİKLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

***[1]Ceren Işıl Atabey*, [2]Evrim Ünver**

[1]Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Egzersizde Beslenme Ve Metabolizma ABD, Ankara
[2]Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Egzersiz Ve Spor Bilimleri Bölümü, Spor Ve Antrenörlük ABD, Ankara,

Giriş: bu çalışmanın amacı ritmik ve aerobik cimnastikçilerin vücut kompozisyonu ve bazı fiziksel uygunluk değişkenlerinin karşılaştırılmasıdır. Yöntem: Çalışmaya toplam 21 kız cimnastikçi (11 ritmik, yaş= 12.0±1.0 yıl , Boy = 149.96±9.91 cm, Vücut Ağırlığı= 37.08±4.64 kg; 9 aerobik, yaş=12.78±0.67 yıl, Boy =151.53±9.66 cm, Vücut Ağırlığı=36.71±7.38 kg) gönüllü olarak katılmıştır. Her iki grup da 5 gün/hafta antrenman yapmaktadırlar. Beden Kütle indeksi (kg/m2), bel-kalça oranı ve vücut yağ yüzdesi değerleri vücut kompozisyonunun değerlendirilmesi amacıyla belirlenmiştir. Ayakta uzan-Eriş testi (cm) ve Aktif sıçrama testi (cm) fiziksel uygunluk testi olarak uygulanmıştır. Elde edilen verilerin normallik testi Kolmogorov-Smirnov testi ile gerçekleştirilmiştir (p>0.05). Veriler parametrik bağımsız gruplarda t-testi ile karşılaştırılmıştır. Analizlerin tamamı SPSS 20 İstatistiksel analiz yazılımı ile gerçekleştirilmiş ve bu çalışmada %95 güven aralığı olarak kabul edilmiştir. Bulgular: Çalışmada iki grup arasında esneklik değerleri dışında anlamlı bir fark elde edilmemiştir. Esneklik değerleri ritmik cimnastik grubunda anlamlı olarak daha fazladır (p=0.03). Sonuç: Erken özelleşilen bu iki branşta yer alan ve benzer olgunlaşma düzeyine sahip gruplarda yalnızca esneklik düzeyinde anlamlı bir fark elde edilmiştir. Vücut kompozisyonları ve patlayıcı kuvvet özelliklerinin erken özelleşmeye rağmen branş etkisinde olmadığı bu çalışmada görülmüştür.

COMPARISON OF BODY COMPOSITION AND SOME PHYSICAL FITNESS ABILITIES OF RHYTHMIC AND AEROBIC GYMNASTS

Introduction: The purpose of this study was to compare the body composition and some physical fitness abilities of rhytmic and aerobic gymnasts. Methods: Therefore, total 21 (11 rhytmic, age= 12.0±1.0 years , Height = 149.96±9.91 cm, weight= 37.08±4.64 kg; 9 aerobic gymnasts, age 12.78±0.67 years, heigth=151.53±9.66cm, weight=36.71±7.38kg) female gymnasts were included as participants. Both groups are training for 5 days/week. Body mass index (kg/m2), waist-to-hip ratio and body fat percentage were measured for determination of body composition. Stand and reach test and countermovement jump tests were made for determine the pyhsical fitness of gymnasts. The distribution of normality was determined by using Kolmogorov-Smirnov test for each group (p>0.05). According to this test parameters were in normal distribution. Therefore, the parameters were compared by using independent samples t-test. All analysis were made by SPSS v20 statistical analysis software and %95 was accepted as confidence interval. Results: Any significant differences were not found except sit and reach test scores between two groups. The flexibility of hamstring muscle group was significantly more in rhytmic gymnasts than aerobic gymnasts (p= 0.03). Conclusion: Only a significant difference in the level of flexibility was obtained in groups with similar maturation levels in these two early specialized disciplines. It is seen in this study that body composition and explosive power characteristics are not influenced by the discipline despite the early specialization.

PB609

ELİT ÇOCUK TENİSÇİLERDE KOORDİNASYON VE SÜRAT ANTRENMANLARININ FARKLI YÖNLERE KOŞU VE DENGE PERFORMANSI ÜZERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

[1]Gürhan Tunç, [2]Fatih Kılınç, [2]Asuman Şahan

[1]Süleyman Demirel Üniversitesi,Spor Bilimleri Fakültesi,Isparta
[2]Akdeniz Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi,Antalya

Email : *grhntnc@hotmail.com, fatihkilinc@hotmail.com, asusahan@akdeniz.edu.tr*

Amaç, 12-14 yaş elit tenisçilerde 8 hafta süresince haftada 3 gün (90 dk/gün) tenis teknik eğitimi ile birlikte yapılacak olan kuvvet, koordinasyon, sürat antrenmanlarının yan, geri, düz koşu ve denge performansı üzerine etkilerinin incelenmesidir. Metot; Çalışmaya Antalya Tenis İhtisas Spor Kulübünden toplam 28 sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmada 2 grup yer almaktadır. Antrenman Grubu (AG): (n=14) yaş:13,5±1,2 yıl, boy: 1,54±1,2 cm, vücut ağırlığı: 45,2±6,9 kg. Kontrol Grubu (KG): (n=14) yaş:13,7±1,0 yıl, boy: 1,49±5,1 cm, vücut ağırlığı: 38,3±4,6 kg olan oyunculardan oluşmuştur. AG'na tenis teknik antrenmanlarının yanında koordinasyon ve sürat antrenmanları uygulandı. Çalışmaya başlamadan önce tüm çocukların ailelerinden onay formu ve etik kurul onayı alındı. Çalışmanın başında ve sonunda olmak üzere tüm sporculara koşu testleri ve Flamingo denge testi yapıldı. İstatistiksel analiz olarak independent samples ve paired samples t testi uygulandı. Bulgular; AG'nun ön-son test karşılaştırmaları arasında denge (4,93±2,16;4,50±1,68) (p=0,03), yan koşu (7,54±0,69;7,48±0,65) (p=0,00) geri koşu (13,25± 0,66;13,20± 0,64) (p=0,00) parametrelerinde anlamlı fark bulunurken (p<0,05;p<0,001), düz koşu (10,58±0,88;10,60±0,82) (p=0,11), parametresinde anlamlı fark bulunmamıştır (p>0,05). KG'nun ön-son test karşılaştırmaları arasında düz koşu (12,23±0,64;12,26±0,59) (p=0,03), geri koşu (15,99±0,49;16,03±0,46) (p=0,01) parametrelerinde anlamlı fark bulunurken (p<0,05), yan koşu (8,96±0,18;8,97±0,18) (p=0,06), denge (7,00±1,41;7,29±1,41) (p=0,16) parametresinde anlamlı fark bulunmamıştır (p>0,05).Gruplar arası karşılaştırmalarda ise hem ön testlerde hem de son testlerde denge, düz koşu, geri koşu, yan koşu arasında AG lehine anlamlı farklar bulunmuştur (p<0,001). Sonuç; elde ettiğimiz verilere dayanarak elit tenisçilerde tenis teknik antrenmanları ile birlikte yapılan koordinasyon ve sürat antrenmanlarının teniste önemli olan denge ve farklı yönlere koşu performansını geliştirdiği söylenebilir. Anahtar kelimeler: Tenis, koordinasyon, sürat

INVESTIGATION OF THE EFFECTS ON DIFFERENT DIRECTION RUNNING AND BALANCE PERFORMANCE OF COORDINATION AND SPEED TRAINING IN ELITE CHILD TENNIS

Aim, The aim of the study was to examine the effects of coordination, and speed training on the side, back, horizontal running and balance performance of the 12-14 years elite tennis players with tennis technical training for 3 days (90 min / day) per week for 8 weeks.

Methot, A total of 28 athletes participated voluntarily from Antalya Tennis Specialized Sports Club. There were 2 groups in the study. Training group (TG): (n=14) age: 13,5±1,2 years, height: 1,54±1,2 cm, body weight: 45,2±6,9 kg. Control group (CG): (n=14) consisted of players with age: 13,7±1,0 years, height: 1,49±5,1 cm, body weight: 38,3±4,6 kg. In addition, tennis technical training, strength, coordination and speed training were applied to the TG. All players were tested for running and Flamingo balance at the beginning and end of the study.

Finding, According to statistical analysis results, there was a significant difference between the pretest and posttest comparisons of the TG; balance (4,93±2,16;4,50±1,68) (p=0,03), side running (7,54±0,69;7,48±0,65) (p=0,00), (p<0,05;p<0,001), back running (13,25± 0,66;13,20± 0,64) (p=0,00) parameters. There was no significant difference in horizontal running parameters (10,58±0,88;10,60±0,82) (p=0,11), (p>0,05).

There was a significant difference in horizontal running (12,23±0,64;12,26±0,59) (p=0,03) and back running (15,99±0,49;16,03±0,46) (p=0,01) between the pretest and posttest comparisons of the CG. There was no significant difference in running (8,96±0,18;8,97±0,18) (p=0,06) and balance (7,00±1,41;7,29± 1,41) (p=0,16) parameters (p>0,05). In comparison between groups, there was a significant differences in between balance, horizontal running, back running and side running both in the pretests and posttests in favor of AG (p<0,001).

Result; on the basis of what we have achieved, it can be said that the coordination, and speed training, which are done with the tennis technical training in elite tennis players, have improved the balance and running performance in different directions which is important to tennis. Key words: Tennis, coordination, speed

PB633

KAFEİN ALIMININ FİZİKSEL AKTİF KADINLARDA SPRİNT GÜÇ ÇIKTISINA ETKİSİ

[1]Raci Karayiğit, [1]Semra Yatak, [1]Gülfem Ersöz

[1]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

Email : *racikarayigit@hotmail.com, semrayatak7@gmail.com, gulfem.ersoz@ankara.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Kafein alımının merkezi sinir sistemini uyararak ve sodyum/potasyum pompası aktivasyonunu artırarak egzersiz performansını artırdığı düşünülmektedir. Literatürde yapılan araştırmaların çoğu erkek sporcularda, dayanıklılık egzersiz performansı üzerinedir. Kadınlarda ve sprint performansı üzerine etkileri ile ilgili çok az araştırma vardır. Bu araştırmanın amacı fiziksel olarak aktif genç kadınlarda kafein alımının 30-saniye sprint performansı üzerine etkilerini incelemektir.

Yöntem: Bu araştırmaya 13 fiziksel aktif genç kadın (yaş:21,15±1,77, boy:168,±7,76, kilo:63,86±8,79 Vücut Yağ Yüzdesi:25,86±2,36) katılmıştır. Alışma test gününden sonra, katılımcılar randomize, karşıt dengeli, çapraz döngülü araştırma dizaynı ile toplam 2 test gününe katılmışlardır. Gece boyu açlığın ardından katılımcılar, testten 1 saat önce plasebo (PLA) veya 6 mg/kg Kafein (Kaf) denemeleri ile birlikte bisiklet ergometresinde (Monark Ergomedic 894E, Sweden) 5 dk. 60 Watt ısınmanın ardından 30 saniye sprint testini (wingate protokol) tamamlamışlardır. Sprint testindeki zirve güç (ZG) ve ortalama güç (OG) hesaplanmış, testten hemen önce ve sonra kalp atım hızı (KAH) ve algılanan zorluk derecesi (RPE) ölçülmüştür. ZG, OG ve RPE verileri bağımlı örneklem T-testi ile, KAH ise tekrarlayan ölçümlerde çift yönlü varyans analizi ile test edilmiştir.

Bulgular: ZG Kafein denemesinde, plaseboya göre anlamlı derecede artmıştır ($p<0.05$) fakat OG, RPE ve KAH denemeler arası anlamlı farklılık göstermemiştir ($p>0.05$).

Sonuç: Bu araştırma fiziksel aktif genç kadınların 6 mg/kg kafein alımı ile sprint performansındaki zirve güçlerini artırabileceğini göstermiştir. Kafein alımı OG, RPE ve KAH verilerini etkilememiştir. Bu sonuçlar literatür ile paralellik göstermektedir. Kafein nörotransmiter salınımı ve motor ünite katılımını artırarak ilk 5 saniyedeki güç çıktısını artırmakta fakat bu etki sprint süresi uzadıkça ortadan kalkmaktadır. Gelecekteki araştırmalarda düşük doz (3 mg/kg) kafeinin etkisi incelenebilir.

THE EFFECT OF CAFFEONE INGESTION ON SPRINT POWER OUTPUT IN PHYSICALLY ACTIVE FEMALE

Introduction: It is thought that ingestion of caffeine increases exercise performance by stimulating central nervous system and improving sodium/potassium pomp activity. Most of the studies in the literature has been conducted on male and endurance exercise performance. There is scarce study that related to female and sprint performance. The purpose of this study is to investigate the effects of caffeine ingestion on 30-seconds sprint performance in physically active female.

Method: 13 physically active female participated (age:21,15±1,77, height:168,±7,76, weight:63,86±8,79 body fat percantage:25,86±2,36). Following familiarization, participants attended 2 test with randomized, counter balanced, crossover research design. After night fasting, participants completed 5 minutes 60 Watt warm-up and 30-seconds sprint test (wingate protocol) on a cycle ergometer (Monark Ergomedic 894E, Sweden) with ingestion of placebo (PLA) or 6 mg/kg caffeine (CAF) 1 hour before test. Peak Power (PP) and Mean Power (MP) were calculated during sprint test, immediately before and after test heart rate (HR) and rating of perceived exertion (RPE) were measured. PP, MP and RPE were anaylzed with paired sample T-test, HR with repeated measures two-way analyses of variance.

Results: PP was significantly increased in caffeine trial compared to placebo ($p<0.05$) but MP, RPE and HR weren't significantly different between trials ($p>0.05$).

Conclusion: This study shows that physically active females can increase peak power during sprint performance by ingesting 6 mg/kg caffeine. Caffeine ingestion didn't affect MP, RPE and HR datas. These results are in line with literature. Caffeine increases power output in first 5 seconds by increasing neurotransmitter release and motor unite recruitment but this effect disappears when sprint duration elongated. Low dose of caffeine (3 mg/kg) effect can be investigated in future studies.

PB639

TAURİN ALIMININ KADIN SPORCULARDA ANAEROBİK GÜÇ ÜZERİNE ETKİSİ

[1]Raci Karayiğit, [1]Dilara Erkan, [1]Gülfem Ersöz

[1]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

Email : *racikarayigit@hotmail.com, dilaraerkan98@gmail.com, gulfem.ersoz@ankara.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Taurin, sülfür içeren amino asit, enerji içeceklerinde kullanılan en yaygın ve popüler maddelerden biridir. Literatürde 3 veya 6 gr. taurin alımının uzun süren dayanıklılık egzersiz performansını artırdığını ortaya koyan araştırmalar mevcuttur. Fakat daha düşük dozlarda ve kadın sporcularda sprint performansı üzerine etkilerini inceleyen çok fazla araştırma yoktur. Bu çalışmanın amacı 1 gr. taurin (enerji içeceklerinde kullanılan doz) alımının kadın sporcularda anaerobik güç performansları üzerine etkisini incelemektir.

Yöntem: Bu araştırmaya 14 antrenmanlı genç kadın sporcu (yaş:22,24±1,89, boy:172,±5,68, kilo:60,14±6,21 Vücut Yağ Yüzdesi:23,21±2,38) katılmıştır. Alışma test gününden sonra, katılımcılar randomize, karşıt dengeli, çapraz döngülü araştırma dizaynı ile toplam 2 test gününe katılmışlardır. Gece boyu açlığın ardından katılımcılar, testten 1 saat önce Plasebo (PLA) veya 1 gr. Taurin (Tau) denemeleri ile birlikte bisiklet ergometresinde (Monark Ergomedic 894E, Sweden) 5 dk. 60 Watt ısınmanın ardından wingate anaerobik güç testini tamamlamışlardır. Wingate testindeki zirve güç (ZG) ve ortalama güç (OG) hesaplanmış, testten hemen önce ve sonra kalp atım hızı (KAH) ve algılanan zorluk derecesi (RPE) ölçülmüştür. ZG, OG ve RPE verileri bağımlı örnek T-testi ile, KAH ise tekrarlayan ölçümlerde çift yönlü varyans analizi ile test edilmiştir.

Bulgular: Taurin ZG, OG ve KAH verilerini plaseboya göre anlamlı derecede etkilememiştir ($p>0.05$). Ayrıca Taurin denemesinde test sonrası RPE değeri Plaseboya göre anlamlı derecede yüksek bulunmuştur ($P<0.05$).

Sonuç: Bu araştırma kadın sporcularda 1 gr. taurin alımının anaerobik güç performansını artırmadığını ortaya koymuştur. Taurinin düşük doz (1 gr.) alımı anaerobik güç performansını artırmaya yetecek ergojenik etkiyi oluşturamamıştır. Sonuçlar literatür ile paralellik göstermektedir. Literatürdeki bir araştırmada 1 gr. taurin alımı tekrarlı sprint performansını artırmamıştır. Gelecekteki araştırmalarda farklı dozlarda taurin (1-3-6 gr.) alımının anaerobik güç üzerine etkisi incelenebilir.

THE EFFECTS OF TAURINE INGESTION ON ANAEROBIC POWER IN FEMALE ATHLETES

Introduction and Aim: Taurin, a sulphur containing amino acid, is one of the most popular and common ingredients in energy drinks. There are studies in the literature that shows 3 or 6 gr. of taurine ingestion increase long duration endurance performance. There is scarce study that investigating effects of low dose taurine ingestion on sprint performance in female athletes. The aim of this research is to investigate the effects of 1 gr. taurine (the dose used in energy drinks) ingestion on anaerobic power performance in female athletes.

Method: 14 female trained athletes (age:22,24±1,89, height:172,±5,68, weight:60,14±6,21 body fat percentage:23,21±2,38) participated. Following familiarization, participants attended 2 test with randomized, counter balanced, crossover research design. After night fasting, participants completed 5 minutes 60 Watt warm-up and wingate anaerobic test on a cycle ergometer (Monark Ergomedic 894E, Sweden) with ingestion of placebo (PLA) or 1 gr. taurine (TAU) 1 hour before test. Peak Power (PP) and Mean Power (MP) were calculated during sprint test, immediately before and after test heart rate (HR) and rating of perceived exertion (RPE) were measured. PP, MP and RPE were anaylzed with paired sample T-test, HR with repeated measures two-way analyses of variance.

Results: Taurine didn't affect PP, MP and HR values significantly compared to placebo ($p>0.05$). Further, post test RPE values in taurine trial were significantly high compared to placebo ($P<0.05$).

Conclusion: This study showed that 1 gr. taurine ingestion didn't increase anaerobic power performance in female athletes. Low dose (1 gr.) taurine ingestion couldn't create enough ergogenic effect to increase anaerobic power performance. These results are in line with literature. 1 gr. of taurine ingestion didn't increase repeated sprint performance in a study in the literature. Effects of different doses (1-3-6 gr.) taurine ingestion on anaerobic power performance can be investigated in the future studies.

PB670

SÜRAT VE ÇEVİKLİK ANTRENMANLARININ FUTBOL HAKEMLERİNİNBAZI FİZİKSEL VE MOTORİK ÖZELLİKLERİNE ETKİSİ

***[1]Volkan Cindemir*, [2]Yakup Akif Afyon, [3]Volkan Cindemir, [2]Olcay Mülazımoğlu**

[1]Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Mezunu
[2]Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi MUĞLA
[3]Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Mezunu MUĞLA

***Email :** volkancindemir@gmail.com, yafyon@mu.edu.tr, volkancindemir@gmail.com, olcaymülazımoglu@yahoo.com*

GİRİŞ: Bu çalışmada, futbol hakemlerine yaptırılan sürat ve çeviklik antrenmanlarının bazı fiziksel ve motorik özelliklerine etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. YÖNTEM: Çalışmaya, Muğla bölgesinde aktif olarak görev yapan 10 klasman ve bölgesel hakem, 20 il hakemi, 10 hif hakemi olmak üzere toplamda 40 futbol hakemi gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmaya katılan hakemler deney grubu (5 klasman, 10 il, 5 hif) ve kontrol grubu (5 klasman, 10 il, 5 hif) olmak üzere 2 gruba ayrılmıştır. Araştırmada ön - test ve son – testli kontrol gruplu deneysel yöntem uygulandı. Deney grubuna 8 hafta boyunca normal hakem antrenmanlarına ilaveten çeviklik ve sürat antrenmanları uygulanmış olup, kontrol grubu ise normal hakem antrenmanlarına devam etmiştir. Çeviklik ve sürat antrenmanlarının bazı fiziksel ve motorik özelliklere etkisi araştırılmış, hakemlerin vücut yağ oranı(VYO), vital kapasite, sağ el kavrama, sol el kavrama, bacak sırt, denge, esneklik, dikey sıçrama, 30 m sürat, çeviklik test, reaksiyon zamanları ölçümleri antrenman öncesi ön test, antrenmanlar sonrası son test ölçümleri olarak alındı. Grupların X ve ss alındı.Ortalamalar arasındaki farklılık eş örneklem (Paired-Samples) t testi ile (0.05) anlamlılık düzeyinde incelendi. BULGULAR: Araştırmanın sonuçlarına bakıldığında; 8 haftalık çeviklik ve sürat antrenmanlarının deney grubunun denge, esneklik, dikey sıçrama, vital kapasite, ışık sol el reaksiyon, karışık sağ-sol el reaksiyon parametrelerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yol açtığı görülmüştür ($p<0.05$). Kilo, VYO, sağ-sol el kavrama, bacak, sırt, 30 m sürat, T-test, ışık sağ ve sol el reaksiyon, ses sağ-sol el reaksiyon parametrelerinde anlamlı bir farklılık görülmemiştir ($p>0.05$). SONUÇ: Futbol hakemlerine yaptırılan 8 haftalık sürat ve çeviklik antrenman programı hakemlerin aerob-anaerbik dayanıklılık ve reaksiyon sürati ve denge özelliklerine olumlu etki yaparken; kuvvet, sürat çeviklik ve VYO na olumlu katkı sağlamamıştır. Uygulanan sürat ve çeviklik antrenmanları Futbol hakemlerinin antrenman programlarında dayanıklılık denge ve reaksiyon özelliklerini geliştirmede kullanılabilir. Anahtar Kelimeler: Futbol, Futbol Hakemi, Fiziksel ve Motorik Özellikler, Sürat, Çeviklik

EFFECTS OF SPEED AND AGILITY TRAININGS ON SOME PHYSICAL AND MOTORIC FEATURES IN FOOTBALL REFEREES

INTRADUCTION:In this study, effects of speed and agility trainings on some physical and motoric features in football referees are aimed to investigate. METHOD:Mugla region in10 classman and regional referee,20 provincial referees,10 hif referee total 40 football referee who work in Mugla actively attended this study voluntarily. Referees who attended this study divided into 2 groups as test (5 classmen 10 province and 5 hif) and control(5 classman 10 provinces and 5 hif) groups. Pretest and post-test designed control grouped experimental method is applied in investigation. Agility and speed trainings are applied to test group for 8 weeks additionally to normal referee trainings. Control group continue to normal trainings.Effects of agility and speed trainings on some physical and motoric features are investigated. Referee's body fat index, vital capacity, right hand grasping, left hand grasping, leg back, balance, flexibility, vertical jumping, 30m sprint, agility test, reaction times' measures were recorded as pretest before trainings and posttest measures after trainings. Groups X and ss were taken.The difference between the averages was analyzed with the paired sample(Paired-Samples t-test) at significance level(0.05). FİNDİNGS:Looked research results: it is seen that 8-week agility and speed trainings lead to test groups balance,flexibility,vertical jumping and vital capacity,light left hand reaction, mix right hand parameters significant difference($p<0.05$).No significant difference between among weight,body fatrate, right-left hand grasping,leg,back,30m sprint,T-test,light-right hand reaction,voice right-left hand reaction parameters($p>0.05$).

CONCLUSION:The 8-week speed and agility training program made by football referees has a positive effect on the referees' aerobic-anaerobic endurance and reaction speed and balance characteristics; force, speed, agility and VYO do not make a positive contribution.The applied speed and agility training can be used to improve stability, balance and reaction characteristics in the soccer referees' training programs. KEY WORDS: Football, Football Referee, Physicial and Motoric Features, Speed, Agility.

PB674

PROFESYONEL VOLEYBOL OYUNCULARININ BAZI FİZİKSEL ÖZELLİKLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

***[1]Hakan KARABIYIK*, [1]Özkan GÜLER, [2]Çalık Veli KOÇAK, [1]Mitat KOZ**

[1]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA
[2]Hitit Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ÇORUM

***Email :** karabiyik@ankara.edu.tr, ozkanguler@msn.com, velikocak@hitit.edu.tr, mkoz@ankara.edu.tr*

Giriş: Voleybol branşı, oyun karakteristiği bakımından kullanılan enerji sistemi olarak özellikle anaerobik ve aerobik geçişlere dayalı karmaşık yapıları içermektedir. Bu nedenle, voleybol performansının yapısı komplekstir. Bu çalışmada amaç; Türkiye Voleybol Erkekler 1. Ligi'nde yer alan bir takımın 12 oyuncusunun seçilmiş fiziksel ve motorik özelliklerinin belirlemek ve literatürde yer alan çalışmalar ile karşılaştırmaktır.

Metod: Çalışmaya 12 profesyonel erkek (yaş 24,5±3,91yıl; boy 194,08±6,21cm; vücut ağırlığı 86,92±6,85kg) voleybolcu katılmıştır. Katılımcıların sırası ile vücut ağırlıkları, boy uzunlukları, otur-eriş testi ile esneklikleri, biodex cihazı ile dengeleri, omegawave sıçrama matı ile çift ayak, sağ ve sol ayak ve 10 saniye devamlı olarak sıçrayak dikey sıçrama performansları, 5,10,30metre sprint değerleri en son olarak wingate testi ile anaerobik performansları aynı gün içinde belirlenmiştir. Bu testlerden dört gün sonra aerobik performanslarının belirlenmesi amacıyla yoyo1 aralıklı toparlanma testi ile belirlenmiştir. Ölçümler sezon öncesi, müsabaka dönemi başı, ortası ve sezon sonunda tekrarlanacaktır. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistik kullanılmıştır.

Bulgular: Esneklik değerleri 33,37±6,42cm, 5-10-30 metre sprint dereceleri sırasıyla 1,12±0,074sn, 1,89±0,103sn, 4,56±0,43sn, çift ayak dikey sıçama değerleri 53,57±7,04cm, wingate rölatif zirve ve ortalama güç değerleri sırasıyla 11,38±1,40, 8,32±0,70 w/kg, çift ayak denge değerleri 0,3±0,23 bulunmuştur.

Tartışma: Kadın voleybolcularda yapılan bir çalışmada çift bacak denge performansı 1,41±0,37 bulunmuş iken bu çalışmada çift bacak dinamik denge performansı ortalaması 1,61±0,35 olarak tespit edilmiştir. Dikey sıçramada, bölgesel lig ve 3. lig voleybolcuları için sırasıyla 65,34 cm ve 62,39 cm'lik sonuçlar bildirmiştir. Bu çalışmada ise dikey sıçrama ortalama değeri 53,56±7,04cm olarak tespit edilmiştir. Yapılan bir çalışmada 15 elit erkek voleybolcunun esneklik değerini 20,3± 5,1 cm olarak tespit edilirken bu çalışmada ise esneklik ortalama değeri 33,37±6,41cm olarak tespit edilmiştir. Sonuç olarak bu çalışmaya katılan voleybol oyuncularının bazı performans değerlerinin literatür ile benzerlik gösterdiği tespit edilir iken bazı değerler de ise farklılıklar tespit edilmiştir.

EVALUATION OF SOME PHYSICAL PROPERTIES OF PROFESSIONAL VOLLEYBALL PLAYERS

Introduction: Volleyball games contain complex structures basedon anaerobic and aerobic transitions in terms of energy systems used. For this reason, the structure of the volleyball performance is complex. The objective of this study Turkey Men's Volleyball 1st League selected a team of 12players in determining the physical and motor characteristics and to compare them with studies in the literature.

Method: 12 professional male volleyball players (age 24,5±3,91years; Height 194,08±6,21cm; body mass 86,92±6,85kg) participated in the study. Participants' body weight, height, flexibility, single and double leg balance abilities, right, left and double leg vertical jump performances, 5,10 and 30 meter sprint values and anaerobic power performances were determined on the same day. The aerobic endurance test of the volleyball players was measured with a yo-yo intermitent recovery test. Measurements will be repeated before the season, at the start of the competition, at the middle, and at the end of the season. Descriptive statistics were used in the analysis of the data.

Results: Flexibility values were 33,37±6,42cm, 5-10-30 meters sprint score were 1,12±0,074s, 1,89±0,103s, 4,56±0,43s, double leg vertical jump score were 53,57±7,04cm, wingate relative peak and mean power values were found to be 11,38±1,40, 8,32±0,70 w/kg, and double leg balance ability values of 0,3±0,23, respectively.

Discussion: In a study conducted on female volleyballs, double leg balance performance was 1,41±0,37, while dual leg dynamic balance performance averaged 1,61±0,35 in this study. One study reported that the vertical jump values for the regional league and the 3rd league volleyball players were 65,34cm and 62,39 cm, respectively. In this study, the mean vertical jump value was found to be 53,56±7,04cm. In a study conducted, the flexibility value of 15 elite male volleyball players was determined as 20,3±5,1 cm and the average value of flexibility was determined as 33,37±6,41 cm in this study.

PB688

FUTBOLCULARDA SÜRAT, DİKEY SIÇRAMA, VÜCUT KOMPOZİSYONU, ANAEROBİK GÜÇ VE KAPASİTE ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

[1]Harun Koç, [1]Halit Harmancı, [1]Yağmur Akkoyunlu, [1]Pınar Demirel

[1]Kütahya Dumlupınar Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Kütahya

Email : *harun.koc@dpu.edu.tr, halit.harmanci@dpu.edu.tr, yagmur.akkoyunlu@dpu.edu.tr, pinar_dmrl@yahoo.com*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı, futbolcularda sürat, dikey sıçrama, vücut kompozisyonu, anaerobik güç ve kapasite arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Yöntem: Çalışmaya 17 erkek amatör futbolcu (ortalama yaş 22,41±1,70 yıl, vücut ağırlığı 74,08±7,50 kg, boy uzunluğu 178,26±7,71 cm ve vücut yağ yüzdesi 11,70±3,04) gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmaya katılan futbolculara sürat (10 m ve 30 m sprint), sıçrama (skuat sıçrama (SJ) ve counter movement sıçrama (CMJ)), wingate anaerobik güç ve kapasite testleri ile antropometrik ölçümler uygulanmıştır. Tüm değişkenlerin tanımlayıcı istatistikleri (ortalama±standart sapma) yapıldıktan sonra, değişkenlere ait ilişkiler pearson korelasyon katsayısı ile incelenmiş ve p=0,05 anlamlılık düzeyi kullanılmıştır. Bulgular: Yapılan analizler sonucunda, vücut ağırlığı ile boy uzunluğu (r= 0,831), absolut zirve güç (r= 0,823) ve absolut ortalama güç (r= 0,861) arasında anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir (p<0,05). Boy uzunluğu ile absolut zirve güç (r= 0,512) ve absolut ortalama güç (r= 0,580) arasında anlamlı ilişkiler olduğu belirlenmiştir (p<0,05). Diğer taraftan vücut yağ yüzdesi ile ölçülen diğer parametreler arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür (p>0,05). On metre sürat ile 30 m sürat dereceleri arasında (r= 0,778), 10 m ve 30 m sürat derecelerinin her ikisi ile de SJ (sırasıyla r= -0,657 ve r= -0,682) ve CMJ (sırasıyla r= -0,604 ve r= -0,716) değerleri arasında anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir (p<0,05). Skuat sıçrama ile CMJ değerleri arasında (r= 0,825), yine SJ ile relatif ortalama güç arasında (r= 0,504) anlamlı ilişkiler bulunmuştur (p<0,05). Sonuç: Sonuç olarak, futbolcuların anaerobik güç ve kapasite değerleri ile sürat dereceleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı, vücut ağırlığı ve boy uzunluğu ile absolut zirve ve ortalama güç değerleri arasında, sürat dereceleri ile sıçrama değerleri arasında, skuat sıçrama ile relatif ortalama güç değerleri arasında anlamlı ilişkiler olduğu görülmüştür.

DETERMINATION OF RELATIONSHIP BETWEEN SPEED, VERTICAL JUMPING, BODY COMPOSITION, ANAEROBIC POWER AND CAPACITY IN SOCCER PLAYERS

Introduction and purpose: The purpose of this study was to determine relationship between speed, vertical jumping, body composition, anaerobic power and capacity. Methods: 17 healthy male soccer players (mean age 22.41±1.70 yrs, body mass 74.08±7.50 kg, height 178.26±7.71 cm and body fat percentage 11.70±3.04) volunteered to participate in this study. Speed (10 m and 30 m sprint), jumping (squat jump and countermovement jump), wingate anaerobic power and capacity and anthropometric tests were applied to soccer players. After the descriptive statistics of all variables (mean±standard deviation) were obtained, the correlations of the variables were examined by pearson correlation coefficient and p=0,05 significance level was used. Results: According to the study findings, there was a significant relationship between body mass and height (r= 0.831), body mass and absolute peak power (r= 0.823), body mass and absolute mean power (r= 0.861) results (p<0.05). On the other hand there was a meaningful relationship between height and absolute peak power (r= 0.512), height and absolute mean power (r= 0.580) results (p<0.05). However, there wasn't relationship between body fat percentage and all variables (p>0.05). There was also relationship between 10 m speed and 30 m speed (r= 0.778), 10 m speed and squat jump (r= -0.657), 30 m speed and squat jump (r= -0.682), 10 m speed and countermovement jump (r= -0.604), 30 m speed and countermovement jump scores (r= -0.716) (p<0.05). There was a relationship between squat jump and countermovement jump (r= 0.825), squat jump and relative mean power scores (r= 0.504) (p<0.05). Conclusion: As a result, while there wasn't relationship between anaerobic peak power/mean power and speed scores, there was found to be significant relationship between body mass and height, absolute peak power and absolute mean power, speed and jumping values, squat jump and relative mean power scores.

PB690

ATLETİZMDE YILDIZLAR KATEGORİSİNDEKİ ULUSLARARASI SPORCULARIN UZUN VADELİ PERFORMANS GELİŞİMLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Hacı Ahmet Pekel*, [1]Tuğçe Karaşahinoğlu, [1]Aylin Özge Pekel, [1]Sare Bostancı**

[1]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

***Email :** hapekel@gmail.com, tugce.karasahinoglu@gmail.com, aylinozgesarac@gmail.com, sare_nas_67@gmail.com*

Temel spor branşlarından birisi olan atletizmde performans gelişimi uzun yıllara yayılan bir süreçte değerlendirilmektedir. Diğer yandan alt yapıda başarılı olan sporcuların performans artışının sürekliliğinin elit seviyeye kadar yansıması spor kamuoyunun tartışılan konularındandır. Bu çalışmanın amacı, atletizm branşında çeşitli dallarda yıldızlar kategorisinde uluslararası seviyeye ulaşmış sporcuların performans başarılarının sürekliliğinin incelenmesidir. Araştırmada 1999-2013 yılları arasında, Dünya Yıldızlar (U18) Şampiyonasına ülkemiz adına branşlarındaki katılım barajını geçerek yarışabilmiş 52 kadın ve erkek sporcu ele alınmıştır. Bu sporcuların daha sonraki yıllarda Avrupa Gençler, Dünya Gençler, Avrupa 23 Yaş Altı Şampiyonası, Dünya Üniversite Oyunları, Büyükler Dünya Şampiyonası, Olimpiyat Oyunları gibi performans gelişimlerinin üst seviyede seyredeceği yarışmalara katılımları incelenmiştir. Elde edilen veriler yüzdelik değerlere göre hesaplanmıştır. Bulgulardan hareketle atletizm branşında alt yapıda uluslararası seviyede yer alan birçok sporcunun başarı grafiğinin sürekli olmayışı nedeniyle bu seviyedeki yatırım, emek, bütçe, yetenek seçimi ve yönlendirme, alt yapıda başarı beklentisi gibi konu başlıklarının spor eğitim sistemi açısından yeniden değerlendirilmesinin uygun olabileceği değerlendirilmektedir. Anahtar kelimeler: Atletizm, uzun vadeli başarı, performans gelişimi

EXAMINATION OF LONG-TERM PERFORMANCE DEVELOPMENT OF INTERNATIONAL ATHLETES IN YOUTH CATEGORY IN TRACK&FIELD

Performance development in Athletics, one of the main sports events, is evaluated in a process for long term development. On the other hand, the continuity of the performance increase of the athletes who are successful in the infrastructure to the high level performance is one of the topics discussed by the sports scientists, trainers etc. The aim of this study is to examine the duration of performance achievements of athletes who have reached the international level in the youth category in various branches of athletics. In this research, 52 male and female athletes who have been able to qualified and compete in the World Youth (U18) Championship from Türkish National Team through the participation level were discussed between 1999-2013. In the following years, the participation of these athletes in competitions where performance developments such as European Youth (U20), World Youth (U20), European U23 Championships, World University Games, World Athletics Championships and Olympic Games will be handled. The data were calculated according to the percentage values. Considering the findings, it is considered that due to the lack of the success chart of many athletes at the international level in the field of athletics, it may be appropriate to re-evaluate the topics such as investment, labor, budget, talent selection and orientation at this level in terms of sports education system. Keywords: Athletics, long term athlete development, performance development

PB759

SPRİNTER SPORCULARDA ÇIKIŞ TAKOZLARINDAN AYRILIRKEN NEFES KONTROLÜNÜN REAKSİYON ZAMANI ÜZERİNDE ETKİSİ

***[1]Cem Yoksuler Yılmaz*, [1]Bayram ALAŞKAN, [1]Cem Yoksuler YILMAZ, [1]Turan ARI, [1]Eren ULUÖZ**

[1]Çukurova Üniversitesi BESYO

***Email :** yoksuler2012@gmail.com, alaskan.01.1996@gmail.com, yoksuler2012@gmail.com, turanari@cu.edu.tr, uluoz_333@hotmail.com*

AMAÇ: Bu çalışmanın amacı sprinter sporcularda çıkış esnasında nefes kontrolünün reaksiyon zamanı üzerindeki etkisinin var olup olmadığını ölçmektir. YÖNTEM: Adana Serinevler Atletizm Pistinde antrenman yapan 11'i kız (%39,3) ve 17'si erkek (%60,7) toplamda 28 kişi çalışmaya gönüllü olarak dahil edilmiştir. Araştırmaya katılan kadın erkek toplam 28 bireyin yaş ortalaması 15.92'dir. Kızların yaş ortalaması 13.72, erkeklerin yaş ortalaması 17.36'tir. Deneklere antrenmandan önce 100m. başlangıç yerine yakın bir noktada Usain Bolt Reaksiyon Testini kullanarak nefes kontrolsüz 3 sağ kol 3 sol kol ölçüldükten sonra nefes kontrollü 3 sağ kol 3 sol kol reaksiyonları ölçülmüştür. İstatistiksel veriler Excel programı ile analiz edilmiştir. Her iki kol için 3 er defa nefes serbest ve nefes tutarak ölçülen değerlerin aritmetik ortalamaları alınmıştır ve bu ortalamalar karşılaştırılmıştır. BULGULAR: Araştırmaya katılan sporcuların nefes serbest şekilde sağ kol reaksiyon sürelerinin aritmetik ortalamaları 16.8 salise olarak bulunmuştur. Benzer şekilde nefes tutarak sağ kol reaksiyon sürelerinin aritmetik ortalamaları 16.5 salise olarak bulunmuştur. Araştırmaya katılan sporcuların nefes serbest şekilde sol kol reaksiyon sürelerinin aritmetik ortalamaları 17.1 salise olarak bulunmuştur. Benzer şekilde nefes tutarak sol kol reaksiyon sürelerinin aritmetik ortalamaları 16.7 salise olarak bulunmuştur. SONUÇ: Araştırma sonuçlarına göre her iki kol için de elde edilen sonuçlar karşılaştığında nefes serbest reaksiyon zamanı ile nefes tutarak ölçülen reaksiyon zamanı arasında bir fark gözlemlenmiştir. Nefes tutarak yapılan reaksiyon sürati ölçümlerinin daha başarılı olduğu bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Atletizm, sprinter, reaksiyon zamanı, nefes alıp-verme

EFFECT OF BREATH CONTROL ON REACTİON TIME WHEN SPRINTERS LEAVE STARTING BLOCKS

OBJECTİVE: The aim of this study is to measure whether the effect on the reaction time of breath control during sprinter athletes is present. METHOD: Totally 28 volunteers were included in the study, 11 female (39,3%) and 17 male (60,7%), who train in Adana Serinevler Athletics Track. The average age of 28 women and men participant in the survey is 15.92. The average age of the girls is 13.72 and the average age of the males is 17.36. The subjects were 100m before training using the Usain Bolt Reaction Test at a point near the starting point 3 left arm of breath control 3 right arm 3 left arm of breath control 3 right arm 3 left arm reactions were measured. Statistical data were analyzed with Excel program. FINDINGS: The arithmetic mean of the values measured by breath hold and breath hold for 3 arms for each arm were taken and these averages were compared. The arithmetic mean of the right arm reaction times of the athletes participating in the study was found to be 16.8 salies. Similarly, the arithmetic mean of right arm reaction times was 16.5 s. The arithmetic mean of the left arm reaction times of the athletes participating in the study was found to be 17.1 s. Similarly, the arithmetic mean of the left arm reaction times was found to be 16.7 s. RESULTS: According to the results of the study, when the results obtained for both arms were compared, a difference was observed between the breath-free reaction time and the breath-holding reaction time. It has been found that the reaction rate measurements made by holding the breath are more successful.

Key words: Athletics, sprinter, reaction time, breathing

PB790

BASKETBOLCULARDA YARIŞMA KAYGI DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

[1]SERKAN IŞIK, [1]ŞAKİR SERBES, [1]HAZAL UBEYLİ

[1]Onsekiz Mart Üniversitesi, ÇANAKKALE

Email : *s.isik@comu.edu.tr, serbezovyahoo.com, hazalubeyli@gmail.com*

Bu araştırmanın amacı, basketbolcu sporcuların yarışma kaygı düzeylerinin incelenmesidir. Bu çalışmanın araştırma grubunu, Çanakkale yerel liginde faaliyet gösteren Geleceğin Yıldızları ve Gelişim Spor Kulübü, Çanakkale Türk Telekom Spor Kulübü ve Hastanebayırı Spor Kulübü olmak üzere 3 takım ve bu takımlarda yer alan yaşları 10 – 15 arasında olan toplam 150 sporcu oluşturmaktadır. Basketbolcuların sürekli ve durumluk kaygı düzeylerinin ölçmek için Öner ve Le Compte (1983) tarafından Türkçeye uyarlaması yapılan Durumluk ve Sürekli Kaygı Ölçekleri kullanılmıştır. Ölçekler 20'şer maddeden oluşan ve 1-4 arası derecelenen likert tipidir.

Verilerin istatistiksel analizinde tanımlayıcı istatistiklerden yararlanılmıştır (%, ortalama ve SS). Araştırma bulgularına göre; araştırmaya katılan erkek basketbolcuların durumluk kaygı ölçeği ortalama puanlarının 45,21±4,97, sürekli kaygı ölçeğinin ortalama puanının ise 45,72±,29 olduğu görülmüştür. Mevkilere göre sürekli kaygı ortalama puanına bakıldığında oyun kurucuların en düşük (45,13±4,05), uzun oyuncuların ise en yüksek puana (46,05±4,70) sahip oldukları bulgusuna ulaşılmıştır. Mevkilere göre durumluk kaygı ortalama puanına bakıldığında ise forvetlerin en düşük (44,31±5,28), uzun oyuncuların ise en yüksek puana (45,93±,5,00) sahip oldukları bulgusuna ulaşılmıştır.

Sonuç olarak uzun mevkindeki basketbolcuların, oyun kurucu ve forvet mevkindeki basketbolculara göre daha kaygılı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Anahtar kelimler: Spor, basketbol, kaygı

INVESTIGATION OF COMPETITIVE RELEVANT LEVELS IN BASKETBALL

The purpose of this research is to examine the anxiety levels of the basketball player athletes.

The research group of this study consists of 3 teams, namely Futuristic Stars and Development Sports Club, Çanakkale Türk Telekom Sports Club and Hastane Bayırı Sports Club, operating in Çanakkale local league, and a total of 150 athletes aged between 10 and 15 in these teams.

The State and Trait Anxiety Scales were used by Öner and Le Compte (1983) to measure the level of anxiety and continuous anxiety of basketball players. Scales are types of likert which are composed of 20 items and graded from 1 to 4.

Descriptive statistics were used in the statistical analysis of the data (%, mean and SD). According to research findings; the mean score of the state anxiety scale of the male basketball players participating in the survey was found to be 45.21 ± 4.97, and the mean score of the trait anxiety scale was 45.72 ± 29. When the average score of trait anxiety was taken into account, it was found that play founders had the lowest (45,13 ± 4,05) and long players had the highest score (46,05 ± 4,70). When the state anxiety point average score was taken into consideration, it was found that the strikers had the lowest score (44.31 ± 5.28) and the longest player had the highest score (45.93 ±, 5.00). As a result, long-term basketball players, game founders and strikers basketball players are more worried than the result is reached.

Key words: Sports, basketball, anxiety

PB811

SUB-ELİT TAEKWONDOCULARIN STATİK DENGE DÜZEYLERİ MÜSABAKA BAŞARILARINDA ETKİLİ MİDİR?

***[1]Ferhat Güder*, [2]Mehmet Günay**

[1]Bartın Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Bartın
[2]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : *ferhatguder1981@gmail.com, mgunay@gazi.edu.tr*

Bu çalışmanın amacı sub-elit Taekwonduculara simülasyon müsabakası sonucunda kazanan ve kaybeden sporcuların denge performansları arasında fark olup olmadığını tespit etmektir. Araştırmaya 16 sub-elit Taekwondocu katılmıştır. Sporcular uluslararası Taekwondo müsabaka kurallarına göre tek müsabaka yaptırılmıştır. Müsabaka sonrası Taekwonducuların denge performansları TecnoBody PK252 aracılığıyla ölçülmüştür. Elde edilen verilerin normallik sınaması Shapiro-Wilk testi ile test edilmiştir. Normal dağılmayan verilerin analizinde Mann Whitney U testi kullanılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre, statik denge bileşenlerinden kapalı göz denge, perimeter, ellips alanı, FB, ML, COP-X ve COP-Y ve açık göz denge, perimeter, ellips alanı, FB, ML, COP-X ve COP-Y değerleri arasında fark olmadığı tespit edilmiştir. Sonuç olarak, sporcuların müsabaka başarılarında statik denge bileşenlerinin tek başına etkili olmadığı ve diğer motorik bileşenlerinde müsabaka başarısı üzerine etkili olduğu düşünülmektedir. Bu sonuçlara bağlı olarak, sporcuların müsabaka performansları üzerine etkili fiziksel, fizyolojik ve psikolojik faktörlerin belirlenmesi spor bilimleri alanına katkı sağlayacaktır. Anahtar Kelimeler: Statik Denge, Taekwondo, Salınım

DOES STATIC BALANCE LEVELS OF SUB-ELITE TAEKWONDO PLAYERS WAS EFFECTIVE ON THEIR COMPETITION SUCCESS?

The purpose of this study was to determine whether there is a difference between the static balance performances of the winning and losing sub-elite taekwondo players in the simulation competition. Six-teen sub-elite Taekwondo players participated in the study. The athletes was performed one competition according to international Taekwondo competition rules. The static balance performances of Taekwondo players after the competition were measured via TecnoBody PK252. The normality test of the obtained data was tested by the Shapiro-Wilk test. Mann Whitney U test was used for analysis of non-normal distribution data. According to the results of present study, it was determined that there was no difference between the closed eye balance, perimeter, ellipse area, FB, ML, COP-X, and COP-Y and open eye balance, perimeter, ellipse area, FB, ML, COP-X and COP-Y from the static balance components of the winning and losing athletes. As a result, it is thought that the static balance components in the athletes' competition successes was not effective alone and it will be effective on the competition success of other motoric components. According to these results, the determination of physical, physiological, and psychological factors on the competition performance of the athletes will contribute to the field of sports sciences. Keywords: Static Balance, Taekwondo, Oscillation

PB813

BASKIN VE BASKIN OLMAYAN BACAK İLE YAPILAN BECERİ ANTRENMANININ ŞUT İSABETLİLİĞİNE ETKİSİ

***[1]Kadir Diyarbakırlı*, [2]Kadir Diyarbakırlı, [2]Engin Çetin, [2]Ertay Seyrek**

[1]Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Kocaeli
[2]Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi,Kocaeli

***Email :** k.str1@hotmail.com, k.str1@hotmail.com, engin4157@gmail.com, ertayseyrek@hotmail.com*

Amaç: Bu çalışmanın amacı, futbolcularda baskın ve baskın olmayan bacağa yönelik yapılan 8 haftalık beceri antrenman programının şut isabetine etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Yöntem: Denekler 10'ar kişiden oluşan deney grubu (DG) (yaş: 13,60±0,51 yıl, boy uzunluğu: 1,46±0,08 cm, vücut ağırlığı: 40,66±7,21 kg, ve kontrol grubu (KG) (yaş: 13,70±0,48 yıl, boy uzunluğu: 1,45±0,06 cm, vücut ağırlığı: 40,81±3,91 kg,) olarak iki gruba ayrılmıştır. Yeni Kocaelispor Futbol Kulübü'nün 13-14 yaş 20 erkek sporcusu gönüllü olarak katılmış, random yöntemi ile iki eşit sayıya bölünerek 10'ar kişiden oluşan denek ve kontrol grupları oluşturulmuştur. Çalışmanın ilk gününde denek ve kontrol grubu sporcularının vücut ağırlığı, yaş ve boy ortalamaları alınmış, ardından baskın ve baskın bacağa yönelik 11m Şut Duvar Testi ve 10m İsabetli Kısa Pas Testi uygulanarak sporcuların ön test ölçüm değerleri alınmıştır. Bu testlerin protokollerinde; sporcular ısınma evresi ve uyum alıştırması yaptıktan sonra hedefe yönelik 5'er vuruş gerçekleştirmiş, kurallara uygun şekilde hedefe yapılmış vuruşlar değerlendirmeye alınmıştır. Her bir sporcunun testler için olumlu ya da olumsuz olmak üzere 5'er test değeri alınmıştır. Denek ve Kontrol grubu 8 hafta haftada 3 gün takım antrenmanlarını uygularken, denek grubu bu antrenmanların dışında hazırlanmış olan beceri antrenmanına katılmıştır. Uygulanan antrenman programının sonunda denek ve kontrol grubu sporcuları tekrar 11m Şut Duvar Testi ve 10m İsabetli Kısa Pas Testi'ne sokularak son test ölçüm değerleri alınmıştır. Denek ve kontrol grubu sporcularının grup içi değerlendirmesi IBM SPSS 25.0 veri analiz programında eşleştirilmiş Descriptive Statistics testi ile, gruplararası istatistiksel ön-test ve son karşılaştırmaları için Wilcoxon Signed Ranks Test'i ile 0.05 anlamlılık seviyesinde değerlendirilip analiz edilmiştir. Bulgular: Denek ve kontrol gruplararası karşılaştırılmasında 11m Şut Duvar Testi son ölçümleri baskın bacak için istatistiksel anlamlı fark (p=0.004) baskın olmayan bacak (p=0.007) anlamlı farklılık bulunmuştur. 10m İsabetli Kısa Pas Testi son ölçümleri baskın bacak için istatistiksel anlamlı fark (p=0,102) baskın olmayan bacak için (p=0,058) anlamlı farklılık bulunamamıştır.

EFFECTIVENESS OF COMPETENCE TRAINING WITH PRINTED AND NON-PRESSED LEG

Aim: This study is aimed to examine shooting hit effects of 8 weeks skill training shooting programme about working on footballers dominant and non-dominant leg. Method: The study made with one of the 2. Amateur League team, New Kocaelispor Football Club. We held 20 volunteers which age 13- 14. İt is made 2 equal groups by randomly for experimental and control. So each team has 10 volunteers. At the first day of the study, it is noted descriptive statistics values of the footballers which are body weight, age and height. Then it was appiled 11m Shooting Wall Test and 10m Accurate Short Pass test to footballer's domaninat and non-dominant legs. Pre-test measurements was recorded for each volunteer seperately. After standard prepations and a couple of exercise, the voluteers throw shoot to a specific target. It was graded just the ones which reaches the target. The results were obtained arithmetic avarage. Each volunteer recorded 5 positive or negative results for every test. After this process, each team continued standard team trainings for 8 weeks. Beside this regular trainings,the Experimental team were worked out a special skill training programme which has prepared just for them for 3 days a week(Tuesday,Thursday and satuday). The Control team were worked out just team trainings. After this 8 weeks programme, the footballers were tested with the same Tests and values were noted.The results was evaluated by Descriptive Statistics data matched with IBM SPSS 25.0 data analysis to determine improvement of the Experimental and Control Group. At the same time the results were analyzed, by Wilcoxon Signed Ranks Test macthed with with IBM SPSS 25.0 data analysis on 0,05 meaningfulness level, to compare two groups.The descriptive statistics results of the groups (age, height wight and standard deviation): for Experimental Group; age : (13,60±0,51 year), height: (1,46±0,08 cm), weight: (40,66±7,21

PB893

VOLEYBOLDA SMAÇ VE SERVİSTE TOP HIZI İLE İSABET ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

[1]Yücel MAKARACI, [1]Oylum PAK, [1]Seydi Ahmet AĞAOĞLU, [1]Muhammed Said YANAR, [2]Aslıhan Gazioğl

[1]Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, SAMSUN
[2]Türkiye Voleybol Federasyonu'unda Alt Yapı Milli Takım Antrenörü

Email : *yucel.makaraci@omu.edu.tr, oylumpak12@gmail.com, ahmetsa@omu.edu.tr, ynr442@gmail.com,*

Özet

Amaç:

Bu çalışmanın amacı; voleybolda smaç ve servis esnasındaki top hızı ile isabet arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

Yöntem:

Çalışmaya, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Erkek (n=14) ve Kadın (n=12) voleybol takımlarında yer alan 26 kişi ve Bafra Akademi Gençlik ve Spor Kulübü Voleybol takımında yer alan 11 kadın olmak üzere toplamda 37 sporcu katılmıştır. Denekler belirlenen noktadan karşı sahada önceden belirlenmiş olan 1,20 cm x 1.20 cm ölçülerindeki bölgelere (çapraz ve paralel) servis atmıştır. Her iki bölgeye 5'er atış gerçekleştirilmiştir. Gerçekleştirilen atışlar isabetli / isabetsiz olarak kayıt altına alınmıştır. Aynı şekilde denekler, pasörün attığı pasa 4 numaralı bölgeden karşı sahada belirlenen 1,20 cm x 1.20 cm ölçülerindeki bölgelere (çapraz ve paralel) smaç atışı yapmıştır. Her iki bölgeye 5'er atış gerçekleştirilmiştir. Gerçekleştirilen atışlar isabetli / isabetsiz olarak kayıt altına alınmıştır. Servis ve smaç esnasında tüm atışların hızını belirlemek için Bushnell marka ve velocity modelli hız tabancası (radar) kullanılmıştır. Cihazın doğruluğu (mph/kmph) +/- 1 mil/saat +/- 2 km/saat"dır. İsabetli ve isabetsiz atışların karşılaştırılmasında t testi kullanılmıştır.

Bulgular:

Analiz sonucunda; paralel smaç hızları ile isabetli ve isabetsiz atışlar karşılaştırıldığında istatistiki olarak fark görülmemiştir (p=0,752). Çapraz smaç atış hızları ile isabetli ve isabetsiz atışlar karşılaştırıldığında anlamlı bir fark görülmemiştir (p=0,345). Servis (5-5) atış hızları ile isabetli ve isabetsiz atışlar karşılaştırıldığında istatistiki olarak fark görülmemiştir (p=0,531). Servis (1-1) atış hızları ile isabetli ve isabetsiz atışlar karşılaştırıldığında istatistiki olarak fark görülmemiştir (p=0,787). Çalışma sonucunda servis ve smaç atışlarında top hızı ile isabet arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir (p>0,05).

Sonuç:

Çalışmada denek olarak yer alan sporcuların birbirine yakın seviyede olmasının, benzer sonuçların çıkmasına neden olduğu söylenebilir. Voleybolda atışların sadece isabet odaklı değil, aynı zamanda hızlarının da önemli olduğu bilinmektedir. Dolayısıyla antrenmanlarda bu iki kavramı birlikte ele alarak programların hazırlanması önerilebilir.

EXAMINATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN VOLLEYBALL AND SKIPE BALL SPEED AND HIT

Purpose: The purpose of this study is; In the volleyball, it provides the relationship between ball speed and stroke.

Methods: A total of 37 athletes participated in volleyball teams of Ondokuz Mayıs University, Men (n-14) and Women (n-12) and 11 women in volleyball team to attend Bafra Academy Youthand Sports branches. The subjects are measured from the determined point of 1.20 cm x 1.20 cm to the predetermined area of the contralateral (diagonal and parallel) servicing (Fig. 1). Five shots were made in both regions. Real footage was recorded as missed. The samefoot, the sagittal, Pas's number of 4 is 1.20 cm x 1.20 cm measured diagonally and paralel to there gion (Fig. 1).

There were 5 fires in each area. At the bottom of the listenings were recorded. Service and dunk speed gun (radar) were used to determine the speed of all shots in the Bushnell and speed model. Device accuracy (mil / kmph) / - 1 mil / hour / - 2 km / h "d. The t test was used to compare correct and incorrect shoots.

Result:**:** As a result of analysis; Parallel unloading speeds were statistically different according to provincial and misilse shots (p = 0.752). There was no significant difference between cut and jumped shots and cross-strike speeds (p-0,345). No statistically significant difference was found between service (5-5) hit speeds, correct and missed shots (p-0.531). There was nostatistically significant difference between service (1-1) shot rates and true and missed shots (p-0,787). According to there sults of the study, there was no significant relationship between ball speed and servicing and dunking(p>0,05).

Conclusion: The athletes participating in the study are close together. Volleyballs are not only stroke-focused, but also speed is important. For this reason, in education, these two concepts are handled together with the preparation of the programs.

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR EĞİTİMİ / PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS EDUCATION

PB101

DİJİTAL KAMUSAL ALANDA BEDEN EĞİTİMİ ALGISI: EKŞİ SÖZLÜK

[1]Sena KARAKOÇ, [1]Kıvanç SEMİZ

[1]Giresun Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Giresun

Email : *senakrkc54@gmail.com, kivancsemiz@gmail.com*

Giriş ve Amaç Sosyal medya kullanımının giderek yaygınlaşmasıyla toplumda insan ilişkileri yeniden şekillendi. Sosyal medya üzerinden çeşitli söylemlerin nasıl yeniden üretildiği ya da değiştirildiği, ansiklopedik bilgilerin anlam kaymasına uğrayarak dijital kamusal alan içerisinde verilen mesajların farklılaştırıldığı, geleneksel medyadan yeni medya ortamlarına geçiş sürecinde katılımcıların eş zamanlı izleme pratiklerinin yol açtığı hem üretici hem tüketici rolü gibi bir çok faktör ekşi sözlükte gözlemlenmektedir. Beden eğitiminde algı ve tutum çalışmalarının öğrenciler, öğretmenler ve veliler gibi çeşitli paydaşların lensinden görüldüğü literatürde, konunun ekşi sözlük gibi kamuya mal olmuş bir kolektif bilinç bağlamında incelenmesi bir derinlik sağlayabilir. Dolayısıyla bu çalışmanın amacı, beden eğitimi algısının dijital kamusal alanda nasıl görüldüğünü ortaya koymaktır. Yöntem Bu çalışmada sosyal medya kör hakemlik yoluyla yazar olunan ekşi sözlük sitesi veri toplama ortamı olarak seçildiğinden, nitel araştırma yöntemlerinden vaka çalışması kullanılmıştır. Ekşi sözlükte Beden Eğitimi, Beden Eğitimi Dersinden Akılda Kalanlar ve Beden-Müzik ve Resim Derslerinin Ülkemizde İşlenişi adlı başlıklar taranarak tematik içerik analizi yapılmıştır. Bulgular Veri analizi sonucunda 4 adet tema ortaya çıkmıştır. Bunlar: eğitim politikaları (1), beden eğitimi dersinin niteliği (2), beden eğitimi öğretmeninin niteliği (3) ve geçmiş beden eğitimi deneyimleri (4) olarak ortaya konmuştur. Tesis yetersizliği, sıklıkla düzen alıştırmalarına yönelimden dolayı askeri eğitime benzetilmesi, dersin serbest zaman olarak görülmesi ve özellikle futbol branşının hegemonyası ortaya çıkmıştır. Sonuç Ekşi sözlükteki yazarların dijital bir kamusal alan oluşturması bağlamında, beden eğitimi hakkında yazılan girdilerde algı ve tutum çalışmaları için yeni yönelim fırsatları doğduğu söylenebilir. Bir çok beden eğitimi paydaşının lensinden yapılan araştırmaların yanında özellikle beden eğitimi politikaları ve öğretmen niteliği ile alakalı yeni çalışmaların yapılma ihtiyacı ortaya çıktığı söylenebilir.

PHYSICAL EDUCATION PERCEPTIONS IN DIGITAL PUBLIC SPACE: EKSISOZLUK EXAMPLE

PHYSICAL EDUCATION PERCEPTION IN DIGITAL PUBLIC SPACE: EKSISOZLUK

Introduction and Purpose How certain discourses were reproduced or changed, how the messages in digital public space differentiated with semantic shift of encyclopedic knowledge were given, and how synchronous monitoring practices changed in transition from traditional media to new media environments can be observed in ekşisözlük. As the studies for the perceptions and attitudes towards physical education seen in literature from the perspectives of different stakeholders, investigating the topic in ekşisözlük, which can be considered as a matter of public record with a collective consciousness would provide depth in understanding of the issue. Therefore, the purpose of the research was to understand how the physical education perception was seen in digital public space. Method The ekşisözlük, which is a social media platform that accepts writers with a blind-review approach, chosen as a data collection environment. Case study was used since this is a qualitative study in nature. The entries under the topics of “things you remember from physical education lessons”, “Physical Education”, and “giving the lessons of Physical Education-Painting-Music in our country” were analyzed with a thematic content analysis approach. Findings A total of four main themes were emerged as education policies (1), the quality of physical education lessons (2), the quality of physical education teachers (3), and past physical education experiences (4). Facility incapabilities, resembling the military training due to frequent parade execirses, seeing the lessons as a free time, and the hegemony of football were also seen in the entries. Conclusion Regarding the writers in ekşisözlük creates a digital public space, it can be said that new orientation opportunities emerged for attitudes and perception research areas. Besides the research from the viewpoint of different stakeholders, it is emphasized that there is a need of new research for physical education policies and the quality of physical education teachers.

PB278

DİSİPLİNLER ARASI BİR MESLEK OLAN SPOR FİZYOTERAPİSTLİĞİ EĞİTİMİ

***[1]Canberk Bayraktar*, [2]Seda Bayraktar**

[1]Acıbadem Mehmet Ali Aydınlar Üniversitesi Fizyoterapi Ve Rehabilitasyon Bölümü, İSTANBUL
[2]Akdeniz Üniversitesi Psikoloji Bölümü,ANTALYA

***Email :** canberk.bayraktar@live.acibadem.edu.tr, sedabayraktar@hotmail.com*

Giriş ve Amaç: Son yıllardaki akademik çalışmalarda, mesleki uygulamalarda farklı disiplinlerin bir araya gelerek yeni alanlar oluşturduğu ve bu alanlarda da hızlı bir şekilde nitelikli eleman ihtiyacı olduğu görülmektedir. Bu kapsamda spor bilimlerinin uygulama alanlarında fizyoterapi ve rehabilitasyon bölümü mezunlarının "Spor Fizyoterapisti" ünvanıyla nitelikli birer eleman olarak yer almaları oldukça önemlidir. Bu önem doğrultusunda bu çalışmanın amacını, Türkiye'de fizyoterapi ve rehabilitasyon lisans program müfredatlarında spor bilimlerine ilişkin derslerin yer alma durumunun incelenmesi oluşturmaktadır. Yöntem: Çalışmada Öğrenci Seçme ve Yerleştirme Merkezi'nin 2018 yılı Üniversite Tercih Kılavuzu esas alınarak, Türkiye'de ve Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti'ndeki Üniversitelerin Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümlerinin web sayfalarından ders müfredatlarına ulaşılarak spor bilimlerine ilişkin varolan derslere, özellikle de spor fizyoterapisi ve spor psikolojisi derslerine, ilişkin ayrıntılı tarama yapılmıştır. Bulgular: Türkiye'de ve Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti'nde toplam 204 üniversite bulunmakta olup bu üniversitelerin 74'ünde (%36,2) 4 yıllık eğitim veren Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Lisans Programı bulunmaktadır. Bu lisans programlarının 9 tanesinde (%12,1) spor bilimlerine ilişkin ders yoktur, 17 lisans programının (%22,9) web sayfasından müfredatlarına ulaşılamamıştır. Fizyoterapi ve Rehabilitasyon bölümlerinin 48'inde (% 64,8) spor bilimlerine ilişkin dersler bulunmakta ve bu derslerin çoğunlukla sporcu sağlığı ve sporda fizyoterapi isimleri ile olduğu bunların dışında sporcu sağlığında klinik çalışma, ortopedik ve sporda rehabilitasyon, engelli ve spor, antrenman bilgisi gibi dersler de olduğu görülmektedir ancak hiç bir lisans programında spor psikolojisi dersine rastlanılmamıştır. Sonuç: Fizyoterapi ve Rehabilitasyon bölümü mezunları için önemli bir çalışma alanı olan spor fizyoterapistliği açısından lisans programlarında daha fazla sayıda spor bilimlerine ilişkin derslere yer verilmesinin ayrıca biyopsikososyal model kapsamında bir spor fizyoterapistinin lisans eğitiminde özellikle sporcu sağlığı, spor fizyoterapisi ve spor psikolojisi derslerini almış olmasının gerekli olduğu görüşündeyiz. Çünkü insanla çalışan meslek elemanlarının antrenmanlarda, maçlarda temel sağlık ve fizyoterapi bilgilerinin dışında sporcuların sahip oldukları motivasyonları, duyguları anlamada spor psikolojisi bilgisinin varlığı bir spor fizyoterapisti açısından oldukça önemlidir.

SPORTS PHYSIOTHERAPIST EDUCATION WHICH IS AN INTERDISCIPLINARY PROFESSION

Introduction and aim: In recent academic studies, it is seen that different disciplines come together to create new fields and that there is a need for qualified personnel in these fields rapidly. In this context, it is very important for the graduates of the physiotherapy and rehabilitation department to take place as qualified personnel with the title of "Sports Physiotherapist" in the sports sciences application fields. The aim of this study is to investigate course plans of physiotherapy and rehabilitation undergraduate programs whether including courses about sports sciences or not. Method: This study based on the 2018 Student Selection and Placement Centers University Guide. Physiotherapy and Rehabilitation undergraduate programs course plans were examined in detail from the websites according to have courses about sports sciences, especially sports physiotherapy and sports Psychology, Universities in Turkey and Northern Cyprus Turkish Republic. Results: There are 204 Universities in Turkey and North Cyprus Turkish Republic. In 74 (36.2%) of them have undergraduate programs in Physiotherapy and Rehabilitation. Nine of them (12.1%) did not have any sports science courses, and 17 of the undergraduate programs course plans (22.9%) could not be reached from their website. In the 48 (% 64,8) physiotherapy and rehabilitation departments have courses related to sports sciences. And these courses are mainly sportive health and sports physiotherapy. Apart from these, there are courses such as clinical study about sportive health, disabled person and sport but there is no sports psychology course in any undergraduate program.

Conclusion: It is also necessary for sports physiotherapists to take courses in sportive health, sports physiotherapy and especially sports psychology courses in their undergraduate education. According to the biopsychosocial model, sports physiotherapist must have an information about sports psychology to understand emotions and motivations of athletes, with basic health and physiotherapy information in sports.

PB391

ADOLESANLARIN FİZİKSEL AKTİVİTE DÜZEYİNİN BELİRLENMESİNDE ALGILANAN EBEVEYN TUTUMU VE SOSYAL DESTEĞİN ROLÜ

***[1]Cansu Ay*, [2]F. Hülya AŞÇI**

[1]Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi,İstanbul
[2]Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi Ve Spor Eğitimi Bölüm Başkanı

***Email :** cansuay1@gmail.com, fhulya@marmara.edu.tr*

Adolesanların Fiziksel Aktivite Düzeyinin Belirlenmesinde Algılanan Ebeveyn Tutumu ve Sosyal Desteğin Rolü Amaç: Bu araştırmanın amacı; adolesanların fiziksel aktivite düzeylerinin yordanmasında algılanan ebeveyn tutumu ve algılanan ebeveyn sosyal desteğinin rolünün incelenmesidir. Yöntem: Çalışmanın örneklemini İstanbul ilinden uygun örnekleme yöntemi ile seçilmiş 199 kız (Xyaş= 12.39 ± 1.10), 184 erkek (Xyaş= 12.60 ± 1.07), toplam 383 (Xyaş= 12.49 ± 1.09) adolesan oluşturmuştur. Katılımcılara kişisel bilgi formu, Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, Anne - baba Tutum Ölçeği, Bir Haftalık Fiziksel Aktivite Anketi uygulanmıştır. Ebeveyn tutumu ve sosyal desteğin adolesanların fiziksel aktivite düzeyini belirlemedeki rolünü test etmek için Hiyerarşik Regresyon Analizi yapılmıştır. Bulgular: Yapılan hiyerarşik regresyon analizi sonuçları, algılanan sosyal desteğin fiziksel aktivite düzeyinin kızlarda %3'ünü erkeklerde %9'unu açıkladığını ortaya koymuştur. Adolesan kızlarda anneden algılanan sosyal destek, adolesan erkeklerde ise babadan algılanan sosyal destek ile fiziksel aktivite düzeyi (sırası ile β=0.31, β= 0.32; $p < 0.05$) arasında pozitif yönde anlamlı ilişki vardır. Algılanan ebeveyn tutumu ise fiziksel aktivite düzeyinin kızlarda %4''ünü erkeklerde ise %2'sini açıklamaktadır. Adolesan kızlarda ve erkeklerde algılanan ebeveyn tutumumun denetleme alt boyutu ile fiziksel aktivite düzeyi arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki (sırası ile β =-0.18, β =-0.18; $p < 0.05$) bulunmuştur. Sonuç: Araştırma sonucunda adolesan kızlarda anneden algılanan sosyal destek, adolesan erkeklerde ise babadan algılanan sosyal destek arttıkça fiziksel aktivite düzeyini arttırdığı görülmüştür. Ebeveynlerin denetleme tutumu arttıkça, kız ve erkek adolesanların fiziksel aktivite düzeyinin azaldığı tespit edilmiştir.

THE ROLE OF PERCEİVED PARENTİNG STYLE AND SOCİAL SUPPORT İN PHYSİCAL ACTİVİTY LEVEL OF ADOLESCENTS

The Role of Perceived Parenting Style and Social Support in Physical Activity Level of Adolescents. Purpose: The aim of this study was to examine the role of perceived parenting style and social support in physical activity levels among adolescents. Methods: One hundred ninty nine girl (Mage: 12.39 ± 1.10 year) and 184 boy (Mage: 12.60 ± 1.07 year), a total of 383 adolescents (Mage= 12.49 ± 1.09 year) who were selected with convenience sampling voluntarily participated in this study. Personal Information Form, The Perception of Social Support Scale and The Parenting Style Scale Questionnaires and Weekly Physical Activity Checklist were administered to all participants. Hierarchical regression analysis was used to determine the role of the perceived parenting style and social support in physical activity, Results: Hierarchical regression analysis indicated that the perceived social support explained the 3% of physical activity for girls and 9% of physical activity for boys. The perceived social support from mother for girls and social support from father for boys was significantly and positively related with physical activity level (β=0.31, β= 0.32, $p < 0.05$ respectively). In adiditon, the perceived parenting style explained the 4% of physical activity for girls and %2 of physical activity for boys. For both girls and boys, supervision subscale of perceived parenting style were negatively related with physical activity level (respectively β =-0.18, β =-0.18; $p < 0.05$) Conclusion: Results revealed that as perceived social support from mother and perceived social support from father increased the level of physical acivity are increased for girls and boys respectively. As the parent had more control over their children, the level of physical activity decreased.

PB406

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR EĞİTİMİ ALAN ÖĞRENCİLERİN YAŞAM BOYU ÖĞRENME EĞİLİMLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Murat Kangalgil*, [1]Fatih Özgül**

[1]Cumhuriyet Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, SİVAS/TÜRKİYE

***Email :** mkangalgil@gmail.com, fozgul@cumhuriyet.edu.tr*

Yaşam boyu öğrenme, örgün ve yaygın eğitim süreçlerini kapsayan bir kavramdır. Yaşam boyu öğrenme; gelişen yaşam standartlarına ayak uydurabilme, küreselleşen ekonomik dünyaya doğru atılan adımda insan gücünün etkili biçimde kullanılması, bilgi ve iletişim teknolojilerinin geniş alanlara aktarılıp yayılması, üretim ve hizmet sektörlerinde kullanılacak bilgi ve becerilere sahip bir nüfusa duyulan ihtiyaç doğrultusunda, insan yetiştirmeyi hedefleyen yeni bir yaklaşımdır. Yaşam boyu öğrenme kavramının temelinde yatan anlayış; değişimin bir olgu olarak kabul edilmesi olup, değişime ayak uydurabilecek bir işgücü piyasası yaratmakla beraber, yeni değişimlerin gündeme getireceği yeni iş ve beceri gereksinimlerine de yanıt verebilecek, geleceğe dönük yatırımları olan insan kaynakları ortamının yaratılmasını kapsamaktadır. Buradan hareketle bu araştırmanın amacı, Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu öğrencilerinin Yaşam Boyu Öğrenme Eğilimlerinin incelenmesidir. Araştırma, 2017-2018 öğretim yılında 650 Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencileri ile yapılmıştır. Öğrenci tutumlarının ölçülmesi için Diker-Coşkun ve Demirel (2010) tarafından geliştirilen "Yaşam Boyu Öğrenme Eğilimleri Ölçeği (YBÖEÖ)" kullanılmıştır. Orjinal ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı .89 olarak bulunmuştur. Verilerin analizinde, bağımsız gruplarda "t" testinden ve çok yönlü varyans analizi (ANOVA) testinden yararlanılmış, hata payı 0,05 alınmıştır. Araştırma bulgularında; Araştırmaya katılan öğrencilerin yaşam boyu öğrenme eğilimlerinde cinsiyete göre ve yaş gruplarına göre farklılık anlamlı bulunamamıştır ($p>0.05$). Araştırmaya katılan öğrencilerin öğrenim gördükleri bölümlerine göre (Antrenörlük Eğitimi Bölümü lehine) ve sınıflara göre (4. Sınıflar lehine) fark anlamlı bulunmuştur ($p<0.05$). Sonuç olarak; Elde edilen bulgulardan hareketle beden eğitimi ve spor eğitimi alan lisans öğrencilerinin yaşam boyu öğrenme eğilimlerinin olumlu olduğu söylenebilir.

INVESTIGATION OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS TRAINING AREA STUDENTS IN LIFELONG LEARNING TRENDS

Lifelong learning is a concept that includes formal and informal education processes. Lifelong learning; is a new approach aimed at educating human beings in accordance with the needs of a population with the knowledge and skills to be used in the production and service sectors, to adapt to the developing living standards, to use the human power effectively in the step of going to the globalizing economic world, to transfer and spread information and communication technologies to wide areas. The understanding underlying the concept of lifelong learning; as well as creating a labor market that can keep pace with the changes, and respond to new business and skill needs that new changes will bring to the table. From this point of view, the purpose of this research is to examine the Lifelong Learning Trends of the students of the Physical Education and Sport High School. The study was carried out with 650 School of Physical Education and Sports students in the 2017-2018 school year. Lifelong Learning Trends Scale developed by Diker-Coşkun and Demirel (2010) was used to measure student attitudes. The Cronbach Alpha internal consistency coefficient of the original scale was .89. In the analysis of the data, "t" test and ANOVA test were used in independent groups and the significance level was taken as 0.05. In research findings; There was no significant difference in the lifelong learning tendency of students participating in the survey according to sex and age groups ($p>0.05$).Differences were found to be significant ($p<0.05$), according to the sections of the students who participated in the research (in favor of the Department of Coaching Education) and according to the classes (in favor of the 4th grade). It can be said that the lifelong learning trends of undergraduate students receiving physical education and sport education are positive.

PB497

CİNSİYET VE SINIF DEĞİŞKENLERİ FUTBOL OYNAYAN İLKÖĞRETİM ÖĞRENCİLERİNİN FARKINDALIK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİYİ DEĞİŞTİRİRMİ?

[1]Kezban GÜLŞEN EŞKİL, [2]Remzi EŞKİL EŞKİL, [3]F. Filiz ÇOLAKOĞLU, [3]Tekin ÇOLAKOĞLU

[1]Süleyman Demirel Anadolu Lisesi ANKARA
[2]Özkent Akbilek Ortaokulu ANKARA
[3]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi ANKARA

Email : *kezban-gulsen@hotmail.com, remzi_besyo@hotmail.com, fcolakoglu@gmail.com, tcolakoglu@gmail.com*

Bu çalışmanın amacı futbol oynayan ilköğretim öğrencilerinin farkındalık düzeylerinin bazı değişkenler arasındaki ilişkinin incelenmesi ve değerlendirilmesidir. Araştırma evrenini TFF'nin 2011 yılında uyguladığı "Futbol Köyü Projesi" ne katılan 12–13 yaş grubu toplam 320 (kız=160, erkek=160) ilköğretim öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmamın örneklem grubunu Türkiye Futbol Federasyonu'nun 2011 yılında uyguladığı Futbol Köyü projesine katılan 148 kız ve 150 erkek öğrenciden oluşmaktadır. Toplam 35 maddeden oluşan ölçme aracı ile toplanan veriler bilgisayar ortamında SPSS 17 paket programı ile analiz edilmiştir. Analizlerde problem cümlesine cevap bulabilecek şekilde korelasyona bakılmıştır. Ayrıca bağımsız değişkenler için frekans ve % hesaplamaları yapılmıştır. Bu çalışmada hata düzeyi 0,05 ve 0,01ve olarak alınmıştır. Bu çalışmanın sonucunda cinsiyet değişkenini incelediğimizde bilişsel, duyuşsal, devinişsel ve genel farkındalık düzeylerinde anlamlılık bulunmuştur. Bunun yanısıra bilişsel farkındalık düzeyinde pozitif yönde zayıf ilişki, devinişsel ve genel farkındalık düzeylerinde pozitif yönlü çok zayıf ilişki bulunmuşken duyuşsal farkındalık düzeylerinde ise negatif yönlü çok zayıf ilişki bulunmuştur. Sınıf değişkenini incelediğimizde bilişsel ve genel farkındalık düzeylerinde anlamlılık bulunurken duyuşsal ve devinişsel farkındalık düzeylerinde anlamlılık bulunmamıştır. Bununla birlikte devinişsel farkındalık düzeyinde pozitif yönlü çok zayıf ilişki bulunurken bilişsel, duyuşsal ve genel farkındalık düzeylerinde negatif yönlü çok zayıf ilişki bulunmuştur. Anahtar kelime: farkındalık futbol • Bu çalışma gazi üniversitesi eğitim bilimleri enstitüsünde 2012 yılında yüksek lisans tezi olarak yayınlanmıştır.

DO THE VARIABLES OF GENDER AND GRADE CHANGE THE RELATIONSHIP BETWEEN THE AWARENESS LEVELS OF THE ELEMENTARY STUDENTS PLAYING FOOTBALL?

The aim of this study is to examine and evaluate the relationship between several variables and the awareness levels of the elementary students playing football. The population of the study consists of total 320 elementary students (160 male, 160 female) between the ages of 12 and 13 who took part in the project named "Football Village Project" carried out by Turkish Football Federation in 2011. The sample group of the study consists of 148 female and 150 male elementary who took part in the project named "Football Village Project" carried out by Turkish Football Federation in 2011. The data collected by the assessment instrument consisting of 35 items have been analyzed with SPSS 17 package software in computer. The correlation by means finding a response to the problem statement has been taken into consideration in analysis. Moreover, frequency and percentage count has been made for independent variables. The error performance in this study has been taken as 0,054 and 0,01. At the end of this study, considering the gender variable, it has been found that there is significance at the cognitive, affective, psychomotor and general awareness levels. In addition, while there has been a positively poor relationship at the cognitive awareness level and positively very poor relationship at the psychomotor and general awareness levels, there has been a negatively very poor relationship at the affective awareness level. Considering the grade variable, there has been significance at cognitive and general awareness levels, no significance has been found at affective and psychomotor awareness levels. However, while there has been positively very poor relationship at psychomotor awareness level, negatively very poor relationship has been found at affective and general awareness levels. Keywords: awareness, football

PB498

İLKÖĞRETİM ÇAĞINDAKİ FUTBOLCULARIN FARKINDALIK DÜZEYLERİNİ EBEVEYN ÖĞRENİM DURUMU VE GELİR DEĞİŞKENLERİ ARASINDA İLİŞKİ VAR MIDIR?

[1]Kezban GÜLŞEN EŞKİL, [2]Remzi EŞKİL EŞKİL, [3]F. Filiz ÇOLAKOĞLU, [3]Tekin ÇOLAKOĞLU

[1]Süleyman Demirel Anadolu Lisesi ANKARA
[2]Özkent Akbilek Ortaokulu ANKARA
[3]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi ANKARA

Email : *kezban-gulsen@hotmail.com, remzi_besyo@hotmail.com, fcolakoglu@gmail.com, tcolakoglu@gmail.com*

Bu çalışmanın amacı futbol oynayan ilköğretim öğrencilerinin farkındalık düzeylerinin bazı değişkenler arasındaki ilişkinin incelenmesi ve değerlendirilmesidir. Araştırma evrenini TFF'nin 2011 yılında uyguladığı "Futbol Köyü Projesi" ne katılan 12–13 yaş grubu toplam 320 (kız=160, erkek=160) ilköğretim öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmamın örneklem grubunu Türkiye Futbol Federasyonu'nun 2011 yılında uyguladığı Futbol Köyü projesine katılan 148 kız ve 150 erkek öğrenciden oluşmaktadır. Toplam 35 maddeden oluşan ölçme aracı ile toplanan veriler bilgisayar ortamında SPSS 17 paket programı ile analiz edilmiştir. Analizlerde problem cümlesine cevap bulabilecek şekilde korelasyona bakılmıştır. Ayrıca bağımsız değişkenler için frekans ve % hesaplamaları yapılmıştır. Bu çalışmada hata düzeyi 0,05 ve 0,01ve olarak alınmıştır. Bu çalışmanın sonucunda anne öğrenim durumu değişkeni incelendiğinde bilişsel, duyuşsal ve genel farkındalık düzeylerinde anlamlılık bulunurken devinişsel farkındalık düzeylerinde anlamlılık bulunamamıştır. Bu değişkenler arasındaki ilişkiyi incelediğimizde bilişsel farkındalık düzeyinde pozitif yönlü zayıf ilişki bulunurken duyuşsal ve genel farkındalık düzeylerinde pozitif yönlü çok zayıf ilişki bulunmuştur. Devinişsel farkındalık düzeyinde ise negatif yönlü çok zayıf ilişki bulunmuştur. Baba öğrenim durumu incelendiğinde bilişsel, duyuşsal ve genel farkındalık düzeylerinde anlamlılık bulunurken devinişsel farkındalık düzeylerinde anlamlılık bulunamamıştır. Bununla birlikte bilişsel farkındalık düzeyinde pozitif yönlü zayıf ilişki bulunurken duyuşsal devinişsel ve genel farkındalık düzeylerinde pozitif yönlü çok zayıf ilişki bulunmuştur. Ortalama gelir değişkenini incelediğimizde bilişsel, duyuşsal ve genel farkındalık düzeylerinde anlamlılık bulunurken devinişsel farkındalık düzeylerinde anlamlılık bulunamamıştır. Bununla birlikte bilişsel ve duyuşsal farkındalık düzeyinde pozitif yönlü zayıf ilişki bulunurken genel farkındalık düzeylerinde pozitif yönlü çok zayıf ilişki bulunmuştur. Devinişsel farkındalık düzeyinde ise pozitif yönlü çok zayıf ilişki bulunmuştur. • Bu çalışma gazi üniversitesi eğitim bilimleri enstitüsünde 2012 yılında yüksek lisans tezi olarak yayınlanmıştır.

IS THERE A RELATIONSHIP BETWEEN THE AWARENESS OF THE FOOTBALL PLAYERS AT THE AGE OF ELEMENTARY SCHOOL AND THE VARIABLES OF EDUCATIONAL BACKGROUND OF THE PARENTS AND INCOME?

The aim of this study is to examine and evaluate the relationship between several variables andthe awareness levels ofthe elementary students playing football.The population of the study consists of total320 elementary students (160male,160female) between the ages of 12and 13who took part in the project named "Football Village Project" carried out by Turkish Football Federation in 2011.The sample group of the study consists of 148 female and 150 male elementary who took part in the project named "Football Village Project" carried out by Turkish Football Federation in2011.The data collected by the assessment instrument consisting of 35 items have been analyzed with SPSS 17 package software in computer.At the end of this study,considering the educational background of mother variable, while it has been found that there is significance at the cognitive, affective and general awareness levels, no significance has been found at psychomotor awareness level. When the relationship between these variables has been examined, while there has been a positively poor relationship at the cognitive awareness level,there is positively very poor relationship at the affective and general awareness levels. There has been a negatively very poor relationship at the psychomotor awareness level.Considering the educational background of father variable, there has been significance at cognitive, affective and general awareness levels but no significance has been found at psychomotor awareness levels.However,while there has been positively poor relationship at cognitive awareness

level,positively very poor relationship has been found at affective, psychomotor and general awareness levels.Considering the average income variable, there has been significance at cognitive,affective and general awareness levels but no significance has been found at psychomotor awareness levels.However, while there has been positively poor relationship at cognitive and affective awareness level, positively very poor relationship has been found at general awareness level. Positively very poor relationship has been found at psychomotor awareness level.

PB519

BEDEN EĞİTİMİ ve SPOR DERSİNİN 12. SINIF ÖĞRENCİLERİNİN BEKLENTİLERİNİ KARŞILAMA DÜZEYİNİN İNCELENMESİ

[1]Remzi EŞKİL, [2]Kezban GÜLŞEN EŞKİL, [3]Cengiz KARAGÖZOĞLU

[1]Özkent Akbilek Ortaokulu ANKARA
[2]Süleyman Demirel Anadolu Lisesi
[3]Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi İSTANBUL

Email : *remzi_besyo@hotmail.com, kezban-gulsen@hotmail.com, cengiiz@gmail.com*

Çalışmanın amacı 12. Sınıf öğrencilerinin ilköğretim birinci sınıftan itibaren derslerde oyun, oyun kuralları, adil oyun, spor sakatlıkları ve ilkyardım bilgisi, sağlıklı beslenme, sağlıklı yaşam ve düzenli spor alışkanlığı, sosyal beceri düzeyleri ve beden eğitimi dersinin öğrencilerin beklentilerini karşılama düzeyleri açısından hayatlarına neler kattıklarını incelemek ve çeşitli değişkenler açısından karşılaştırması amaçlanmaktadır. Tarama modelindeki bu araştırmanın çalışma evrenini 2014 – 2015 eğitim öğretim yılında İstanbul ili Avrupa yakasında 751 ortaöğretim kurumunda öğrenim gören 91.446 öğrenci oluşturmaktadır. Örneklem grubunu ise 3 farklı türde eğitim veren 10 ilçe ve 30 ortaöğretim kurumunun 12. sınıflarında okuyan 718 öğrenci oluşturmaktadır. Verilerin toplanması aşamasında, araştırmacı tarafından geliştirilen "Beden Eğitimi ve Spor Dersi Beklenti Karşılama Düzeyi Ölçeği" (BESDBKÖ) kullanılmıştır. Geliştirilen ölçek 3 bölümden oluşmaktadır. Birinci bölüm kişisel bilgileri içeren 9 maddeden, ikinci bölüm ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersi beklenti karşılama düzeyini ölçen 41 maddeden, 3. bölüm ise okulların fiziki durumlarını ölçen 10 maddeden oluşmaktadır. Elde edilen veriler bilgisayar ortamında SPSS 17 paket programı ile analiz edilmiştir. Verilerin genel dağılım özelliklerini belirlemek için frekans ve yüzde dağılımları kullanılmış, ölçekteki ifadelere ilişkin görüşlerin ortalama değeri verilmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersindeki beklenti karşılama düzeyleri incelendiğinde genel beklenti düzeyleri, sosyalleşme düzeyleri alt boyutunda, düzenli egzersiz yapma düzeyleri alt boyutunda, oyun kuralları bilgi düzeyleri alt boyutunda orta derecede çıkmış. Adil oyun davranışları alt boyutunda beklenti karşılama düzeyleri iyi düzeyde çıkmıştır. Beslenme bilgileri alt boyutunda, spor sakatlanmalarında ilk yardım bilgisi alt boyutunda ve beklenti karşılama düzeyleri boyutunda beklentileri az düzeyde karşılanmıştır. • Bu çalışma marmara üniversitesi eğitim bilimleri enstitüsünde 2016 yılında yüksek lisans tezi olarak yayınlanmıştır.

A RESEARCH ON THE LEVELS OF MEETING THE EXPECTATIONS OF THE TWELFTH CLASS STUDENTS IN THE COURSE OF PHYSICAL EDUCATİON AND SPORTS

The aim of this study isto search and compare from a different point of view of the twelfth class students games rules ofgames fairplay sport injuries and first aid knowledge healthy nutrition healthy life and regular sport rutine social ability level and levelof students expectations inthe physical education classes from the beginning ofthe first class inthe primary education.This research is inthe form of the survey method and it consists of 91446students who has studied inthe 751high school institutions in the 2014-2015educational period inthe European sideof Istanbul as awhole.The sample group of this study is formed by 718twelfth class students inthe 30high school institutions in 3different kinds of educational institutions in 10county.In collecting datas, the scale ofthe expectancy level inthe Physical Education lessons which hasbeen developed by the reseacher, hasbeen made use of.The improved scale consists of three sections. Inthe first section there are nine articles about personal information. Inthe second section, there are 41 articles which evaluate the expectany ofthe highschool students about the physical education class.Obtained data was analised by SPSS 17 packaged software by using computer platform. In order to define the general distribution characteristics of datas frequency and percentage distributions were used and the average value ofthe opinions about the expressions at the scale were given.When the expectancy level inthe Physical Education lessons of the students who joined this investigation was examined and the general expectancy levels, socialisation levels at the subdimention, doing regular exercise at the subdimention, the knowledge level ofgame rules at the subdimention were detected as medium degree.

The expectancy meeting levels at the subdimension of fairplay behaviors were detected as good level. Subdimension of nutrition knowledge, first aid knowledge at the subdimensional level inthe sport injuries and at the meeting the expectations level dimension the expectations were met in a low level.

PB520

FUTBOL OYNAYAN İLKÖĞRETİM ÖĞRENCİLERİNİN FARKINDALIK DÜZEYLERİNİN BAZI DEĞİŞKENLER ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

***[1]Remzi EŞKİL*, [2]Kezban GÜLŞEN EŞKİL, [3]F. Filiz ÇOLAKOĞLU, [3]Tekin ÇOLAKOĞLU**

[1]Özkent Akbilek Ortaokulu ANKARA
[2]Süleyman Demirel Anadolu Lisesi
[3]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi ANKARA

***Email :** remzi_besyo@hotmail.com, kezban-gulsen@hotmail.com, fcolakoglu@gmail.com,*

Bu çalışmanın amacı futbol oynayan ilköğretim öğrencilerinin farkındalık düzeylerinin bazı değişkenler arasındaki ilişkinin incelenmesi ve değerlendirilmesidir. Araştırma evrenini TFF'nin 2011 yılında uyguladığı "Futbol Köyü Projesi" ne katılan 12–13 yaş grubu toplam 320 (kız=160, erkek=160) ilköğretim öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmamın örneklem grubunu Türkiye Futbol Federasyonu'nun 2011 yılında uyguladığı Futbol Köyü projesine katılan 148 kız ve 150 erkek öğrenciden oluşmaktadır. Toplam 35 maddeden oluşan ölçme aracı ile toplanan veriler bilgisayar ortamında SPSS 17 paket programı ile analiz edilmiştir. Analizlerde problem cümlesine cevap bulabilecek şekilde korelasyona bakılmıştır. Ayrıca bağımsız değişkenler için frekans ve % hesaplamaları yapılmıştır. Bu çalışmada hata düzeyi 0,05 ve 0,01ve olarak alınmıştır. Bu çalışmanın sonucunda ailede spor yapan var mı değişkenini incelediğimizde bilişsel ve genel farkındalık düzeylerinde anlamlılık bulunurken duyuşsal ve devinişsel farkındalık düzeylerinde anlamlı farklılık bulunamamıştır. Bununla birlikte bilişsel, duyuşsal, devinişsel ve genel farkındalık düzeylerinde negatif yönde çok zayıf ilişki bulunmuştur. Ailede futbolla ilgilenen var mı değişkenini incelediğimizde bilişsel farkındalık düzeyinde anlamlılık bulunurken duyuşsal, devinişsel ve genel farkındalık düzeylerinde anlamlılık bulunamamıştır. Bilişsel, duyuşsal, devinişsel ve genel farkındalık düzeylerinde ise negatif yönde çok zayıf ilişki bulunmuştur. • Bu çalışma gazi üniversitesi eğitim bilimleri enstitüsünde 2012 yılında yüksek lisans tezi olarak yayınlanmıştır.

EXAMINING THE RELATIONSHIP BETWEEN THEN AWARENESS LEVELS OF THE ELEMENTARY STUDENTS PLAYING FOOTBALL AND SEVERAL VARIABLES

The aim of this study is to examine and evaluate the relationship between several variables and the awareness levels of the elementary students playing football. The population of the study consists of total 320 elementary students (160 male, 160 female) between the ages of 12 and 13 who took part in the project named "Football Village Project" carried out by Turkish Football Federation in 2011. The sample group of the study consists of 148 female and 150 male elementary who took part in the project named "Football Village Project" carried out by Turkish Football Federation in 2011. The data collected by the assessment instrument consisting of 35 items have been analyzed with SPSS 17 package software in computer. The correlation by means finding a response to the problem statement has been taken into consideration in analysis. Moreover, frequency and percentage count has been made for independent variables. The error performance in this study has been taken as 0,054 and 0,01. At the end of this study, considering "is there anybody doing sports in the family" variable, while it has been found that there is significance at the cognitive and general awareness levels, no significance has been found at affective and psychomotor awareness levels. There has been a negatively very poor relationship at cognitive, affective, psychomotor and general awareness levels.

Considering "Is there anybody interested in football in the family?" variable, there has been significance at cognitive, awareness level but no significance has been found at psychomotor and general awareness levels. Negatively very poor relationship has been found at cognitive, affective, psychomotor and general awareness levels. • This study has been published as the master thesis in 2012 at Gazi University, Institute of Education Sciences.

PB526

ERGENLERİN SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGILARININ BEDEN EĞİTİMİ DERSİNE YÖNELİK SÜREKLİ KAYGI DÜZEYLERİ ÜZERİNDEKİ ETKİSİ

[1]MEHMET İNAN, [2]SEVDA AKBULUT İNAN, [3]YAPRAK KALEMOĞLU VAROL, [3]FİLİZ FATMA ÇOLAKOĞLU, [3]TEKİN ÇOLAKOĞLU

[1]Niğde Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Mezunu, Niğde-Türkiye
[2]Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Öğrencisi, Ankara-Türkiye
[3]gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara-Türkiye

Email : *mehmet.inannn@gmail.com, sevdaakbulut@gmail.com, yaprak81@gmail.com, fcolakoglu@gmail.com, tcolakoglu@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Bedensel açıdan kendilerinde meydana gelen değişikliklere karşı aşırı duyarlık gösterilen ergenlik döneminde bireyler bedenlerinin yapısı ve görünüşü ile ilgili kaygılar taşıyabilmektedir. Çalışmada, ergenliğin ilk yılları olan ortaokul ve devamında lise öğrencilerinde görülebilecek sosyal görünüş kaygılarının, beden eğitimi dersine yönelik sürekli bir kaygı durumu geliştirmedeki etkisinin araştırılması amaçlanmıştır. Yöntem: Çalışmada ilişkisel araştırma modeli kullanılmıştır. Çalışma grubunu, Ankara ilinde çeşitli ortaokul (Myaş= 11.99, SD=1.06) ve liselerde (Myaş= 15.55, SD=.82) öğrenim gören 161 (%57.5) kız, 119 (%42.5) erkek olmak üzere, toplam 280 öğrenci oluşturmuştur. Verilerin analizinden önce dağılımına bakılmış ve analizlerde yüzde, frekans ve aritmetik ortalama gibi betimsel istatistiklerin yanında ile Korelasyon ve Regresyon analizi gibi çıkarımsal istatistikler kullanılmıştır. Bulgular: Hem ortaokul hem de lise öğrencilerinin beden eğitimi dersine yönelik sürekli kaygı düzeylerinin (Msürekli-ort=38.43, Ss=14.83, Msürekli-lise=42.79, Ss=18.02) ve sosyal görünüş kaygılarının (Msosyal-ort=36.39, Ss=13.44, Msosyal-lise=36.47, Ss=13.83) orta düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca, yine hem ortaokul (r=.496; p<.01) hem de lise öğrencilerinin (r=.293; p<.01) beden eğitimi dersine yönelik sürekli kaygı düzeyleri ile sosyal görünüş kaygıları arasında orta düzeyde ve pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur. Ortaokul öğrencilerinde sosyal görünüş kaygısının beden eğitimi dersine yönelik sürekli kaygı üzerinde orta düzeyde (R2=.24, F=49.22, p<.01) bir etki büyüklüğüne, lise öğrencilerinde ise düşük düzeyde (R2=.08, F=11.71, p<.01) bir etki büyüklüğüne sahip olduğu tespit edilmiştir. Sonuç: Ortaokul öğrencilerinde sosyal görünüş kaygısının beden eğitimi dersine yönelik sürekli kaygı üzerinde orta düzeyde, lise öğrencilerinde ise düşük düzeyde bir etki büyüklüğüne sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

A STUDY ON IMPACT OF SOCİAL APPEARANCE ANXİETY İN ADOLESCENCE ON LEVELS OF CONSTANT ANXİETY ABOUT PHYSİCAL TRAİNİNG CLASSES

Introduction & Purpose Statement:Individuals may feel anxious about the constitution and image of their bodies especially during adolescence, a period marked with intense bodily growth and steadfast changes in physical appearance and personal oversensitivity developed there against. This study intends to investigate the impact of social appearance anxiety that may be encountered in high school students during their junior and subsequently, senior high school education, to the extent covering the initial period of adolescence, on development of a permanent, acute sensation of anxiety about physical training classes. Method:This study is based on relational screening model. The study group was formed with a total of 280 participants undergoing education at junior(Myears= 11.99,SD=1.06) and senior(Myears= 15.55,SD=.82) sections of various high schools in the city of Ankara, comprising 161(57.5%) female and 119(42.5%) male students. Reference was made to baseline distribution of data before proceeding with their analysis, which employed such descriptive statistics as percentage, frequency and arithmetic mean, along with such inferential statistics as Correlation and Regression analyses. Results:Both the levels of permanent anxiety about the physical training class(Mpermanent-junior=38.43,Ss=14.83,Mpermanent- senior=42.79,Ss=18.02) and of social appearance anxiety(Msocial-junior=36.39,Ss=13.44,Msocial-senior=36.47,Ss=13.83) were assessed to be medium for both junior and senior high school students.

Furthermore, a positive relation was found to exist at medium level between the permanent anxiety levels against physical training class and social anxiety levels in both junior(r=.496;p<.01) and senior(r=.293;p<.01) high school students. The social appearance anxiety was found to have an impact of medium magnitude(R2=.24,F=49.22, p<.01) on permanent avoidance and distress about the physical training class in younger participants, comparable to the lower impact magnitude(R2=.24,F=49.22,p<.01) achieved with the older ones. Conclusion:It was concluded that the social appearance anxiety observed in junior high school students had a medium impact on permanent anxiety about the physical training class, which this impact was much lower in magnitude, for senior high school attendants.

PB527

BİLSEM İLE ORTAOKULDA ÖĞRENİM GÖREN ÖĞRENCİLERİN SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGILARI İLE BEDEN EĞİTİMİ DERSİNE YÖNELİK TUTUM VE SÜREKLİ KAYGI DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN KARŞILAŞTIRMALI İNCELENMESİ

[1]SEVDA AKBULUT İNAN, [2]MEHMET İNAN, [3]YAPRAK KALEMOĞLU VAROL, [3]FİLİZ FATMA ÇOLAKOĞLU, [3]TEKİN ÇOLAKOĞLU

[1]Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Öğrencisi, Ankara-Türkiye
[2]Niğde Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Mezunu, Niğde-Türkiye
[3]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara-Türkiye

Email : *sevdaakbulut@gmail.com, mehmet.inannn@gmail.com, yaprak81@gmail.com, fcolakoglu@gmail.com, tcolakoglu@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Beden eğitimi dersinin ilk amacının öğrencilerde pozitif tutumlar geliştirmek ve hayat boyu fiziksel aktivitelerinin yükseltilmesine katkıda bulunmak olduğu göz önüne alındığında, derse ilişkin geliştirilen olumlu tutumlar dersin verimli işlenmesi ve amacına ulaşması açısından önemlidir. Buradan hareketle çalışmada BİLSEM ile çeşitli ortaokullarda öğrenim gören öğrencilerin sosyal görünüş kaygıları ile beden eğitimi dersine yönelik tutum ve sürekli kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin karşılaştırmalı olarak incelenmesi amaçlanmıştır. Yöntem: Çalışmada ilişkisel araştırma modeli kullanılmıştır. Çalışma grubunu, Ankara ilinde BİLSEM (Myaş= 11.54, SD=.96) ve çeşitli ortaokullarda (Myaş= 12.17, SD=1.23) öğrenim gören 36 (%48.6) kız, 38 (%51.4) erkek olmak üzere, toplam 74 öğrenci oluşturmuştur. Verilerin analizinden önce dağılımına bakılmış ve analizlerde yüzde, frekans ve aritmetik ortalama gibi betimsel istatistiklerin yanında ile Korelasyon analizi gibi çıkarımsal istatistikler kullanılmıştır. Bulgular: BİLSEM öğrencilerinin beden eğitimi dersine yönelik tutumlarının (M=57.45, Ss=12.50)yüksek, derse yönelik sürekli kaygı düzeylerinin (M=29.50, Ss=10.64)ve sosyal görünüş kaygılarının (M=31.00, Ss=14.70)düşük düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Ortaokul öğrencilerinde ise derse yönelik tutumlarının(M=60.78, Ss=8.95) çok yüksek, sürekli kaygı düzeyleri (M=42.94, Ss=15.21)ve sosyal görünüş kaygılarının(M=35.15, Ss=13.45) orta düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca BİLSEM'de öğrenim gören öğrencilerin beden eğitimi dersine yönelik sürekli kaygı düzeyleri ile sosyal görünüş kaygıları arasında orta düzeyde ve pozitif yönde ilişki bulunmuştur (r=.500; p<.05). Sonuç: BİLSEM'de öğrenim gören öğrencilerinin sosyal görünüş kaygıları arttıkça, derse yönelik sürekli kaygı düzeylerinin de arttığı tespit edilmiştir.

A COMPARATİVE ANALYSIS OF THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL APPEARANCE ANXIETY AND ATTITUDES AND LEVELS OF PERMANENT ANXİETY ABOUT PHYSICAL TRAINING CLASSES IN STUDENTS OF JUNIOR HIGH SCHOOLS AND SCIENCE & ART CENTRES

Introduction & Purpose Statement: Given the fact that it is the first and foremost objective with the physical training classes and the exercises covered to help develop positive attitudes among pupils and thereby contribute to improvement of physical activities in a life-long perspective, positive attitudes seeded and grown in the student for a particular course or class is of crucial importance in obtaining a better class performance and thereby, achievement of the preset learning goals. Moving from this point forward, the present study intends to investigate, through a comparative analysis, the relationship between the social appearance anxiety and attitudes and levels of permanent anxiety about physical training classes in students of junior high schools and at science and art centres. Method: This study is based on relational screening model. The study group was formed with a total of 74 participants undergoing education at junior high schools(Myears=11.54,SD=.96) and science and art centres(Myears=12.17,SD=1.23) in the city of Ankara, comprising 36(48.6%) female and 38(51.4%) male students. Reference was made to baseline distribution of data before proceeding with their analysis, which employed such descriptive statistics as percentage, frequency and arithmetic mean, along with such inferential statistics as Correlation and Regression analyses.

Results: The attitudes of Science and Art Centre trainees were found to be high(M=57.45,Ss=12.50) against the physical training class, while their permanent anxiet (M=29.50,Ss=10.64) and social appearance anxiety levels retained a low level. Otherwise, the class attitudes of junior high school students were determined to be very high(M=60.78,Ss=8.95), while their class-related permanent anxiety(M=42.94,Ss=15.21) and social appearance anxiety levels(M=35.15,Ss=13.45) were assessed medium. Conclusion: In conclusion of this study, an increase in permanent physical training class related anxiety levels of the trainees undergoing education at Science & Art Centres was noted in parallelism with a rise in their social appearance anxiety levels.

PB733

BEDEN EĞİTİMİ VE SPORDA PERSPEKTİF ALMA AKTİVİTELERİNİN LİSE ÖĞRENCİLERİNDE BAKIŞ AÇISI ALMA BECERİLERİNE ETKİSİ

***[1]Merve Işıkcı*, [1]Merve IŞIKCI, [1]Gülfem Sezen BALÇIKANLI**

[1]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

Email : *isikcimerve@gmail.com, isikcimerve@gmail.com, gulfems@hotmail*

BEDEN EĞİTİMİ VE SPORDA PERSPEKTİF ALMA AKTİVİTELERİNİN LİSE ÖĞRENCİLERİNDE BAKIŞ AÇISI ALMA BECERİLERİNE ETKİSİ*

*Yüksek Lisans tezinden üretilmiştir.

Özet

Giriş ve Amaç Çalışmanın amacı, beden eğitimi ve sporda perspektif alma aktivitelerinin lise öğrencilerinin bakış açısı alma becerilerine etkisini incelemektir. Bu doğrultuda, Araştırmacılar tarafından sporda Perspektif Alma Eğitim Programı oluşturulmuş ve bu program araştırmacı tarafından öğrencilere 10 hafta boyunca beden eğitimi derslerinde uygulanmıştır.

Yöntem**:** Araştırma grubunu, 2017-2018 eğitim öğretim yılında Cihanbeyli/Konya da bir Anadolu Lisesi'nde 9. sınıfta okuyan 22 öğrenciden oluşturmaktadır. Araştırmada deneysel desen kullanılmıştır. Bakış açısı alma beceri düzeyi Davis (1983) tarafından geliştirilen ve Türkçeye uyarlaması Engeler (2005) tarafından yapılan Kişilerarası Tepkisellik İndeksi'nin "perspektif alma boyutu" ile ölçülmüştür. Araştırmada Wilcoxon Testi ve Mann Whitney U Testi kullanılmıştır.

Bulgular ve Sonuç**:** Elde edilen bulgulara göre; eğitim sonrası perspektif alma puanının, eğitim öncesi perspektif alma puanına göre anlamlı derecede yüksek olduğu görülmektedir. Perspektif alma ön test-son test puanları bakımından cinsiyetler arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamaktadır ($p>0,05$). Sonuç olarak beden eğitimi ve spor derslerinde uygulanacak perspektif alma aktivitelerinin, öğrencilere bakış açısı alma becerisi kazandırdığını söylemek mümkündür. Perspektif alma aktivitelerinin, öğrencilerin olaylara karşısındakinin bakış açısından bakabilme becerisi sağlayacağı ve bu bağlamda akran zorbalığı, arkadaşlarına yönelik fiziksel ya da psikolojik şiddet, antissosyal davranışlar gibi olumsuz davranış özelliklerini en aza indirmek konusunda katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

PB764

SPOR LİSESİ ÖĞRENCİLERİNİN SPORCU KİMLİĞİ ALGILARININ ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ

***[1]Okan AKGÜL*, [2]Ayşe Dilşad MİRZEOĞLU**

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

***Email :** okanakgul357@icloud.com, dilsadmirzeoglu@sakarya.edu.tr*

Temel amacı yarışma ve mücadele etme olan spora katılımın bireyin yaşamında çok önemli kazanımlar elde etmesini sağlamada önemli bir unsur olduğu söylenebilir. Bu kazanımlar sadece fiziksel ve devinişsel alanla ilgili olmayıp, farklı gelişim alanları için de geçerlidir.

Yapılan araştırmalarda, sportif katılımlar kişilerin psikolojik ve bedensel olarak kendini iyi hissetme halinin oluşumunu sağlamanın yanı sıra, sportif karakterlerinin de oluşmasında yardımcı olduğu belirlenmiştir. Bu bağlamda, bu araştırma spor lisesinde okuyan öğrencilerin sporcu kimlik algılarını belirleyerek, bu algılarını farklı değişkenlere göre karşılaştırmak amacı ile yapılmıştır.

Araştırmaya İstanbul ve Sakarya ilinde bulunan spor liselerinde okuyan 33 kız, 118 erkek toplam 151 öğrenci katılmıştır. Araştırmada veri elde etmek için Türkçe 'ye uyarlaması Öztürk ve Koca (2013) tarafından yapılan "Sporcu Kimliği Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin çözümlenmesinde Mann Whitney U ve Kruskal Wallis H testleri kullanılmıştır.

Araştırmada anlamlılık düzeyi 0.05 olarak belirlenmiştir. Araştırma bulgularına göre çalışmaya katılan öğrencilerin sporcu kimlik algı düzeyleri yüksek bulunurken, sporcu kimliği algılarında cinsiyet, sınıf düzeyi, yaptıkları spor türü, spor yapma yılı, milli sporcu olma durumu, anne eğitim düzeyi, baba eğitim düzeyi ve ailede sporcuya sahip olma durumu değişkenlerine göre anlamı farklılık olmadığı belirlenmiştir. Bu sonuca göre, spor liselerinde okuyan öğrencilerin sporcu kimliğine sahip oldukları söylenebilir.

Anahtar kelimeler: Sporcu Kimliği, Spor Lisesi, Algı

EXAMİNATION OF SPORTSMAN IDENTITY PERCEPTİONS OF SPORTS HİGH SCHOOL STUDENTS ACCORDING TO VARİOUS VARİABLES

It can be said that participation in the main purpose competition and fighting spore is an important factor in achieving very important gains in the life of the individual. These gains are not only related to the physical and mental domain, but also to the different areas of development.

In the researches carried out, it has been determined that sporty participation helps the formation of the psychological and physical well-being of the people, as well as the formation of sportive characters. In this context this research is aimed to determine the athlete identity perceptions of the students who read sports, sports and compare these perceptions with different variables.

A total of 151 students (33 girls, 118 boys) participated in the research in the sports high scools in Istanbul and Sakarya provinces. In the order to obtain data in the survey the " Sportsman Identity Scale" was used by Öztürk and Koca (2013) to adapt to Turkish. Mann Whitney U and Kruskal Wallis H tests were used to analyze the data. Significance level in the study was determined as 0.05.

According to the findings of the research, it was found that the students who participated in the study had a high level of perception of athletic identity, while the athlete identity perceptions had meaning according to gender, class level sport type, sporting year, national athlete status, mother education level, it is determined that there is no difference. According to the result, it can b e said that the students who study in sports high schools have the atletic identity.

Key words: Sportsman Identity, Sports High School, Perception

PB875

LİSE ÖĞRENCİLERİNİN BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR DERSİNE KARŞI İLGİ VE TUTUMLARININ İNCELENMESİ (SİİRT ÖRNEĞİ)

[1]Varol TUTAL, [1]Mehmet EFE, [2]Samet Gökmen AKINAY

[1]Siirt Üniversitesi BESYO SİİRT
[2]Siirt İl Özel İdare SİİRT

Email : *v.tutal@hotmail.com, mehmetefe18hotmail.com, samo56@hotmail.com*

Giriş ve Amaç: araştırmada ortaöğretim öğrencilerinin Beden Eğitimi ve Spor dersine ilişkin tutumlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya Siirt ili merkezde bulunan ortaöğretim okullarında öğrenim gören öğrencilerden 225 kız öğrenci ve 342 erkek öğrenci katılmıştır. Yöntem: Veriler, sosyo-demografik özelliklerini belirleyen 8 soruluk anket formu Güllü ve Güçlü (2009) tarafından geliştirilen "Ortaöğretim öğrencileri için beden eğitimi dersi tutum ölçeği" kullanılmıştır Araştırma verilerine Kolmogorov-Smirnov testi uygulanmış ve bu test sonucunda değişkenlerin normal dağılım göstermedikleri görülmüştür. Bu nedenle araştırmada ikili karşılaştırmalar için Mann-Whitney U ve İkiden çok karşılaştırmalar için Kruskal Wallis testi kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyi olarak α=0,05 belirlenmiştir. Bulgular ve Sonuç: Yapılan istatistikler neticesinde lise öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine karşı tutumlarının olumlu olduğu görülmüş ve cinsiyet, sınıf, okul türleri ve ebeveynlerin eğitim durumları ve lisanslı ve aktif spor yapama değişkenleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklar bulunmuştur($p<0.05$) Anahtar Kelimeler: Lise Öğrencileri, Beden Eğitimi ve Spor, Tutum

THE RESEARCH OF THE HIGH SCHOOL STUDENTS ATTİTUDE TOWARDS PHYSİCAL EDUCATİON AND SPORTS LESSON (SİİRT EXAMPLE)

The introduction and aim: The aim of this research is to research the attitude of the high schoolstudents with respectof some variables in Siirt It conssisted of 225 girls and 342 boys. The method: The data was obtained by a 8 questioned questionnaire developed by Güllü and Güçlü (2009) A physical education scale was used for it. Kolmogorov- Smirnov test was applied. It was found that the variables didn't Show a normal stuation. Kruskal Wallis test was appliedand the point was found as (a:0,05) The Conclusion: It was cocluded the students showeda posirltive attitude towards in terms of statistics. Some differences were found gender, class, the school types, the students who are integrated in sports and interested in sports actively, the educational status of the parents. Key words: High School students, Physical Education and Sports, Attitude

EGZERSİZ VE SPOR FİZYOLOJİSİ / EXERCISE AND SPORTS PHYSIOLOGY

PB87

SEDANTER ERKEKLERDE MAKSİMAL KUVVET ANTREMANI ORTALAMA TROMBOSİT HACMİ VE NÖTROFİL/LENFOSİT ORANINI ARTIRMAKTADIR

***[1]Raşit Korkmaz*, [1]Yalçın Kaya**

[1]Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsi, Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı, Konya

Email : *rakorkmaz_42@hotmail.com, Ykaya@selcuk.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Dirençli egzersiz sırasında ve sonrasında bazı hematolojilk değişikliler olmaktadır. Son yıllarda nötrofil/lenfosit oranı (NLO) ve trombosit/lenfosit oranı (TLO) sistemik inflamasyonun bir göstergesi olabileceği, birçok kardiyovasküler hastalık ve mortalite açısından bağımsız bir risk prediktörü olduğu gösterilmiştir. Trombositlerin aktivitesinin artması aterotromboslerotik hastalıkların gelişimi açısından risk faktörüdür. Trombosit aktivasyonunu ölçmek için en yaygın kullanılan ve en kolay ölçülen parametreler ortalama trombosit hacmi (OTH) ve trombosit dağılım aralığı (TDA)'dir. Bu çalışmada sedanter erkeklerde 8 haftalık maksimal ağırlık antrenmanın nötrofil, lenfosit, lökosit, NLO, TLO, OTH ve TDA üzerindeki etkilerini değerlendirmeyi amaçladık.

Yöntem: Çalışmaya 25-40 yaş arasında en az 5 yıldır egzersiz yapmayan 20 gönüllü katılımcı alındı. Antrenmana başlamadan 1 hafta önce tüm katılımcıların maximal kuvvetlerini belirlemek için 10 tekrar yöntemi kullanıldı. Katılımcıların maksimal kuvvetleri esas alınarak piramidal (artan) antrenman metodu ile antrenman programları belirlendi. Tüm katılımcılardan antrenmana başlamadan önce ve 8 hafa sonunda hemogram çalışmak için kan alındı. Tam kan sayımı flow sitometrik yöntemle hematoloji analizöründe ölçüldü.

Bulgular:Çalışmaya 20 sedanter erkek alındı. Bu katılımcıların vücut ağırlığı ortalaması 80.8±10.56 kg, boy: 1.78±0.07 m, VKI=24.5±6.55 kg/m2 olarak ölçüldü. Tablo 1 de laboratuvar sonuçları verilmiştir. Antrenman sonrasında nötrofil sayısı, OTH ve NLO anlamlı olarak arttı (sırasıyla, p=0.001, p=0.038 ve p=0.043).

Tartışma ve Sonuç:Bu çalışma ile maksimal ağırlık antrenmanın kardiyovasküler riski gösteren OTH ve sistemik inflamasyonu gösteren NLO'nu artırdığı saptanmıştır.

MAXIMAL STRENGTH TRANING INCREASES MEAN PLATELET VOLUME AND NEUTROPHIL / LYMPHOCYTE RATIO IN SEDANTER MEN

Introduction and Objective: There are some hematologic changes after and during resistive exercise. In recent years it has been shown that neutrophil / lymphocyte ratio (NLR) and platelet / lymphocyte ratio (PLR) are indicators of systemic inflammation and are independent risk predictors for many cardiovascular diseases and mortality. Increased activity of platelets is a risk factor for the development of atherothromboslerotic diseases.The most commonly used and easiest measured parameters for measuring platelet activation are the mean platelet volume (MPV) and platelet distribution width (PDW). In this study, we aimed to evaluate the effect of 8 week maximal weight training on neutrophil, lymphocyte, leukocyte, NLR, PLR, MPV and PDW in sedanter men.

Methods: Twenty volunteers who did not exercise for at least 5 years between the ages of 25-40 were included in the study. One week before starting the training, 10 repetition methods were used to determine the maximal forces of all participants. Based on the maximal forces of the participants, training programs were identified by pyramidal (incremental) training method. Blood was drawn from all participants before the training started and at the end of 8 weeks to study the hemogram. Complete blood count was measured in a hematology analyzer by flow cytometry.

Results: Twenty sedentary men were included in the study. The body weight means of these participants were 80.8 ± 10.56 kg, height: 1.78 ± 0.07 m, and BMI of 24.5 ± 6.55 kg/m2. Laboratory results were given in Table 1. After training, the number of neutrophils, MPV and NLR increased significantly ($p = 0.001$, $p = 0.038$ and $p = 0.043$, respectively).

Discussion and Conclusion: This study demonstrated that maximal weight training increased MPW which showed the risk of cardiovascular risk, and NLO, which is indicative of systemic inflammation.

PB166

MİLLİ KAYAKLI KOŞUCULARDA SİTOKROM P450 2C9 (CYP2C9) RS1799853 VE RS1057910 POLİMORFİZMLERİNİN DAĞILIMI

***[1]İpek Yüksel*, [1]Sezgin Kapıcı, [2]Ömer Kaynar, [1]Nazlı Can Kavas, [1]Canan Sercan, [3]Başak Funda Eken, [3]Korkut Ulucan**

[1]Üsküdar Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Moleküler Biyoloji Ve Genetik, İstanbul, Türkiye
[2]Muş Alparslan Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Muş, Türkiye
[3]Marmara Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi, Temel Tıp Bilimleri, Tıbbi Biyoloji Ve Genetik, Istanbul, Türkiye

***Email :** ippekyuksel@gmail.com, sezginkapici@gmail.com, omer.kaynar4949@gmail.com, nazlicankavas@gmail.com, canan.sercan@uskudar.edu.tr, accountexit@hotmail.com, korkutulucan@hotmail.com*

GİRİŞ: Atletik performans, sporcuların dinamik ve statik duruşu, gücü, kardiyovasküler dayanıklılığı, çevikliği ve hız kapasiteleri göz önüne alınarak geliştirilebilecek bir çalışma sistemidir. Genetik özellikler ve çevresel faktörlerin atletik performans üzerinde etkili olduğu bilinmektedir. Atletik performans üzerine yapılan güncel araştırmalar, insanların performansına önemli bir katkıda bulunan genetik varyantlara odaklanmaktadır. Spor genetiği çalışmaları, atletik performansı etkileyen bazı genlerin metabolizmasını tanımlamakta, çalışma prensiplerini ve etki alanlarını belirlemektedir. Bu çalışmada, kayakçılar arasında, atletik performansı etkilediği bilinen CYP2C9*2 (rs1799853) ve CYP2C9*3 (rs1057910) polimorfizmlerinin dağılımını belirlemeyi amaçladık.

MATERYAL-METOT: Çalışma 19 kayakçının katılımıyla tamamlanmış ve her kayakçı onam formlarını imzalamıştır. Toplanan kan örneklerinden DNA izolasyonu için, Invitrogen ticari kiti (Van AllenWay, Carlsbad, CA, ABD) kullanılmıştır. CYP2C9*2 ve CYP2C9*3 genotiplemeleri, gerçek zamanlı polimeraz zincir reaksiyonu (qPCR) protokolü kullanılarak gerçekleştirilmiştir.

BULGULAR: CYP2C9 rs1799853 polimorfizmi incelendiğinde, 19 kayakçıdan 12' sinde (%63.2) CC, 5' inde (%26.3) CT ve 2' sinde (%10.5) TT genotipi olduğu görülmüştür. Allel dağılımları %76.3 C ve % 23.7 T olarak belirlenmiştir. CYP2C9 rs1057910 polimorfizmi için AA genotipinde 17 (%89.5) ve AC genotipinde 2 (%10.5) kayakçıya rastlanmıştır. Bu polimorfizmde CC genotipine sahip kayakçı görülmemiştir. G ve C allelleri için allel dağılımları sırasıyla %94.7 ve %5.3 şeklindedir.

TARTIŞMA: CYP2C9*2 (rs1799853) polimorfizmi için CC genotipi ve C alelli, CYP2C9*3 (rs1057910) polimorfizmi için ise AA genotipi ve A alleli kohortta daha baskındır. CYP2C9 genindeki polimorfizmlerin sporcu olmayı hedefleyen bireyler için branş seçimini desteklemekte önemli olabileceğini düşünmekteyiz.

DISTRIBUTION OF CYTOCHROME P450 2C9 (CYP2C9*2) RS1799853 AND RS1057910 POLYMORPHISMS IN NATIONAL RUNNING SKIERS

INTRODUCTION: Athletic performance is a working system that can be improved by considering the athletes' dynamic and static posture, strength, cardiovascular endurance, agility and speed capacities. It is known that genetic features and environmental factors are influential on athletic performance. Current research on athletic performance focuses on genetic variants that make a significant contribution to people's performance. Sports genetics studies describe the metabolism of some genes that affect athletic performance, and determine their working principles and domains. In this study, we aimed to determine the distribution of CYP2C9*2 (rs1799853) and CYP2C9*3 (rs1057910) polymorphisms, which are known to affect the athletic performance, among the National Skiers.

MATERIALS-METHODS: The study was conducted with the participation of 19 skiers and each skier signed the consent forms. DNA isolation from the collected blood samples was performed with the commercial kit of Invitrogen (Van AllenWay, Carlsbad, CA, USA). CYP2C9 * 2 and CYP2C9 * 3 genotyping were performed using the real-time polymerase chain reaction (qPCR) protocol.

RESULTS: When CYP2C9*2 (rs1799853) polymorphism was examined, it was observed that 12 of the 19 skiers (63.2%) had CC genotype, 5 of them (26.3%) had CT and 2 of them (10.5%) had TT genotype. Allele distributions were determined as 76.3% C allele and 23.7% T allele. For the CYP2C9*3 (rs1057910(c)) polymorphism, 17 (89.5%) were found in the AA genotype and 2 (10.5%) in the AC genotype. No skier with CC genotype was found in this polymorphism. Allel distributions were 94.7% G and 5.3% C, respectively.

DISCUSSION: CC genotype and C allele for CYP2C9 * 2 (rs1799853) polymorphism and AA genotype and A allele for CYP2C9 * 3 (rs1057910 (c)) polymorphism are more dominant in our cohort compared to others. We think that polymorphisms in the CYP2C9 gene may be important in terms of branch selection in individuals targeting to be athletes.

PB283

ELİT SPORCULARDA TEKRARLI KAFA TRAVMASININN NÖROTROFİK FAKTÖRLERE VE ALGIYA ETKİSİ

***[1]Fatma Arık*, [1]Nilsel Okudan, [1]Muaz Belviranlı**

[1]Selçuk Üniversitesi Tıp Fakültesi, Konya

Email : *erdemarik10@gmail.com, nokudan@selcuk.edu.tr, mbelviranli@selcuk.edu.tr*

Amaç: Kickboks, son yıllarda popülerlik kazanan geleneksel olmayan bir egzersiz şeklidir. Kickboksta müsabakalar esnasında sporcuların özellikle baş, boyun ve karın bölgelerine sert darbeler almaları ciddi yaralanmalara neden olmakta; kısa ve uzun vadede sporcu sağlığını olumsuz etkilemektedir. Boks ve kickboks gibi tam temaslı dövüş sporlarında travmatik beyin hasarı sık görülmektedir. Çalışmamızda sürekli kafa travmasına maruz kalan elit kickboksçularda nörotrofik faktörler ve bunların algıya olan etkisini belirlemeyi amaçladık.

Yöntem: Çalışma için Selçuk Üniversitesi Tıp Fakültesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan 03/01/2018 tarih ve 2018/3 karar numarası ile onay alınmıştır. Bu çalışmaya 15-25 aralığındaki 15 kickboksçu 15 sağlıklı sedanter erkek gönüllü alındı. Sporcular düzenli müsabakalara katılan elit kickboksçulardan seçildi. Bilişsel fonksiyonlarını değerlendirmek için Mini Mental Durum Testi tüm katılımcılara aynı saatlerde sessiz bir ortamda tek tek uygulandı.Tüm katılımcılardan alınan açlık kan örneklerinde BDNF, Katepsin B ve S100B düzeyleri ölçüldü.

Bulgular: Kickboksçularda sedanterlere göre S100B ve serum BDNF değerleri istatistiksel olarak anlamlı şekilde yüksekti (sırasıyla p=0,037 p=0,010). Katepsin B değerlerinde iki grup arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktu. Mini mental test değerlerinde iki grup arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktu.

Sonuç: Tekrarlayan kafa travmalarına maruz kalan Kickboksçularda S100B'nin yüksek bulunması, acillerde kafa travması düşünülen olgularda S100B'nin bir belirteç olarak kullanılabileceğini öngörebilir. Kickboks sporu tekrarlı nöron hasarı sebebiyle BDNF seviyelerini artırabilir.

THE EFFECTS OF REPEATED HEAD TRAUMA ON NEUROTROPHIC FACTORS AND PERCEPTION IN ELITE ATHLETES

Objective: Kickboxing is a non-traditional exercise type and has become popular in recent times. Athletes in kickboxing competitions have to take hard bows to the ears, head and neck areas, causing serious media; short and long walks are adversely affected by athletes' health. During competition in kicboxing, to hard the blow in especially head, neck and abdominal is caused serious injury and athletes and is affected adversely from this situaiton in short and long time. Traumatic brain injury is seen common in full contact fighting sports such as boxing and kickboxing. We aimed to determine the neurotrophic factors and their the effect on perception in elite kickboxers who exposed continuous head trauma.

Method: The study was approved by Selcuk University Medical Faculty Non-Interventional Clinical Trials Ethics Committee by number of 03/01/2018 and dated of 2018/3. 15 kickboxers and 15 healthy sedentary male from of 15 to 25 ages were included in this study. Athletes were selected from elite kickboxers at regularly competitions. To assess cognitive functions, the Mini- Mental State Examination has been applied to all participants in a quiet room at same time to one by one, BDNF, Cathepsin B and S100B levels were measured from fasting blood samples taken on an from the all participants.

Results: There was significant difference between Kickboxers in terms of S100B and serum BDNF values (p=0,037 p=0,010 respectively). There was no significant difference between two groups in cathepsin B values. There was no significant difference between the two groups in the Mini mental test values.

Conclusion: The high presence of S100B in kickboxers exposed to recurrent head trauma may suggest that S100B may be used as a marker in cases of head trauma in the acute situation. Kickboxing may increase BDNF levels because of repetitive neuron damage.

PB347

YÜRÜME ENERJİ TÜKETİMİNİ ETKİLEYEN İKİ ÖNEMLİ FAKTÖR: HIZ VE HABİTÜASYON SÜRESİ

[1]Uğur DAL, [1]Berrin MARAŞLIGİL, [1]Zeynep ALTINKAYA, [1]Merve TÜRKEGÜN

[1]Mersin Üniversitesi Tıp Fakültesi, MERSİN

Email : *drugurdal@gmail.com, berrinmarasligil@yahoo.com, zeynepaltinkaya87@gmail.com, merveturkegun@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Çalışmamızda üç farklı yöntemle belirlenen yürüme hızının ve koşu bandına alıştırma sürecinin yürüme enerji tüketimine etkisini belirlemeyi hedefledik. Yöntem: Bu çalışma, iki aşamadan oluşmaktadır ve her aşamada farklı sağlıklı bireylerle çalışılmıştır. Koşu bandına habitüasyon süresinin tespiti için daha önce koşu bandı tecrübesi olmayan 18 birey çalışmaya dahil edilmiştir. Bireylerin tercih ettikleri yürüme hızları ile koşu bandında 6 periyottan oluşan 30 dakikalık yürüme enerji tüketimi kaydı alınmıştır. Yürüme hızının belirlendiği metodların karşılaştırıldığı çalışmada ise 20 birey yer almıştır. Hızlar, 10 metrelik yürüme parkuru, global konum belirleme sistemi (GPS) ve koşu bandı ile belirlenmiştir. Daha sonra bu hızlarla her biri 7 dakikadan oluşan üç farklı yürüme enerji tüketimi kaydı alınmıştır. Bulgular: Habitüasyon süresi çalışmasında, O2 tüketimi 2. periyotta diğer periyotlara göre ve 3. periyotta 5. periyota göre anlamlı olarak yüksektir ($p<0,05$). O2 tüketiminin vücut ağırlığı ile normalize edildiği ölçüm, 2. periyotta 4., 5. ve 6. periyotlara göre anlamlı olarak yüksektir ($p<0,05$). Üç farklı yöntemle belirlenen yürüme hızı çalışmasında, koşu bandı ile elde edilen yürüme hızı, yürüme parkuru ve GPS ile elde edilen hıza göre anlamlı olarak daha düşüktür ($p<0,05$). GPS hızı ile elde edilen yürüme enerji tüketimi ve O2 tüketimi parametreleri koşu bandından elde edilen verilere göre anlamlı olarak yüksektir ($p<0,05$). Sonuçlar: Sonuçlara göre farklı yöntemlerle belirlenen yürüme hızları farklı sonuçlar ortaya çıkarabilir. Tekrarlayan çalışmalarda yürüme hızının tek yöntemle belirlenmesi uygun olabilir. Ayrıca koşu bandı tecrübesi olmayan bireylerin yürüme enerji tüketimlerindeki değişkenliği azaltmak için, koşu bandında en az 15 dakika alıştırma protokolü gerçekleştirilebilir.

TWO IMPORTANT FACTORS AFFECTING WALKING ENERGY EXPENDITURE: SPEED AND DURATION OF HABITUATION

Introduction: In our study, we aimed to determine the effect of walking speed determined by three different methods and the process of habituation to treadmill walking on walking energy expenditure (WEE). Method: This study consisted of two phases, each with different healthy individuals. To determine the duration of habituation to the treadmill, 18 individuals who did not have previously treadmill experience were included in the study. 30 minutes consisting of 6 periods WEE with the preferred walking speeds of individuals were recorded on the treadmill. In the study comparing the methods in which the walking speed was determined, 20 individuals were included. The speeds were determined on a 10-meter walking ground, with global positioning system (GPS) and on a treadmill. Then, at these speeds, three different WEE were recorded, each of 7 minutes. Results: In the duration of habituation study, the O2 consumption in the 2nd period is significantly higher than the other periods and in the 3rd period is significantly higher than the 5th period ($p<0,05$). O2 consumption normalized by body weight in the 2nd period is significantly higher than the 4th, 5th and 6th period ($p<0,05$). In walking speed study determined by three different methods, the walking speed obtained with the treadmill is significantly lower than the speed obtained with the walking ground and GPS ($p<0,05$). WEE and O2 consumption obtained with the GPS speed are significantly higher than the values obtained from the treadmill ($p<0,05$). Conclusion: According to results, walking speeds determined by different methods may result different outcomes. In repetitive studies, it may be appropriate to determine the walking speed by one method. In addition, in order to reduce variability in WEE during treadmill walking of individuals without treadmill experience, minimum 15 minutes of habituation protocol can be performed.

PB404

AMERİKAN VE TÜRK ÜNİVERSİTELERİNDEKİ İNSAN PERFORMANS LABORATUVARLARININ İNCELENMESİ

***[1]Murat ERDOĞAN*, [2]Nasuh Evrim ACAR, [2]Gökhan UMUTLU**

[1]TSK Spor Okulu Ve Eğitim Merkezi Komutanlığı Ankara
[2]Mersin Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu Mersin

***Email :** muraterdogan97@gmail.com, nasuhiacar@yahoo.com, gokhanumutluu@gmail.com*

Giriş ve Amaç; Her geçen gün multidisipliner bir yaklaşımla gelişmekte olan egzersiz fizyolojisi 21. yüzyıl için dinamik ve heyecan verici bir bilimsel disiplin olmakla birlikte, bu alanda çalışabilmek için sahip olunması gereken laboratuvar cihaz ve donanımlarının bilinmesi önemlidir. Yöntem; Bu çalışmada; ülkemiz ve Amerika Birleşik Devletleri'ndeki (ABD) üniversitelerin egzersiz fizyoloji laboratuvarları, mevcut ölçüm cihazları ve donanımları yönünden incelenerek, iki ülke arasındaki laboratuvarlarının cihaz ve donanım açısından hâlihazırdaki durumları ortaya konulmuştur. Çalışmada, ABD'den (16), Türkiye'den (13) üniversite egzersiz fizyolojisi laboratuvarı incelenmiştir. Bulgular ve Sonuç; Fizyoloji laboratuvarlarındaki mevcut malzemenin araştırmacılar tarafından belirlenen 7 spesifik alanla (1.Akciğer fonksiyonları, 2. kas kuvveti, dayanıklılık ve esneklik, 3. yürüme analizi, biyomekanik ve hareket analizi, 4. kardiyovasküler fonksiyonlar, 5. vücut kompozisyonu, 6. reaksiyon zamanı ve denge ile 7. antrenörlere yönelik müsabaka analiz sitemleri) ilgili ölçüm sağladığı değerlendirilerek, laboratuvarlarda bulunması gerektiği düşünülen 43 cihaz ve donanım yüz yüze görüşme neticesinde yapılan anket yardımı ile tespit edilmiştir. Bu çalışma ile birlikte mevcut durum değerlendirilirken diğer taraftan ileride yeni kurulması düşünülen bu tip egzersiz fizyoloji laboratuvarlarının donanım yönünden fikir verebilecek bir kılavuz olabileceği düşünülmektedir.

EXAMINATION OF HUMAN PERFORMANCE LABORATORIES IN AMERICAN AND TURKISH UNIVERSITIES

Introduction and aim; Although the physiology of Exercise developed with a multidisciplinary approach is dynamic and exciting for the 21st century, it is important to know the laboratory devices and equipment that have to be used to work in this field. Method; In this study; Exercise physiology laboratories of our country and universities in the United States of America (USA) have been examined in terms of existing measurement devices and equipment, and the current status of devices and equipment of the laboratories between the two countries has been revealed. In this study, the University exercise physiology laboratory from USA (16), Turkey (13) was investigated. Findings and conclusion; The present material in the physiology laboratories was evaluated to provide the measurement of 7 specific areas (1. Pulmonary functions, 2. Muscle strength, durability and flexibility, 3. Walking analysis, biomechanics and movement analysis, 4. Cardiovascular functions, 5. Body composition, 6. Reaction time and balance 7. Competition analysis systems for coaches) determined by the researchers and 43 devices and equipment that should be present in the laboratories were determined with the help of the survey conducted as a result of face-to-face interview. While evaluating the current situation with this study, on the other hand, it is thought that this type of Exercise physiology laboratory, which is planned to be established in the future, may be a guide that can give an idea of what kind of needs may be in terms of equipment.

PB408

ANABOLİK STEROİD KULLANAN VÜCUT GELİŞTİRİCİLERDE BÖBREK HASARININ SONOGRAFİ YÖNTEMİYLE DEĞERLENDİRİLMESİ

[2]Umut Kantarcı, [1]Zekine Pündük, [3]Ömer Şenarslan, [4]Alper Dirik

[1]Balıkesir Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Balıkesir
[2]Eşrefpaşa Hastanesi Radyoloji Bölümü,İzmir
[3]Özel Medifama Hastanesi Kardiyoloji Bölümü, İzmir
[4]Özel Ege Hastanesi Üroloji Bölümü, İzmir

Email : *, zkn1938@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmada vücut geliştirme sporu yapanların anabolik steroid kullanımı ve böbreklerine etkisi araştırılmıştır. Yöntem: Çalışmaya vücut geliştirme sporu yapan 22 erkek gönüllü katıldı. Katılımcıların verdiği bilgiler doğrultusunda, kullandıkları steroid tiplerine göre kullananlar ve kullanmayanlar olmak üzere gruplara ayrıldı. Grup 1 (n=8, kas içi 500 mg testosterone enanthate, kas içi 400 mg nandrolone decanoate ve oral 40 mg methandrostenolone, 12 hafta), Grup 2 (n=7, kas içi 500 mg testosterone enanthate, kas içi 300 mg nandrolone decanoate ve kas içi 300 mg boldenone undecylenate, 16 hafta) and Grup 3 (n=7, steroid kullanmayan). Kan üre nitrojen (BUN), creatinine (Cr), idrar mikro albümin, ve elektrolit seviyeleri ölçüldü. Renal hacim, kortikal kalınlık ve ekojenite ultrasonografik taramalarla değerlendirildi Bulgular: Renal hacim, kortikal kalınlık, ekojenite ve protein alımı 2. grupta, 1. ve 3. gruba göre daha yüksekti ($p < 0.001$). Plazma BUN ve Cr seviyesi 2. grupta diğer gruplara göre daha yüksek olduğu tespit edildi ($p < 0.001$). İdrar mikro albümin, ve elektrolit seviyeleri tüm gruplarda normal sınırlar içindeydi. Sonuç: Bu çalışmadan elde ettiğimiz bulgulara göre vücut geliştiricilerde protein alımı, steroid kullanımı özellikle boldenone undecylenate kullanımı, kortikal ekojeniteyi, renal hacmi ve renal parenkima kalınlığını arttırmaktadır.

EVALUATION OF ANABOLIC STEROID INDUCED RENAL DAMAGE WITH SONOGRAPHY IN BODYBUILDERS

Background: The aim of this study was to investigate the effect of anabolic steroids on kidneys in bodybuilders. Methods: Twenty two bodybuilders were included in the study. According to their information, they were divided the groups according to the scheme of steroid usage and non-steroid group: Group 1 (n=8, intramuscular 500 mg testosterone enanthate, intramuscular 400 mg nandrolone decanoate and oral 40 mg methandrostenolone for 12 weeks), Group 2 (n=7, intramuscular 500 mg testosterone enanthate, intramuscular 300 mg nandrolone decanoate and intramuscular 300 mg boldenone undecylenate for 16 weeks) and Group 3 (n=7, no steroid intake). Blood urea nitrogen (BUN), creatinine (Cr), urine micro-albumin and electrolyte levels were measured. Renal volume, cortical thickness and echogenicity were obtained in ultrasonographic scans. Results: Renal volume, cortical thickness, echogenicity and protein intake value were significantly higher in group 2 than group 1 and 3. Plasma levels of BUN and Cr in group 2 were significantly higher than other groups ($p < 0.001$). Urine microalbumin and electrolyte levels were normal in all groups. Conclusions: The results of this study indicate that high protein intake, steroid usage, particularly the schemes, including boldenone undecylenate increases cortical echogenicity, thickness of renal parenchyma and renal volume in bodybuilders.

PB568

PEROKSİZOM PROLİFERATÖR-AKTİVE RESEPTÖR A (PPARA) RS4253778 VE ALFA-AKTİNİN-3 (ACTN3) RS1815739 POLİMORFİZMLERİNİN TÜRK FUTBOLCULARDA BELİRLENMESİ

***[1]Yasemin Ük*, [2]Sezgin Kapıcı, [2]İpek Yüksel, [3]Alper Erdoğdu, [2]Canan Sercan , [4]Korkut Ulucan**

[1]Izmir Institute Of Technology, Molecular Biology And Genetics, İzmir, Turkey
[2]Üsküdar University Molecular Biology And Genetics, İstanbul, Turkey
[3]Başakşehir Football Clup, Coordinator Od Football Schools, Istanbul, Turkey
[4]Marmara University Medical Biology And Genetics, İstanbul, Turkey

Email : *yaseminuk74@gmail.com*

GİRİŞ: Atletik performansı etkileyen en önemli SNP'ler ACTN3 rs1815739 and PPARs rs4253778 polimorfizmleridir. PPARα kalp ve iskelet sisteminde lipid metabolizmasının regülasyonunda, glukoz homeostazisinin regülasyonu ve mitokondrideki biogenezinde rol oynamaktadır. ACTN3 ise, kas dokusunda alfa-aktinin-3 proteininin ekspresyonunu sağlamaktadır. Bu çalışmada, ACTN3 rs1815739 ve PPARa rs4253778 polimorfizminin futbolcularda dağılımlarının belirlenmesi amaçlanmıştır.

MATERYAL VE METOD: Karşıyaka Spor Kulübü'nün 22 futbol oyuncusu gönüllü katılım formlarını imzalayarak çalışmaya katılmıştır. Invitrogen (by Thermo Fischer Scientific Genomic DNA Isolation kit) kullanılarak DNA izolasyonu yapılmış, TaqPath ProAmp Master Mix and Assay kullanılarak qPCR ile genotipleme işlemleri gerçekleştirilmiştir.

SONUÇ: PPARa rs4253778 polimorfizm sonuçlarına göre GG genotipi (%63,6), GC (%36,4) ve CC genotiplerine göre daha fazla gözlemlenmiştir. Allel dağılımlarında ise G alleli (%81,8) C alleline (%18,2) göre çok daha yüksek oranda bulumuştur. ACTN3 rs1815739 polimorfizm sonuçlarına göre, RX genotipi (%50), XX (%40,9) ve RR (%9,1) genotipine göre daha fazla gözlemlenmiş, allelik dağılımlarda ise X alleli (%65,9) R alleline (%34,1) göre daha fazla olduğu saptanmıştır.

TARTIŞMA: ACTN3 sonuçlarına bakıldığında, X alleli R aleline göre daha fazla gözlemlenmiştir. Bu sonuç, daha önce futbolcularla yapılan çalışmaların aksini göstermektedir. Daha önce yapılan çalışmalarda, dayanıklılığa sebep olan RR ve RX genotipi, hız ve patlayıcı güce sahip olan XX genotipine göre daha yüksek oranda bulunmuştur. Bu çalışma ise tam tersi olan XX genotipinin daha fazla oranda bulunduğunu göstermiştir. PPARa rs4253778 polimorfizm sonuçlarına göre GG genotipi CC ve GC genotipinden daha yüksek oranda rastlanmıştır. Bu sonuçlara göre, oyuncuların lipid metabolizması C aleline sahip olan bireylere göre daha hızlı olduğu sonucunu çıkarabiliriz.

DETERMINATION OF PEROXISOME PROLIFERATOR-ACTIVATED RECEPTOR A (PPARA) RS4253778 AND ACTN-3 RS1815739 POLYMORPHISMS IN FOOTBALL PLAYERS

INTRODUCTION: In athletic performance, two of the most popular SNPs are ACTN3 rs1815739 and PPARs rs4253778 polymorphisms. PPARα functions in regulation of lipid metabolism in heart and skeletal system, maintaining glucose homeostasis and biogenesis in mitochondria. ACTN3 functions in alpha- actinin-3 protein expression in muscle fibers. This gene can effect performance, adaptation for exercise type, recovery from injuries. In the present study, we aimed to analyze ACTN3 rs1815739 and PPARs rs4253778 polymorphisms in soccer players.

MATERIALS AND METHODS: 22 football players were selected and voluntary forms were signed. 2cc blood samples were collected to EDTA sample tubes for the DNA analysis using Invitrogen (by Thermo Fischer Scientific Genomic DNA Isolation kit). For the genotyping of PPARα and ACTN3, qPCR was performed with the TaqPath ProAmp Master Mix and Assay.

RESULTS: In the results of PPARA rs4253778 polymorphism, GG genotype (63,6%) was observed higher than GC(36,4%) and CC(0%) genotypes. When allele distribution was made, G- allele was significantly higher than C-allele with the percentage of 81,8%. For ACTN3 rs1815739, RX genotype has the highest frequency and XX genotype was close as RX genotype. RR genotype was observed lowest. In allele distribution, X allele was found %65,9 compared to R alelle with %34,1.

DISCUSSION: The results were quite different from the previous studies. Previous studies showed that most of the football players had more RR and RX genotype but from our study, more XX and RX genotypes were observed which shows that this cohort has more ability for endurance instead of speed and explosive power. Also in total, X allele was higher (65,9%) than R allele (34,1%).From the results of PPARa, GG genotype was higher than CC genotype and GC genotype in football cohort. G allele is higher than C alele so cohort has higher lipid metabolism. G allele is present in these athletes that can have more capability of synthesis PPAR α and their oxidative capacity is higher than athletes with CC genotype.

PB570

İNTERLÖKİN-6 (IL-6) RS1800795 VE ANJİOTENSİNOJEN (AGT) RS699 POLİMORFİZMLERİNİN TÜRK FUTBOLCULARINDAKİ ETKİSİ

***[1]Yasemin Ük*, [2]Sezgin Kapıcı, [2]İpek Yüksel, [2]Canan Sercan, [3]Korkut Ulucan**

[1]Izmir Institute Of Technology University, Faculty Of Science, Department Of Molecular Biology And Genetics, İzmir, Turkey
[2]Üsküdar University, Medical Genetics And Molecular Diagnostic Laboratory, İstanbul, Turkey
[3]Üsküdar University, Medical Genetics And Molecular Diagnostic Laboratory, İstanbul, Turkey Marmara University, Faculty Of Dentistry, Department Of Medical Biology And Genetics, İstanbul, Turkey

Email : *yaseminuk74@gmail.com, , , ,*

GİRİŞ: Atletik performansın belirlenmesinde çevresel ve genetik faktörler yer almaktadır. Bu genlerden biri olan AGT, angiotensin proteinini kodlayarak sporcu metabolizmasını etkiler ve atletik performansın artması açısından önemli bir gendir. Diğer genlerden biri olan IL-6 ise, vücuttaki IL-6 transkripsiyonunu etkileyerek kas hasarlarının iyileştirilmesi için önemli bir faktördür. Bu çalışmamızda, futbolculardaki IL-6 rs1800795 ve AGT rs699 polimorfizminin belirlenmesi amaçlanmıştır.

MATERYAL VE METOD: Karşıyaka Spor Kulübü'nün 22 futbol oyuncusu seçilerek çalışmaya katılmıştır. DNA izolasyonları Invitrogen (by Thermo Fischer Scientific Genomic DNA Isolation kit) kullanılarak gerçekleştirilmiş, TaqPath ProAmp Master Mix and Assay kullanılarak qPCR ile genotipleme işlemleri tamamlanmıştır.

SONUÇ: IL-6 rs1800795 sonucuna göre GG genotipi 13 oyuncuda (%59), GC genotipi ise 9 oyuncuda (%41) gözlemlendi. CC genotipi hiçbir oyuncuda gözlemlenmedi. Allel dağılımında ise G alleli (%79,5) C alleline kıyasla (%20,4) daha yüksek bulunmuştur. AGT rs699 polimorfizminde ise AG genotipi (%63,6) ile AA (%13,6) ve GG (%22,8) genotiplerinden daha fazla gözlemlendi. Alel dağılımı yapıldığında G alleli (%55), A alleline (%45) göre kısmen daha yüksek olarak hesaplanmıştır.

TARTIŞMA: AGT rs699 polimorfizm sonuçlarına göre, futbolcu kohortunda AG genotipi AA ve GG genotipine göre daha yüksek oranda bulunmaktadır. Bu sonuca göre, GG genotipine sahip olan oyuncuların (22,8%), diğer oyunculara göre daha yüksek miktarda AGT proteinini sentezlemektedirler. IL-6 rs1800795 polimorfizm sonuçlarına göre, kohortta GG genotipi, GC genotipine göre daha fazla görülmektedir. Kohortta CC genotipine rastlanmamıştır. Alele dağılımı yapıldığında G aleli, C aleline göre daha yüksek oranda hesaplanmıştır. Bu sonuçlara göre, sporcuların kas hasarlarına yakalanma olasılıkları CC genomipli bireylere göre daha azdır.

EFFECT OF INTERLEUKIN-6 (IL-6) RS1800795 AND ANGIOTENSINOGEN (AGT) RS699 POLYMORPHISMS IN TURKISH FOOTBALL PLAYERS

INTRODUCTION: Primary effects of the athletic performance can be determined by environmental and genetic factors. AGT gene that codes for AGT protein and to date it was shown that that having information about the metabolism of the genes, we can improve performance in elite athletes. IL-6 is also one of the genetic exercise factors with affecting the transcription of the IL-6. In this research, we aimed to determine the IL-6 rs1800795 and AGT rs699 polymorphisms in soccer players.

MATERIALS AND METHODS: 22 football player from Karşıyaka Sports Club were selected and voluntary forms were signed. DNA isolations were carried out by using Invitrogen (by Thermo Fischer Scientific Genomic DNA Isolation kit). For the genotyping process, qPCR was performed with the TaqPath ProAmp Master Mix and Assay.

RESULTS: Results for IL-6 rs1800795 have showed that GG genotype was seen in 13 players with 59% and GC genotype in 9 players with 41%, no CC genotype was detected. Allele distribution showed that G-allele had 79,5% and C-allele had 20,4% when all genotypes are calculated. For AGT rs699, AG genotype (63,6%) was observed higher than AA (13,6%) and GG (22,8%) genotypes. When allele distribution was made, G-allele was slightly higher than A allele with the percentage of 55% vs. 45%.

DISCUSSION: From the results of AGT rs699 polymorphism, AG genotype was higher than AA genotype and GG genotype in our cohort. Since it is known that GG genotype has higher synthesis of AGT protein, only 22,8% of football players have higher levels of AGT. For IL-6 polymorphism, GG genotype was higher than GC genotype in cohort. CC genotype could not be observed in the population. Frequency of the G allele was higher than C allele when allele distribution was made. For the sports that require muscle recovery should be chosen from athletes that have GG or GC genotype.

PB612

ELİT BOKS SPORCULARIN REAKSİYON VE ÇEVİKLİK (PRO-AGİLİTY) PARAMETRELERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Büşra Öztürk*, [1]Rabia Özcan, [1]Orhan Palabıyık, [1]Murat Akyüz, [1]Murat Taş**

[1]Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Manisa

***Email :** busra.ozturk_95@hotmail.com, , , ,*

ÖZET

Giriş ve Amaç : Bu araştırma, genç elit boksör sporcularının çeviklik ve reaksiyon zamanlarının özelliklerinin arasındaki ilişkilerinin incelenmesi amacı ile yapılmıştır. Yöntem : Araştırmaya, İzmir ilindeki Gençlik İl Spor Müdürlüğü'ne bağlı olan lisanslı olarak spor yapan (yaş: 14.64 ± 1.73 yıl, boy: 169.50 ± 5.74 cm, kilo: 62.57 ± 8.96 kg, spor yaşı: 10.50 ± 2.34 yıl) toplamda 15 erkek sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Çeviklik ve reaksiyon testleri için Smart Speed (Fusion Sport, Australia) ile yapılmıştır. Katılımcıların test ölçümlerini belirlemek için sporculardan hem antreman öncesi hem antreman sonrası üç kez ölçüm yapılarak en iyi dereceleri alınmıştır. Verilerin istatiksel analizleri SPSS 15.0 paket programı kullanılarak , Paired – t testi analizi uygulanmıştır. Anlamlılık değeri $p<0.05$ olarak kabul edilmiştir. Bulgular: Analizler sonucunda, elit boksörlerin Grid test ölçümlerinde ($p <0.05$) düzeyinde anlamlı farklılık tespit edilirken, Reaksiyon zaman testinde, Codat ve Pro – Agility testlerinde anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Tartışma ve Sonuç: Araştırmada elde edilen bulgular ışığında, elit genç erkek boksörlerin çevikliklerinin reaksiyon sürelerine göre daha yüksek olduğu sonucu ortaya çıkmıştır. Sporcuların reaksiyon zamanlarının çeviklik düzeylerine göre geliştirmeleri gerektiği göz önünde bulundurulmuştur. Anahtar Kelimeler: Boks, Reaksiyon Zamanı, Çeviklik, Fiziksel Parametreler

INVESTIGATION OF REACTİON AND AGILITY PARAMETERS OF ELITE BOXING PLAYERS

ABSTRACT

Introduction and Purpose: The purpose of this research is to examine the relationship between agility and reaction time characteristics of young elite boxer athletes. Method: In the study, a total of 15 male athletes participated voluntarily who are affiliated as licensed sportsman to Youth Sports Directorate in İzmir Provincial(age: 14.64 ± 1.73 years, height: 169.50 ± 5.74 cm, weight: 62.57 ± 8.96 kg, sport age: 10.50 ± 2.34 years). It was done with Smart Speed (Fusion Sport, Australia) for agility and reaction tests. In order to determine the test measurements of the participants, the best scores were obtained from the athletes both before and after the training three times. Paired - t test analysis was applied to statistical analyzes of data using SPSS 15.0 package program. Significance value ($p<0.05$) was accepted. Findings: As a results of the analyzes, there was no significant difference in the Codat and Pro - Agility tests in the reaction time test, while there was a significant difference in the Grid test measurements ($p <0.05$) of the elite boxers. Results and discussions: In the findings of the research, the result is that elite young male boxers have higher agility levels than reaction times. It was considered that the athletes need to improve their reaction times compared to their agility levels.

Keywords: Boxing, Reaction Time, Agility, Physical Parameters

EGZERSİZ VE SPOR PSİKOLOJİSİ / EXERCISE AND SPORTS PSYCHOLOGY

PB663

SPORDA DUYGU ANKETİ: GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI

***[1]Osman URFA*, [1]F. Hülya AŞÇI**

[1]Marmara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

Email : *osmanurfa@marun.edu.tr, fhulya@marmara.edu.tr*

Amaç: Bu çalışmanın amacı Sporda Duygu Anketi (SDA) Türkçe formunun geçerlik ve güvenirliğinin sporcularda test edilmesidir.

Yöntem: Çalışmanın örneklemini, 8 farklı branşta yer alan, 109 erkek (Xyaş=22.69±6.70), 82 kadın (Xyaş=20.63±5.80) olmak üzere toplam 191 sporcu (Xyaş=21.81±6.40) oluşturmaktadır. SDA, 22 madde ve 5 alt boyuttan oluşan 5'li likert tipi bir ölçektir. Sporcuların müsabakadan önce ve müsabaka anında yaşadıkları duyguları Kaygı, Keyifsizlik, Öfke, Coşku ve Mutluluk olmak üzere 5 alt boyutta değerlendirmektedir. Çalışmanın yapı geçerliği için doğrulayıcı faktör analizi, ölçüt geçerliği için pearson korelasyon analizi kullanılmıştır. Ölçüt geçerliğinde Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği kullanılmıştır. Ölçeğin güvenirliği için Cronbach alpha iç tutarlık katsayısı hesaplanmıştır.

Bulgular: Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda, ölçeğin Türkçe formunun orijinal beş faktörlü (Kaygı, Keyifsizlik, Öfke, Coşku, Mutluluk) yapıyı desteklediği bulunmuştur ($\chi 2/df$= 1.383, GFI= .886, CFI= .953, RMR= .049, RMSEA= .045). Madde faktör yükleri .49 ile .85 aralığında değişmektedir. Ölçüt geçerliği için yapılan pearson korelasyon analizi sonucunda; Negatif duygular ile Kaygı ($r=.15$, $p<.05$), Keyifsizlik ($r=.29$, $p<.01$) ve Öfke ($r=.26$, $p<.01$) duyguları arasında pozitif yönlü; Coşku ($r=-.26$, $p<.01$) ve Mutluluk ($r=-.15$, $p<.05$) duyguları ile negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Pozitif duygular ile Coşku ($r=.39$, $p<.01$) ve Mutluluk ($r=.36$, $p<.01$) duyguları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Ölçeğin alt boyutlarına ait güvenirlik katsayıları ise .77 (Kaygı) ile .87 (Coşku) aralığında değişmektedir.

Sonuç: Sporda Duygu Anketi Türkçe formunun, sporcuların müsabaka öncesi ve müsabaka sırasındaki duygularını ölçmek için geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı olduğu söylenebilir.

Anahtar kelimeler: Spor, Duygu, Kaygı, Keyifsizlik, Öfke, Coşku, Mutluluk

SPORT EMOTION QUESTIONNAIRE: RELIABILITY AND VALIDITY STUDY

Objective: The purpose of this study was to test the reliability and validity of Turkish version of Sport Emotion Questionnaire (SEQ) for athletes.

Methods: One hundered and nine male (Mage=22.69±6.70) and 82 female (Mage=20.63±5.80), totally 191 athletes (Mage=21.81±6.40) voluntarily participated in this study. SEQ is a five point likert scale and includes 22 items. SEQ assess emotions before and during competition of athletes on five subscales -Anger, Anxiety, Dejection, Excitement, Happiness-. Confirmatory factor analysis was used to test the construct validity and Pearson correlation analysis was used to test the criterion validity. Positive and Negative Affect Schedule (PANAS) was administered to test the criterion validity of SEQ. In addition internal reliability coefficients was computed for each subscales.

Results: Confirmatory factor analysis revealed that the construct validity of the Turkish scale were consistent with the original five-factor structure of the SEQ ($\chi 2/df$= 1.383, GFI= .886, CFI= .953, RMR= .049, RMSEA= .045). Item factor loadings were ranged between .49 and .85. Pearson correlation analysis revealed significant relationship Anxiety ($r=.15$, $p<.05$), Dejection ($r=.29$, $p<.01$), Anger ($r=.26$,

p<.01), Excitement (r=-.26, p<.01) and Happiness (r=-.15, p<.05) with Negative Affect and Excitement (r=.39, p<.01) and Happiness (r=.36, p<.01) with Positive Affect. Internal consistency of the subscales were ranged between .77 (Anxiety) and .87 (Excitement).

Conclusion: It can be concluded that five-factor model of the SEQ is appropriate for measuring emotions before and during competition in Turkish athletes.

Keywords: Sport, Emotion, Anger, Anxiety, Dejection, Excitement, Happiness

PB738

OBEZİTE FARKINDALIK EĞİTİMİNİN BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOKULU ÖĞRENCİLERİNİN KİLOFOBİ DÜZEYLERİ VE KİLOLU BİREYLERE YÖNELİK TUTUMLARI ÜZERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

[1]Cem Yoksuler YILMAZ

[1]Çukurova Üniversitesi BESYO

Email : *yoksuler2012@gmail.com*

GİRİŞ VE AMAÇ; Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerinin kilofobi düzeylerinin ve kilolu bireylere yönelik tutumlarının belirlenmesi ve verilecek olan 6 haftalık obezitenin nedenleri ve obez bireylerin toplum içerisinde yaşadıkları problemleri kapsayan bir eğitim programının katılımcıların kilofobi düzeyleri ve kilolu bireylere yönelik tutumları üzerinde bir etkisinin olup olmadığının araştırılmasıdır.YÖNTEM: Çalışmanın örneklemini 2015-2016 Eğitim Öğretim Yılı'nda Çukurova Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nun Beden Eğitimi Öğretmenliği ve Antrenörlük Eğitimi bölümlerinde öğrenim gören 1., 2., 3. ve 4. sınıf öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmaya, Antrenörlük Eğitimi Bölümünden 106 ve Beden Eğitimi Öğretmenliği Bölümünden de 135 üniversite öğrencisi olmak üzere toplam 241 katılımcı katılmıştır. Bu tez çalışmasında `Deneme Modeli` kullanılmıştır. Araştırmada veri toplamak amacı ile "Kilofobi Ölçeği" ve "Obez Bireylere Karşı Tutum Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırma kapsamında elde edilen veriler IBS SPSS 20 istatistikpaket programı ile analiz edilmiştir. Katılımcıların demografik bilgilerini sunmak amacı ile frekans, yüzde, standart sapma gibi tanımlayıcı istatistikler kullanılmıştır. Kontrol ve deney gruplarının ön-test ve son-test sonuçlarının karşılaştırılması amacı ile de t testi, karma ANOVA ve faktöriyel ANOVA testleri kullanılmıştır. BULGULAR VE SONUÇ:Deney ve kontrol gruplarına ait ön test – son testölçümlerine ait farklarının ortalamalarının karşılaştırılması sonucunda istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılığın olduğu bulunmuştur ($t(239):-2,54$, $p<0,01$). Sonuç olarak; verilmiş olan obezite farkındalık eğitiminin Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu öğrencilerinin kilofobi düzeyleri ve obez bireylere karşı tutumları üzerinde etkili olduğu ve kilolu bireylere karşı sergilenen olumsuz ön yargı düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı bir düşüşe neden olduğu bulunmuştur.

Anahtar Sözcükler: Kilofobi, obezite, kilo, obez

EXAMINING THE EFFECT OF OBESITY AWARENESS TRAINING ON THE FAT PHOBIA LEVELS OF THE SCHOOL OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS STUDENTS AND THEIR ATTITUDES TOWARDS OBESE INDIVIDUALS

PURPOSE: The purpose of this study is to examine the fat phobia levels of the School of Physical Education and Sports students and their attitudes towards obese individuals and to investigate whether or not attending a six week training course explaining the reasons for obesity and the problems faced by obese individuals in society affected the aforementioned phobia and attitudes. METHOD: The study sample constituted first, second, third, and fourth year students who are educated in the Physical Education Teaching and Coaching Education departments of Çukurova University Physical Education and Sport College in the 2015-2016 academic year. A total of 241 participants, 106 from the Coaching Education Department and 135 from the Physical Education Teaching Department, participated in the research. In this study, an experimental model was used. A fat phobia scale and a scale of attitudes towards obese Individuals were used in the study to collect data. Data obtained within the scope of the study was analyzed with the IBS SPSS 20 statistical package program. Descriptive statistics such as frequency, percentage, and standard deviation were used to present the demographic information of the participants. The t test, mixed ANOVA, and factorial ANOVA tests were used to compare the pre-test and post-test results of the control and experimental groups. RESULTS: Statistically significant difference was found as a result of the comparison of the differences between the pre-test and post-test measurements of the experimental and control groups, t (239): - 2,54,

p <0,01. As a result, it was determined that that the obesity awareness training had a significant impact on students of the Physical Education and Sports High School on the level of fat phobia and attitudes towards obese individuals, and there was a statistically significant decrease in negative prejudice levels against overweight individuals.

Keywords: fat phobia, obesity, weight,obese

PB866

SPORA AİLE KATILIMI ÖLÇEĞİ'NİN (SPORCU VE EBEVEYN FORMU) UYARLAMA ÇALIŞMASI

[2]Ece İBANOĞLU, [1]Nükte ÖZGÖR, [1]Aydan GÖZMEN ELMAS, [1]F.Hülya AŞÇI

[1]Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İSTANBUL
[2]Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara

Email : *ecee.ibanoglu@gmail.com, nukozgor@hotmail.com, gozmenaydan24@gmail.com, fhulya@marmara.edu.tr*

Bu çalışmanın amacı, Teques ve ark. (2016) tarafından geliştirilen "Spora Aile Katılımı Ölçeği (Sporcu ve Ebeveyn Formu)"nin Türkçe formunun sporcularda ve ebeveynlerde geçerliliğini ve güvenirliğini test etmektir. Çalışmaya 90 kız (Xyaş=12.73 ±2.02), 105 erkek (Xyaş=13.49 ±2.29) toplam 195 sporcu (Xyaş=13.14 ±2.20) ve bu sporcuların 140'ı anne (Xyaş=43.84 ±5.72) ve 141'i baba (Xyaş=46.66 ±5.37) olmak üzere toplam 281 (Xyaş=45.25 ±5.71) ebeveyn katılmıştır. Sporculara ve Ebeveynlere "Kişisel Bilgi Formu" ve "Spora Aile Katılımı Ölçeği" uygulanmıştır. Spora Aile Katılımı Ölçeği, sporcu ve ebeveyn olmak üzere iki form ve her bir formun 16 maddeden oluştuğu 4'lü likert tipi ölçektir. Ölçeğin her iki formunda cesaretlendirme, destekleme, yönlendirme/aşırı katılım ve model olma/model alma alt boyutları bulunmaktadır. Ölçeğin yapı geçerliği için Doğrulayıcı Faktör Analizi ve güvenirliğini sınamak için ise Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı kullanılmıştır. Doğrulayıcı Faktör Analizi sonuçlarına göre Spora Aile Katılımı Ölçeği Sporcu Formu'nda yer alan maddelerin faktör yükleri .40 ile .77 aralığında değişmektedir. Elde edilen analiz sonuçlarına göre, madde 14 ilgili alt boyuta yük vermemiştir. Madde 14 modelden çıkarıldığında, modelin uyum indeksleri kabul edilebilir sınırlar içerisindedir (x2/df=2.28, RMSEA=0.08, NFI=0.80, NNFI=0.84, CFI=0.87, SRMR=0.07). Analiz sonuçları; Spora Aile Katılımı Ölçeği Ebeveyn Formu'nda yer alan maddelerin faktör yüklerinin. 48 ile .93 arasında olduğunu ve madde 14'ün ilgili alt boyuta yük vermediğini, madde 5'in de düşük yüklendiğini göstermiştir. Madde 14 ve 5 modelden çıkarıldığında ise modelin iyi uyum indeks değerlerine sahip olduğu görülmüştür (x2/df=2.95, RMSEA=0.08, NFI=0.93, NNFI=0.94, CFI=0.95, SRMR=0.05). Bunun yanı sıra, spora aile katılımı ölçeği alt boyutlarına ait Cronbach Alfa iç tutarlık katsayıları sporcu formunda .41 (model olma/model alma) ve .78 (yönlendirme/aşırı katılım) arasında, ebeveyn formunda ise .66 (destekleme) ve .91 (yönlendirme/aşırı katılım) arasında değişmektedir. Elde edilen bulgular, "Spora Aile Katılımı Ölçeği (Sporcu ve Ebeveyn Formu)"nin Türkçe formunun spor ortamında ebeveyn katılımının algılanmasının sporcu ve ebeveyn perspektifinden değerlendirilmesi için geçerlik ve güvenirlik koşullarını sağladığı ortaya koymaktadır.

ADAPTATION OF THE PARENTAL INVOLVEMENT IN SPORT SCALE (ATHLETES AND PARENT FORM)

The purpose of this study was to test the validity and reliability of Turkish version Parental Involvement in Sport Scale (Athletes and Parent Form) developed by Teques et al (2016) for athletes and parents.Ninety girls (Xyaş=12.73 ±2.02), 105 boys (Xyaş=13.49 ±2.29) totally 195 athletes (Xyaş=13.14 ±2.20) and 140 of whom were mothers (Xyaş=43.84 ±5.72) and 141 were fathers (Xyaş=46.66 ±5.37) totally 281 parents (Xyaş=45.25 ±5.71) participated in this study. "Personal Information Form" and "Parental Involvement in Sport Scale" were administered to athletes and parents for testing the construct validity of the scale. Parental Involvement in Sport Scale consists of 16 items for each athletes form and parent form and it is 4-point likert typed. Parental Involvement in Sport Scale (Athletes and Parent Form) includes subscales measuring encouragement, reinforcement, instruction and modelling. The Confirmatory Factor Analysis was used to test the construct validity of the scale. In addition, Cronbach's Alpha internal consistency coefficient was calculated to test reliability.Confirmatory Factor Analysis results revealed that the factor loading of Parental Involvement in Sport Scale Athletes Forms' items were ranged between .40 and .77. Item 14 did not load on intented factor and it was excluded from the model. The model without item 14 has the acceptable fit index values (x2/df=2.28, RMSEA=0.08, NFI=0.80, NNFI=0.84, CFI=0.87, SRMR=0.07). Results indicated that, the factor loading of Parental Involvement in Sport Scale Parent Forms' items were ranged between .48 and .93. Items 14 and 5 excluded from the model, it showed a good fit to the data (x2/df=2.95, RMSEA=0.08, NFI=0.93, NNFI=0.94, CFI=0.95, SRMR=0.05). In addition, the internal consistency coefficients of Parental Involvement in Sport Scale were ranged from .41 (modelling) to .78 (instruction) for athletes form and .66 (reinforcement) to .91 (instruction) for parent formIt can be concluded that Parental Involvement in Sport

PB874

ZİHİNSEL DAYANIKLILIK ÖLÇEĞİ ÇOCUK FORMUNUN TÜRK SPORCULAR İÇİN GÜVENİRLİĞİ VE GEÇERLİĞİ

***[1]Nükte ÖZGÖR*, [1]F.HÜLYA AŞÇI**

[1]Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İSTANBUL

Email : *nukozgor@hotmail.com, fhulya@marmara.edu.tr*

Bu çalışmanın amacı, Gucciardi ve arkadaşları (2015) tarafından geliştirilen, Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği çocuk formunun Türk sporcularda geçerlik ve güvenirliğini incelemektir. Bireysel ve takım spor dallarından 200 kız (Xyaş= 12.22 ± 1.8) ve 200 erkek (Xyaş= 12.85 ± 1.6) olmak üzere toplam 400 (Xyaş= 12.54 ± 1.7) sporcu çalışmaya gönüllü olarak katılmıştır. Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği çocuk formu, tek boyutlu olup; toplam 8 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte yer alan maddeler 7'li likert ölçek üzerinden cevaplandırılmaktadır. Ölçeğin faktör yapısını test etmek için Varimaks dönüştürmesi ile yapılan Temel Bileşenler Faktör Analizi kullanılmıştır. Ölçeğin iç tutarlılığı cronbach alfa kat sayısı kullanılarak hesaplanmıştır. Temel Bileşenler Faktör Analizi Varimaks dönüştürme sonuçları ölçeğin tek faktörlü yapısını desteklemekte ve maddeler toplam varyansının %40.84'ünü açıklamaktadır. Ölçekte yer alan maddelerin faktör yükleri .56 ile .74 aralığında değişmektedir, Ölçeğin cronbach alfa iç tutarlılık kat sayısı .78 olarak hesaplanmıştır. Elde edilen bulgular göz önünde bulunduğunda ''Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği Çocuk Formu''nun Türkçe versiyonunun 9-16 yaş grubu çocuklarda sporda zihinsel dayanıklılığın değerlendirilmesi için güvenilir ve geçerli bir araç olduğu söylenebilir. Anahtar Kelimeler; Zihinsel Dayanıklılık, Çocuk Formu, Geçerlik, Güvenirlik

TURKISH VERSION OF THE MENTAL TOUGHNESS SCALE CHILD QUESTIONNAIRE

The purpose of this study was to test the validity and the reliability of the Mental Toughness Scale Child Questionnaire, developed by Gucciardi et al (2015), on the Turkish athletes. A total of 400 athletes (Xage = 12.54 ± 1.7) in individual and team sports including 200 girls (Xage = 12.22 ± 1.8) and 200 boys (Xage = 12.85 ± 1.6) participated in this study. The questionnaire is one-dimensional and consists of 8 items. The participants respond on a seven-point Likert typed. Principal Component Analysis (PCA) with Varimaks rotation is used to test the factor structure of the scale. Internal consistency of the scale is calculated using Cronbach's alpha. Results of PCA with Varimaks rotation supports the one- dimensional structure of the scale and explains 40.84% of the total variance. The factor loads vary between .56 and .74. The Cronbach's alpha internal consistency is calculated as .78. Based on these findings, it can be concluded that the Turkish version of the Mental Toughness Scale Child Questionnaire is a valid and reliable tool for assessment of mental toughness in sports for 9-16 year old children. Key Words: Mental Toughness , Child Form, Validity, Reliability

PB891

SPOR BİLİMLERİ VE EĞİTİM FAKÜLTESİNDE ÖĞRENİM GÖREN SON SINIF ÖĞRENCİLERİNİN MESLEKİ KAYGI DÜZEYLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

[1]Seydi Ahmet AĞAOĞLU, [1]Muhammed Said YANAR, [1]Yücel MAKARACI, [1]Oylum PAK

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

Email : *ahmetsa@omu.edu.tr, ynr442@gmail.com, yucel.makaraci@omu.edu.tr, oylumpak12@gmail.com*

Özet

Amaç: Bu çalışmanın amacı, Spor Bilimleri ve Eğitim Fakültesi'nde öğrenim gören son sınıf öğrencilerinin mesleki kaygı düzeylerinin karşılaştırılmasıdır.

Yöntem: Çalışmaya 2017-2018 Eğitim-Öğretim yılında, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü'nde ve Eğitim Fakültesi'nin farklı bölümlerinde öğrenim gören 436 kadın ve 208 erkek olmak üzere toplamda 644 öğrenci gönüllü olarak katılmıştır.Veri toplama aracı olarak Cabı ve Yalçınalp (2013) tarafından geliştirilen ve toplamda 45 sorudan oluşan likert tipi "Mesleki Kaygı Ölçeği" kullanılmıştır. Ölçek sekiz alt boyuttan oluşmaktadır. Verilerin analizi için ikili grupların karşılaştırılmasında t testi, ikiden fazla grupların karşılaştırılmasında ise ANOVA testleri kullanılmıştır.

Bulgular: Katılımcıların cinsiyetlerine göre yapılan analiz sonucunda "Görev Merkezli Kaygı", "Öğrenci İletişim Merkezli Kaygı", "Atanma Merkezli Kaygı" ve "Uyum Merkezli Kaygı" alt boyutlarında erkek katılımcılar lehine istatistiki olarak anlamlı fark tespit edilmiştir ($p<0,05$). Yaşlara göre yapılan karşılaştırmalarda ise anlamlı bir fark görülmemiştir($p>0,05$). Bölümlere göre "Atanma Merkezli Kaygı" alt boyutu özelinde yapılan karşılaştırmada Spor bilimleri Fakültesi öğrencilerin en yüksek puan ortalamasında ikinci sırada yer aldığı görülmüştür. Özel Eğitim Bölümü öğrencilerin ortalama puanları, Eğitim Bilimleri ve Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Eğitimi bölümleri öğrencileri ortalama puanlarına göre istatistiki olarak daha yüksek tespit edilmiştir ($p<0,05$).

Sonuç: Sonuç olarak Mesleki Kaygı Ölçeği puanlamasında cinsiyete göre farklılık (erkekler lehine) tespit edilmiştir. Bunun nedeni olarak kadınların stres karşısında daha çok kaygısal reaksiyon gösterme eğilimleri olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Spor Bilimleri öğrencilerin Atanma Merkezli Kaygı alt boyutunda yüksek bir puan ortalamasına sahip olduğu görülmüştür. Son yıllarda spor alanında artan istihdam ve iş olanakları, sporun kitlelere yayılarak popüler hale gelmesi, öğrencilerin gelecekteki iş kaygılarını azaltır nitelikte olduğu düşünülmektedir.

COMPARISON OF THE LEVELS OF VOCATIONAL ANXIETY OF SENIOR STUDENTS STUDYING AT THE SCHOOL SPORT SCIENCES AND EDUCATION

Abstract

Purpose: The aim of this study is to comparison the levels of vocational anxiety of senior students studying at the School of Sport Sciences and Education.

Methods: A total of 644 students, including 436 women and 208 men, attending the Ondokuz Mayis University Yaşar East Sports Sciences Faculty, Physical Education and Sports Teaching Department and the different departments of the Faculty of Education participated in the study in 2017-2018 academic year voluntarily. Likert type "Occupational Anxiety Scale" developed by Cabı and

Yalçınalp (2013) and consisting of 45 questions in total was used as data collection tool. The scale consists of eight sub-dimensions. For the analysis of the data, t-test for the comparison of the binary groups and ANOVA tests for the groups more than two were used.

Results: As a result of the analysis of the participants' genders, statistically significant difference was found in favor of male participants in "Task- Based Anxiety", "Student Communication Based Anxiety", "Apprentice-Centered Anxiety" and "Compliance-Centered Anxiety" subscales ($p < 0,05$). As for the age-related comparisons, there was no significant difference ($p > 0,05$). In terms of the departments, in comparison with the "Assignment Based Anxiety" sub-dimension, it was seen that the students of the Faculty of Sports Sciences took second place in the highest average score. The mean scores of the students in the Special Education Department were found higher than the average scores of the students in Education Sciences and Computer Education Technologies ($p < 0,05$).

Conclusion: As a result, it was identified that there was a difference according to sex (males favor) in the score of Vocational Anxiety Scale. This is thought to be due to the fact that women tend to have more anxious reactions to stress. Sports Science students were seen to have a high average score in the Assignment Based Anxiety subscale.

EGZERSİZ VE SPORDA BESLENME / NUTRITION IN EXERCISE AND SPORTS

PB66

MARMARA BÖLGESİNDE BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOKULUNDA ÖĞRENİM GÖREN BESLENME DERSİ ALMIŞ OLAN ÖĞRENCİLERİN BESLENME KONUSUNDAKİ BİLGİ DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Gülşah Koldaş*, [1]Gülşah KOLDAŞ, [1]Haluk SAÇAKLI, [1]Yonca SEVİM**

[1]İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü,İSTANBUL

***Email :** gulsahkoldas90@hotmail.com, gulsahkoldas90@hotmail.com, info@haluksacakli.com, yonca.sevim@hes.bau.edu.tr*

ÖZET Bu çalışma, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda öğrenim gören ve beslenme dersi almış olan öğrencilerin beslenme bilgi düzeylerinin araştırılması, öğrenim gördükleri bölümlere göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla Marmara bölgesindeki (İstanbul Üniversitesi, Marmara Üniversitesi, Sakarya Üniversitesi, Kocaeli Üniversitesi, Uludağ Üniversitesi, Trakya üniversitesi, Çanakkale 18 Mart Üniversitesi) Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokullarında ve Spor Bilimleri Fakültelerinde yürütülmüştür.18 ile 24 yaş ve üstü grubunda 227'si kadın, 402'si erkek toplam 629 kişiye anket uygulanmıştır. Verilerin normal dağılımı sahip olup olmadığını belirlemek için Kolmogorov-smirnov analizinde nonparametrik özellik gösterdikleri belirlenmiş olup fark analizlerinde nonparametrik testlerden Kruskal Wallis, Mann Whitney U testi, Pearson Ki-kare testi analizlerde uygulanmıştır. Veriler %95 güven aralığında ve %5 anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir. Çalışmamızda yaşlara göre beslenme konusundaki bilgi düzeylerinin değerlendirilmesinde "Vücut, güneşe maruz kaldığında D vitamini sentezleyebilir" sorusuna X^2=8,153 p=0,017 p<0,05 anlamlı bulunmuştur. "Doymuş ve doymamış yağlar sağlık üzerinde eşit etkiye sahiptir" X^2=6,858 p=0,032 p<0,05 anlamlı bulunmuştur. "Dehidrasyon performansı düşürür" X^2=6,965 p=0,031 p<0,05 anlamlı bulunmuştur."Diyetteki lif kabızlığı azaltmaya, kan kolesterol düzeylerini düşürmeye ve kanseri önlemeye yardımcı olabilir" sorusunda X^2=7,169 p=0,028 p<0,05 anlamlı bulunmuştur. "Karotoneidler serbest radikallerin oluşumunu önlemeye yardımcı olurlar" sorusuna X^2=8,064 p=0,018 p<0,05 anlamlı bulunmuştur. "Protein kas için enerji kaynağıdır" soruna X^2=4,077 p=0,043 p<0,05 anlamlı bulunmuştur. Yaşlara göre bilgi düzeylerinin değerlendirilmesinde 21-23 yaş, 24 yaş üzerine Z=2,228 p=0,026 p<0,05, 18-20 yaş ise 21-23 yaşa göre Z=1,265 p=0,042 p<0,05 anlamlı bulunmuştur. Cinsiyetlere göre öğrencilerin öğrenim gördüğü bölümlerde antrenörlük + 2.öğretim X^2=4,281 p=0,039 p<0,05 anlamlı bulunmuştur. Sonuç olarak spor ve beslenmenin önemi düşünüldüğünde beden eğitimi ve spor yüksekokulunda okuyan öğrencilerin beslenme bilgi düzeyleri ile ilgili daha ileri çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Bu grubun beslenme bilgi düzeylerinin arttırılmasına yönelik çalışmaların faydalı olacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Beslenme Bilgi Düzeyi, Beslenme, Egzersiz, Sporcu Beslenmesi

INVESTIGATION OF INFORMATION LEVELS ON NUTRITION OF STUDENTS WHO HAVE LEARNED NUTRITION COURSE IN PHYSICAL EDUCATION AND SPORT COLLEGE IN MARMARA REGION

ABSTRACT This study was carried out in the Marmara region (Istanbul University, Marmara University, Sakarya University, Kocaeli University, Uludağ University, Trakya University) in order to investigate the nutrition knowledge levels of the students who have been studying at the School of Physical Education and Sports and who have taken nutrition courses, , Çanakkale 18 Mart University) Physical Education and Sports Schools and Sports Sciences Faculties. A questionnaire was applied to a total of 629 people, 227 women and 402 men, aged 18 to 24 years and over. In order to determine whether the data had normal distribution, Kolmogorov-SmirnoV analysis showed nonparametric properties. Kruskal Wallis, Mann Whitney U test and Pearson Chi-square test were used for the analysis of differences in nonparametric tests. The data were assessed at 95% confidence interval and 5% significance level. In our study, in the evaluation of knowledge levels about nutrition according to ages, X^2 = 8,153 p = 0,017 p <0,05 was found to be significant in the question "Body can synthesize vitamin D when exposed to sun". "Saturated and unsaturated fats have equal effect on health" X^2

= 6,858 p = 0.032 p <0.05 was found significant. X^2 = 7,169 p = 0,028 p <0,05 was found to be significant in the question "Dietary fiber can help reduce constipation, decrease blood cholesterol levels and help prevent cancer" X^2 = 6,965 p = 0,031 p <0.05. X^2 = 8,064 p = 0,018 p <0,05 was found to be significant for the question "Carotenoids help prevent the formation of free radicals". "Protein is the source of energy for the muscle" problem X^2 = 4,077 p = 0.043 p

PB191

SPORCULARININ BİYOELEKTRİK EMPEDANS ÖLÇÜMÜ İLE BAZI ANTROPOMETRİK ÖLÇÜMLERİ VE TAHMİN MODELLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

[1]Tuğba Kocahan, [1]Ebru Arslanoğlu, [1]Aslıhan Nefes

[1]Gençlik Ve Spor Bakanlığı Spor Genel Müdürlüğü Sağlık İşleri Dairesi Başkanlığı, ANKARA

Email : *tugba.kocahan@sgm.gov.tr, ebru_arslanoglu@hotmail.com, aslıhan.nefes@sgm.gov.tr*

Giriş ve Amaç Sportif performansı etkilediği literatürde gösterilmiş olan vücut kompozisyonun değerlendirmesinde kullanılan birçok yöntem bulunmaktadır. Ancak kullanılan yöntemlerin birçoğu pahalı, taşınamayan, ölçümlerin yapılması ve sonuçların değerlendirilmesi uzmanlık gerektiren yöntemlerdir. Saha çalışmalarında kullanılmak üzere alternatif bir yaklaşım olarak antropometrik ölçümlerden geliştirilen bel/kalça oranı, bel/boy oranı gibi tahmin modelleri kullanılmaktadır. Bu çalışmanın amacı; sporcuların vücut kompozisyon ölçümleri ile bazı antropometrik ölçümler ve bunlardan geliştirilen tahmin modelleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

Yöntem Bu çalışma, Gençlik ve Spor Bakanlığı Spor Genel Müdürlüğü Sağlık İşleri Daire Başkanlığı'nda yapıldı. Çalışmaya 5 farklı spor dalından (atletizm, cimnastik, taekwondo, tenis, okçuluk) toplam 215 (116 erkek, 99 kadın) sporcu dahil edildi. Kadın sporcuların; ortalama yaşı 15.84± 2.4 yıl, vücut ağırlığı 55.31 ± 12.5 kg'dır. Erkek sporcuların; ortalama yaşı 17.18± 2.6 yıl, vücut ağırlığı 65.83 ± 14.3 kg'dır. Vücut kompozisyonu ölçümleri Tanita MC-980 marka analiz cihazı ile yapıldı. Sporcuların boy uzunluğu, bel ve kalça çevresi ölçümleri yapıldı. Verilerin istatistiksel analizi için SPSS 20.0 İstatistik Paket Programı kullanıldı. Verilerin normal dağılıma uyup uymadığı Kolmogorov- Smirnov testi ile incelenip, parametreler arası ilişkinin belirlenebilmesi için Pearson Korelasyon katsayısı kullanıldı.

Bulgular Çalışmanın sonuçlarına göre; bel çevresi ölçümü ile vücut yağ kütlesi arasında orta düzeyde bir ilişki bulunurken, bel çevresi ölçümü ile vücut ağırlığı, yağsız kütle ve beden kütle indeksi (BKİ) arasında yüksek düzeyde ilişki olduğu gözlendi ($p<0.01$). Bel/kalça oranı ile vücut yağ yüzdesi arasında negatif yönde düşük düzeyde ve yağsız kütleyle pozitif yönde düşük düzeyde bir ilişki olduğu bulundu($p>0,05$). Bel/ boy oranı ile vücut yağ kütlesi, yağsız vücut kütlesi arasında orta düzeyde, BKİ ile çok yüksek düzeyde ilişki olduğu bulunmuştur ($p<0.01$).

Sonuç Çalışmanın sonuçlarına göre saha uygulamaları sırasında vücut kompozisyonu değerlendirilmesi yapılırken bel çevresi ve bel/boy oranı yol gösterici olarak kullanılabilir.

EVALUATION OF BIOELECTRICAL IMPEDANCE CORRELATION WITH ANTHROPOMETRIC MEASUREMENTS AND PREDICTIVE MODELS IN ATHLETES

Abstract and Purposes There are a lot of methods used for evaluation of body composition of athletes which is shown to affect sportive performance in literature. However, most of these methods are expensive and stationary and require certain expertise for doing the measurements and evaluating the results. There are predictive models that are developed from anthropometric measurements such as waist/hip ratio, waist/height ratio, which are considered as an alternative for use in field studies. The purpose of this study is to evaluate the relationship between body composition measurements of athletes and certain anthropometric measurements and predictive models that are developed from.

Methods This study was conducted in Department of Health Services, Center of Athlete Training and Health Research, Sports General Directorship, The Ministry of Youth and Sports. A total of 215 athletes (116 male, 99 female) were included in this study derived from 5 different sports branches (athleticism, gymnastics, taekwondo, tennis, archery). Mean age of female athletes were 15.84±2.4 years

and mean weight was 55.31±12.5 kg. For male athletes, mean age was 17.18±2.6 years, mean weight was 65.83±14.3 kg. Body compositions were measured by using analysis device Tanita MC-980. Heights, waist and hip circumference measurements were made. SPSS 20.0 Statistical Package Program was used for statistical analysis of the data.

Results This study showed moderate correlation between waist circumference and body fat mass while a strong relationship was found between waist circumference and body weight, non-fat mass and body mass index (BMI) ($p<0.01$). There was a weak negative correlation between waist/hip ratio and body fat ratio and a strong positive correlation between waist/hip ratio and non-fat mass ($p>0.05$). The correlation between waist/hip ratio and body fat mass, non-fat mass was moderate while showing strong correlation to BMI ($p<0.01$).

Conclusion The data suggests that waist circumference and waist/height ratio may be a guide when evaluating body composition during field studies.

PB630

KIRKLARELİ İLİNDEKİ SPOR MERKEZLERİNE DEVAM EDEN BİREYLERİN BESİN DESTEK ÜRÜNLERİ KULLANIMI

***[1]Muhammet Ali ÇAKIR*, [1]EREN DUYMAZ, [1]SİBEL SAĞLAYAN**

[1]KIrklareli Üniversitesi Sağlık Yüksekokulu Beslenme Ve Diyetetik Bölümü

Email : *m.ali.cakir@klu.edu.tr, diyetisyenerenduymaz@gmail.com , sblsglyn1995@gmail.com*

Amaç: Bu araştırmada Kırklareli ilindeki spor merkezlerine devam eden bireylerin besin destek ürünlerini kullanımının incelenmesi amaçlandı. Materyal ve Metot: Çalışmaya 175 erkek ile 25 kadın gönüllü katılımcı olmak üzere 200 bireyden oluşmaktadır. Çalışma yüz yüze anket yöntemi ile gerçekleştirilmiş olup, verilerin istatistiksel analizinde SPSS 22.0 programı kullanılmıştır.

Bulgular: Bireylerin BKI değerleri ile sporcu destek ürünü kullanma durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuş olup(p<0,005); sporcu destek ürünü kullanan bireylerin ortalama BKI'leri sporcu destek ürünü kullanmayanlara göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Çalışmaya katılan bireylerin yarısı, çevrede ve medyada gördüğü kişiler gibi kaslı ve fit bir görünüme sahip olmak için, %29'u sağlıklı kalmak için, %13'ü kilo vermek için, %8'i de sağlık problemlerini çözmek için spora başlamışlardır. Çalışmaya katılan bireylerin %71'i kendini normal diye nitelendirirken, %18.5'i kilolu, %10.5'i zayıf olarak nitelendirmektedir. Çalışmaya katılan bireylerin 122 tanesi (%61) besin destek ürünü kullanmakta olup 78 tanesi(%39) besin destek ürünü kullanmamaktadır. Çalışmaya katılan bireylerden besin destek ürünü kullanan bireylerin %28.5'i spor hocasının tavsiyesi ile, %27.5'i kendi bilgileri ile, %5'i ise diyetisyen önerisi ile besin destek ürünü kullanmaktadır. Çalışmaya katılan bireylerden besin destek ürünü kullananlardan 104 birey besin destek ürünlerinin faydası olduğunu düşünürken 12 birey bilmediğini belirtmiştir. 4 birey zararı olduğunu söylerken, 2 birey hiçbir olumlu etkisi olduğunu düşünmemektedir. Besin destek ürünü kullanan katılımcıların 92'si besin destek ürünlerini vücutlarında herhangi bir probleme yol açmadığını belirtmiştir.

Sonuç: Spor merkezine devam eden bireylerin büyük bir çoğunluğu kendisini normal vücut şekline sahip görmektedir. Kaslı ve fit yapıya sahip olmak için spora başladıkları ve yarısından fazlası besin destek ürünleri kullanmaktadır. Besin destekleri kullananları neredeyse tamamı faydalı olduğunu düşünmektedir. Kendi araştırmaları ya da spor hocasının tavsiyesi ile besin desteklerini kullanmaktadır. Bu açıdan sporculara beslenme konusunda gerekli bilgilendirme yapılmalı ve kullanılan destek ürünleri hakkında, beslenme uzmanından bilgi ve öneriler alınması gerekmektedir.

EXAMINATION OF THE USE OF NUTRITIONAL SUPPORT PRODUCTS THE INDIVIDUALS WHO ATTEND SPORTS CENTERS IN KIRKLARELI PROVINCE.

Examination of the use of nutritional support products the individuals who attend sports centers in Kırklareli province. Objective: In this study, it was aimed to examine the use of nutritional support products of the individuals who attend sports centers in Kırklareli province. MATERIALS AND METHODS: The study consisted of 200 individuals, 175 male and 25 female volunteers. The study was conducted by face - to - face survey method and SPSS 22.0 program was used for the statistical analysis of the data. Findings: There was a statistically significant difference (p <0.005) between the individual BMI values and the use of athletic support products. it is seen that the average BMIs of the athletes using support product are higher than those who do not use athletic support products. Half of the individuals participating in the study started to have a muscular and fit look like those in the environment and in the media, 29% to stay healthy, 13% to lose weight, and 8% to start solving health problems. 71% of the individuals participating in the study described themselves as normal, 18.5% as overweight and 10.5% as weak. Of the individuals participating in the study, 122 (61%) were using nutritional support products and 78 (39%) were not using nutritional support products. 28.5% of the individuals using the nutritional support product from the participating individuals are using sportswear advice, 27.5% using their own information and 5% using

nutrition support product with dietician recommendation.. Among the participants who participated in the study, 12 individuals thought that nutritional support products were beneficial to 104 individuals using nutritional support Conclusion: It uses its own research or advice from a sports teacher and nutritional supplements. In this respect, it is necessary to inform the athletes about nutrition and to obtain information and recommendations from nutrition experts about the used support product .

ENGELLİLER İÇİN BEDEN EĞİTİMİ, SPOR VE FİZİKSEL AKTİVİTE / PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS IN DISABILITIES

PB551

FARKLI YAŞLARDAKİ (ERKEK) OTİZMLİ ÇOCUKLARIN 12 HAFTALIK HAREKET EĞİTİMİ (EUROFİT TEST HAREKET EĞİTİMİ) PROGRAMININ BAZI MOTOR BECERİLER ÜZERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

***[1]Alparslan GÜLTÜRK*, [1]Recep Gürsoy**

[1]Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi MUĞLA

Email : *alp.besyo@gmail.com, recepgursoy@mu.edu.tr*

FARKLI YAŞLARDAKİ (ERKEK) OTİZMLİ ÇOCUKLARIN 12 HAFTALIK HAREKET EĞİTİMİ (EUROFİT TEST HAREKET EĞİTİMİ) PROGRAMININ BAZI MOTOR BECERİLER ÜZERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ Bu araştırmanın amacı; okul çağı dönemde eğitim görmekte olan farklı yaş gruplarındaki (en küçüğü 10, en büyüğü 16 yaş) otizmli çocukların 12 haftalık hareket eğitim programı ile bazı motor becerilerin üzerine etkisinin incelenmesidir. Araştırmaya daha önce hareket eğitimi almamış ve kısıtlı ölçüde de olsa eğitim almış olan 7 otizmli çocuk katılmıştır. 12 haftadan oluşan ve haftada 3 gün 1"er saatten oluşan temel hareket eğitimi uygulanmıştır. Araştırmada otizmli çocukların ön test ve son test sonuçlarını eurofit test protokolü parametreleri aracılığı ile analiz edilerek yorumlanmaya çalışılmıştır. Ön test ve son test verilerinin istatistiksel olarak karşılaştırılması sonucuna göre; otur eriş testi (esneklik), durarak uzun atlama, disklere dokunma, mekik testi, el kavrama kuvveti, sırt kuvveti ve bacak kuvvetinde anlamlı farklılıkların olduğu görülmüştür. Sonuç olarak, otizmli çocuklara uygulanan düzenli hareket eğitiminin temel motorik özelliklerin gelişimini olumlu yönde arttırdığı saptanmıştır. Anahtar Kelimeler: Otizm, spor, motor gelişim

INVESTIGATION OF THE EFFECTS OF 12 WEEKLY TRAINING (EUROFIT TEST MOVEMENT EDUCATION) PROGRAM ON SOME MOTOR COMPETENCIES OF CHILDREN IN DIFFERENT AGE AGES

INVESTIGATION OF THE EFFECTS OF 12 WEEKLY TRAINING (EUROFIT TEST MOVEMENT EDUCATION) PROGRAM ON SOME MOTOR COMPETENCIES OF CHILDREN IN DIFFERENT AGE AGES

The aim of this study, is to find out effects of 12 week motion exercise program on some motor skills of autistic children who are at the school level (the age between 10 – 16). İn this study, we applied 12 week basic motion exercise program which is 1 hour every 3 days a week, for the seven autistic children who are untrained and some had low level training. İn this study, we are try to clarify the pre-test and last-test results via Eurofit Protocol Parameters. According to statistical comparison of pre-test and last-test data; we haveameaningfuldifferences in ; sit and access test (flexibility) , long jump with standing , touching disks , shuttle test , hand grip strenght , back strength and leg strength . As a result; we detect that if motion training is regularly applied to the autistic children than it can effect basic motor functions of them positively. Key words:Autism, sports, motor development

FİZİKSEL AKTİVİTE VE SAĞLIK / PHYSICAL ACTIVITY AND HEALTH

PB522

Aerobik egzersiz postmenopozal obez kadınlarda metabolik sendrom risk faktörlerini azaltır

***[1]Yasemin Güzel*, [1]Hüseyin Hüsrev Turnagöl, [1]Şükran Nazan Koşar**

[1]Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Egzersizde Beslenme Ve Metabolizma ABD

Email : *yasmin@hacettepe.edu.tr, deniz@hacettepe.edu.tr, nazank@hacettepe.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Postmenopozal dönemde östrojenin azalmasıyla birlikte obezite, dislipidemi, hipertansiyon ve glukoz intoleransı/diabetes mellitus gibi metabolik sendrom risk faktörleri prevalansı artmaktadır. Diğer taraftan orta şiddetli aerobik egzersiz, metabolik sendrom risk faktörlerinin önlenmesi veya azaltılmasında oldukça etkili bir yöntemdir. Metabolik sendrom görülme riskinin arttığı postmenopozal kadınlarda, aerobik egzersizin metabolik sendrom risk faktörlerine etkisi bilinmemektedir. Bu çalışmanın amacı, postmenopozal obez (PMO) kadınlarda aerobik egzersiz programının, metabolik sendrom risk faktörleri üzerine etkisini incelemektir. Yöntem: Çalışmaya 24 PMO kadın (50-62 yaş arası; BKİ≥30 kg/m2) katılmıştır. Katılımcılar rastgele yöntemle egzersiz (n=12) ve kontrol (n=12) olmak üzere iki gruba ayrılmıştır. Egzersiz grubu 10 haftalık orta şiddetli egzersiz programına (25-40 dk/gün, 3gün/hafta, %50-70 rezerv kalp atım hızı aralığında) katılmıştır. Egzersiz programından önce ve sonra besin tüketim kaydı alınarak analiz edilmiş; vücut kompozisyonu (DXA cihazı ile), bel-kalça çevresi ve kan basıncı ölçülmüş, kan analizleri (glukoz, HbA1c, kan lipidleri) yapılmıştır. Egzersiz etkisi ve gruplar arasındaki farklılığı analiz etmek amacıyla 2x2 (Grup x Zaman) tekrarlı ölçümlerde ANOVA yöntemi kullanılmıştır. Bulgular: Egzersiz grubunda vücut ağırlığı %2,57, yağ kütlesi ise %4,73 oranında azalmıştır ($p<0.05$). Bel ve kalça çevresindeki azalma ise anlamlı değildir ($p>0,05$). 10 haftalık egzersiz sonrasında, glikolize hemoglobin (HbA1c) %3,72 ve açlık kan glukoz düzeyi %6,76 oranında azalırken ($p<0,05$), total kolesterol, HDL, LDL ve trigliserid düzeylerindeki farklılıklar anlamlı değildir. Ayrıca egzersiz grubunda, sistolik kan basıncında %8,3 oranında istatistiksel olarak anlamlı olmayan azalma görülmüştür ($p>0,05$). Sonuç: PMO kadınlarda 10 haftalık aerobik egzersiz vücut kompozisyonunu ve glukoz homeostazını önemli ölçüde iyileştirmiş, bel çevresi ve kan lipid profilini ise anlamlı düzeyde etkilememiştir. Sistolik kan basıncındaki azalma istatistiksel olarak anlamlı olmasa da klinik olarak önemlidir. PMO kadınlarda, düzenli aerobik egzersiz yapılmasının metabolik sendrom risk faktörlerini azaltmakta etkili bir yöntem olabileceği sonucuna varılmıştır.

AEROBIC EXERCISE IMPROVES METABOLIC SYNDROME RISK FACTORS IN POSTMENOPAUSAL OBESE WOMEN

Introduction: The prevalence of metabolic syndrome (MS) risk factors, such as obesity, dyslipidemia, hypertension and glucose intolerance/diabetes mellitus, increases in the postmenopausal period due to the accompanying reduction in estradiol. The effects of moderate aerobic exercise in the prevention or control of MS risk factors have been well documented. However, the effects of aerobic exercise on MS risk factors in postmenopausal women are not known. Thus the aim of this study was to examine the effect of aerobic exercise training (AET) on MS risk factors in postmenopausal obese women (PMOW). Methods: Twenty-four PMOW (aged 50-62 years; BMI≥30 kg/m2) randomly assigned into two groups: Control (n=12) and Exercise (n=12). Exercise group performed AET (25-40 min/day, 3 days/week at 50-70% of heart rate reserve) for 10 weeks. Food intake, body composition, waist to hip ratio (WHR) and blood pressure were measured, fasting blood glucose, HbA1c and blood lipids were analysed before and after the training program. A general linear model of 2×2 (time×group) repeated measures analysis of variance was used to determine effect of intervention over time. Results: AET resulted in decrease in body weight and fat mass by 2.57% and 4.73%, respectively ($p<0.05$). Reduction in WHR was not significant ($p>0.05$). HbA1c and fasting plasma glucose level decreased by 3.72% and 6.76% respectively ($p<0.05$), while the changes in total cholesterol, HDL, LDL and triglyceride levels were not significant ($p>0.05$). After AET, there was also a statistically non- significant decrease (8.3%) in systolic blood pressure. Conclusion: Ten weeks AET improved body composition and glucose homeostasis, but did not affect waist circumference or blood lipid profile in PMOW. Although the decrease in systolic blood pressure was not statistically significant, it is clinically meaningful. In conclusion, participating in regular aerobic exercise seems to be an effective way to control metabolic syndrome risk factors in this group.

PB680

12 HAFTALIK FİZİKSEL UYGUNLUK ÇALIŞMALARININ KADIN VE ERKEKLERDE VÜCUT KOMPOZİSYONU ÜZERİNDEKİ ETKİLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Dilek Nar*, [1]Şükran Kolukısa , [2]Fatih Kaya, [3]Mustafa Said Erzeybek**

[1]The Vasil Levski National Sports Academy, Sofya, Bulgaristan
[2]Erzincan Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü, Erzincan, Türkiye
[3]Dumlupınar Universitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Kütahya, Türkiye

Email : *nar_dilek@hotmail.com, nar_dilek@hotmail.com, fkaya@erzincan.edu.tr, msaid.erzeybek@dpu.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Fiziksel uygunluk çalışmaları arasında aerobik egzersizler günümüzde kullanılan en yaygın fiziksel aktivitelerdir. Bu çalışmada, 12 haftalık aerobik çalışmalarının beden kompozisyonları üzerindeki etkinliği incelendi. Yöntem: Aerobik egzersizler (~45-60 dk.: ısınma+germe, koşu, bisiklet, kros, serbest ağırlıklarla dairesel antrenman, soğuma+germe) İstanbul'da bir fitnes merkezine devam eden 16-62 yaş aralığında 199 sedanter kişeye (122 erkek, 77 kadın) uygulandı. Beden kompozisyonuna ilişkin parametreler biyoelektrik impedans yöntemi ile aylık olarak ölçüldü. Katılımcıların tıbbi öykü durumları, fiziksel aktiviteye hazır olma ve fiziksel aktiviteye katılma düzeyleri süreç boyunca izlendi. Değerlendirmeler, her iki cinsiyet için yapıldı. İstatistiksel değerlendirmede tanımlayıcı istatistik ve tekrarlı ölçümler varyans analizi kullanıldı. Bulgular: Araştırma sonucunda, 12 haftalık aerobik çalışmalar kadınlar üzerindeki etkileri daha fazla olmakla birlikte her iki cinsiyetin vücut kompozisyonu parametrelerine olumlu etkiler yaptığı gözlendi. İkinci aydan itibaren gözlenen değişimler daha dramatikti. Sonuç : Sonuç olarak, düzenli fiziksel aktiviteye devam etmenin her iki cinsiyet açısından olumlu sonuçları bu çalışmada tekrar kaydedildi.

Anahtar kelimeler: fiziksel uygunluk çalışmaları, beden kompozisyonu, sedanter insanlar

INVESTIGATION OF THE EFFECTS OF 12 WEEKS PHYSICAL FITNESS WORKOUTS ON THE BODY COMPOSITION IN WOMEN AND MEN

Introduction and Purpose: Among the fitness workouts; the aerobic exercises is one of the most prevalent physical activities used today. In this study, the efficiency of 12 weeks aerobic activities on the body composition were studied. Method: Aerobic exercises (~45-60 min: warming up+stretching, running, cycling, cross, circuit training with free weights, cooling down+stretching) were applied to 199 sedentary people (age 16 to 62; 122 men, 77 women) ongoing a fitness center in Istanbul. The parameters related to body composition were measured by using bioelectrical impedance method for three times during three months. The medicinal background, readiness to physical activity and participation to physical activity of the individuals were monitored during three months. The assessments were made for both gender. For statistical evaluation, descriptive statistics and repeated measures ANOVA were used. Results: We found the positive contributions of 12 weeks fitness workouts on the body composition parameters of both gender. The most remarkable changes were observed in women. The changes observed from the second month were more dramatic. Conclusions: In conclusion, we confirm the positive effects of regular physical activities at all age and both gender.

Key words: physical fitness workout, body composition, sedentary people

FİZİKSEL UYGUNLUK / PHYSICAL FİTNESS

PB900

14 HAFTALIK ZENGİNLEŞTİRİLMİŞ SPOR AKTİVİTELERİNİN (ZSA) 8-14 YAŞ KIZ VOLEYBOLCULARIN FİZİKSEL GELİŞİMLERİ ÜZERİNE ETKİSİ

***[1]Meltem Kızılyallı*, [1]F. Neşe Şahin**

[1]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Email : *eren@ankara.edu.tr, nesehome@hotmail.com*

Giriş: Son yıllarda fiziksel uygunluğunun ölçülmesi amacıyla çeşitli test bataryaları geliştirilmiştir. Avrupa Birliği Erasmus+ Sport Programı tarafından desteklenen Zenginleştirilmiş Spor Aktiveleri Programı, Avrupa genelinde 6-14 yaş aralığındaki çocukların fiziksel uygunluk ve motor koordinasyonunu tahmin etmek ve izlemek amacıyla en uygun fiziksel uygunluk bataryasını geliştirmeyi hedeflemektedir.

Amaç: Bu çalışmada amaç, 27 üniteden oluşan, 14 haftalık Zenginleştirilmiş Spor Aktiveleri (ZSA) programının 8-14 yaş kız voleybolcuların fiziksel gelişimleri üzerine etkisini araştırmaktır.

Yöntem: Çalışmaya 70 kız (8-14 yaş aralığında) voleybolcu katılmıştır. Voleybolcular deney (n=35) ve kontrol (n=35) grubu olarak iki gruba ayrılmıştır. Deney grubundaki voleybolculara normal antrenman programına ek olarak 14 hafta boyunca haftada en az 2 kez ZSA antrenmanı yaptırılmıştır. Kontrol grubundaki voleybolcular normal antrenman programına devam etmişlerdir. Çalışmada ön test ve son test yöntemi uygulanmıştır. Çalışmanın başında ve sonunda her iki gruba oturarak top fırlatma testi (1kg/3kg), durarak uzun atlama, 30 m. Sprint, Illinois Testi, ESA Testi ve Leger Testi yapılmıştır.

Bulgular: Grupların ön test ve son test değerleri karşılaştırıldığında, deney grubunun ön test ve son test ortalamalarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmiştir ($p<0,05$)

Sonuç: Fiziksel uygunluğu belirlemek amacıyla geliştirilen Zenginleştirilmiş Spor Aktiviteleri Programının içeriğinin kız voleybolcuların fiziksel gelişimlerine olumlu katkıda bulunduğu söylenebilir.

*Bu çalışmada, Avrupa Birliği Erasmus+ Sport Programı tarafından desteklenen "Enriched Sport Activities (ESA) Sport-579661-EPP-1-2016-2-IT-SPO-SCP no'lu proje kapsamında elde edilen verilerin bir kısmı kullanılmıştır.

THE EFFECT OF 14 WEEK ENRICHED SPORT ACTIVITIES (ESA) PROGRAM ON PHYSICAL DEVELOPMENT OF FEMALE VOLLEYBALL PLAYERS AGED 8-14

Introduction: Various test batteries assessing physical fitness have been designed in recent years. Enriched Sport Activities (ESA) Program, cofounded by the Erasmus + Program of the European Union, aims to design the most suitable test battery to predict and monitor physical fitness and motor coordination among children aged 6-14 years across Europe.

Aim: The aim of the study is to investigate the effects of 14 week Enriched Sport Activities (ESA) program composed of 27 units on physical development of female volleyball players aged 8-14

Method: 70 female (aged 8-14) volleyball players participated in the study, subjects were divided into experimental group (n=35) and control group (n=35). Experimental group trained with ESA Program units along with their normal training program for at least 2 days a week, for 14 weeks. Control group performed the normal training program. Pretests and posttests were run at the beginning and at the

end of the intervention program, subjects performed seated ball throw (1 kg/3 kg), standing long jump, 30 m. Sprint, Illinois Test, ESA Test and Leger Tests.

Findings: Pretest and posttest results yielded that there was a significant difference between the pretest and posttest results of the experimental group ($p<0,05$).

Conclusion: It can be said that Enriched Sport Activities Program Units had a positive effect on the physical development of female volleyball players. *Some of the data used in this study was part of a Project cofounded by European Union Erasmus+ Sport Program "Enriched Sport Activities (ESA) Key Action: Sport-579661-EPP-1-2016-2-IT-SPO-SCP

KİNANTROPOMETRİ / KINANTROPOMETRY

PB244

ARTİSTİK BUZ PATENİ SPORCULARINDA BAZI ANTROPOMETRİK ÖZELLİKLERİN İNCELENMESİ

***[1]Emine Kutlay*, [2]Gamze Güner**

[1]Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İzmir, Türkiye
[2]Artistik Buz Pateni Milli Takım Antrenörü, İzmir, Türkiye

***Email :** emine.kutlay@ege.edu.tr, gamzeiyiis@gmail.com*

Özet Giriş ve Amaç: İzmir ilinde artistik buz pateni sporcularının bazı antropometrik özellikleri incelendi.

Yöntem: Ölçümlere İzmir Büyükşehir Belediyesi Spor Kulübünden 26 sporcu (6-17 yaş) katıldı. Erkeklerin sayısı (n=4) yetersiz olduğu için çalışmaya dahil edilmedi. Kızların (n=22) spora başlama yaşı ortalaması 6.0±1.6, haftalık antrenman saati ortalaması 8.8±1.6 saatti. Beş ayrı yaş (ondalık yaş) kategorisi oluşturuldu. Antropometrik ölçümler, ISAK tarafından akredite edilmiş III Seviye antropometrist tarafından ISAK protokolüne (1) uygun alındı. Gevşek ve kasıl kol, bel, kalça ve baldır çevresi, Triceps, Subscapular, Biceps, Iliac Crest, Supraspinale, Abdominal, Thigh ve Calf deri kıvrım kalınlıkları, Humeral ve Femoral çap ölçümleri, vücut ağırlığı, boy uzunluğu, oturma yüksekliği, ve kulaç uzunluğu ölçüldü (Sınırlandırılmış Profil) ve 8 deri kıvrımı toplamı, vücut yağ oranı (2) VKI, Manouvrier Index, bel/kalça oranı hesaplandı. Ölçümler 2017 tarihinde sezon başında alındı. IBM SPSS 25.0 istatistik programı kullanılarak tanımlayıcı istatistik analizi yapıldı. Yaş kategorilerindeki yüzde artış miktarları hesaplandı. 13 yaş ve üzeri sporcuların en belirgin yüzde artış miktarları incelendi.

Bulgular: Tüm parametrelerde yaş, büyüme ve gelişim ile birlikte artış gözlendi. 13 yaş ve üzeri en belirgin artış, sırasıyla vücut ağırlığı, suprasipinale, iliac crest, abdominal ve subscapular deri kıvrımı kalınlıkları ve VKİ değerlerinde görüldü.

Sonuç: Bu ölçümler sporcuların doğru büyüme ve gelişimlerini destekleyebilir. Artistik buz pateni erken özelleşen spor dallarından biridir ve antrenman etkilerinin takibinde bu değerler izlenebilir.

Anahtar kelimeler: Antropometrik ölçümler, Artistik buz pateni, sporcular

Kaynaklar 1. Marfell-Jones MJ, Olds T, Stewart AD. & Carter L. International Standards for Anthropometric Assessment. 2006 Potchefstroom, South Africa. 2. Slaughter MH, Lohman TG, Boileau RA, Horswill CA, Stillman RJ, Van Loan MD. & Bemben, DA. Skinfold equations for estimation of body fatness in children and youth. Hum Biol. 1988; 60: 709-23.

INVESTIGATION OF SOME ANTHROPOMETRIC CHARACTERISTICS IN FIGURE SKATERS

Introduction and aim: In Izmir province some anthropometric characteristics of artistic ice skating athletes were investigated.

Methods: 26 athletes (6-17 years) participated in the measurements from İzmir Metropolitan Municipality Sports Club. It was not included in the study because the number of boys (n=4) was insufficient. The sports start ages of the girls (n=22) mean was 6.0±1.6, and the weekly training hours mean was 8.8±1.6 hours. Five different age categories (decimal age) were created. Anthropometric data were collected by an accredited ISAK Level III anthropometrist following the ISAK manual (1). Relaxed and Contracted Arm, Waist, Gluteal and Calf girths, Triceps, Subscapular, Biceps, Iliac Crest, Supraspinale, Abdominal, Thigh and Calf skinfolds, Humeral and Femoral breadths, body weight, stature, sitting height and arm span were measured (Restricted Profile) and used to determine the sum of 8 skinfolds, percentage of body fat (2), BMI and Manouvrier Index, waist to hip ratio. Measurements were taken at the beginning of season in 2017. Descriptive statistics were reported using IBM SPSS 25.0 statistical programme. Percentage increments in age categories were calculated. The most prominent percentage increases in 13-year-old and over-athletes were examined.

Results: All parameters were observed together with increment in age, growth and development. The most significant increase was seen respectively in body weight, suprasipinale, illiac crest, abdominal, subscapular skin fold thickness, and BMI values in 13- year-old and over-athletes

Conclusion: These measurements can support the correct growth and development of athletes. Figure skating is one of the early specialized sports branches and these values can be monitored following training effects. Key Words: Anthropometric measurements, Figure skating, Athletes.

MOTOR GELİŞİM VE ÖĞRENME / MOTOR DEVELOPMENT AND LEARNING

PB57

OKUL ÖNCESİ DÖNEMDE HAREKET EĞİTİMİ ÇALIŞMALARININ MOTOR GELİŞİME ETKİSİ

[1]Cansu ÇELEBİ, [2]Betül BAYAZIT, [1]Okan Serhat TUNCİL, [3]Ozan YILMAZ

[1]Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı, Kocaeli
[2]Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Kocaeli
[3]Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı Mezunu, Kocaeli

Email : *trkmncns@gmail.com, bayazitbetul@gmail.com, okan.serhat.tuncil@gmail.com, ozanyilmaz57@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı, okul öncesi dönemde hareket eğitimi çalışmalarının motor gelişime etkisinin incelenmesidir. Araştırma grubunu, Kocaeli ilinde bulunan çalışmanın kurumunda yapılmasına onay veren özel bir anaokulunda eğitim gören ve çalışmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden yaş aralığı 4-6 olan 10 deney 10 kontrol grubu olmak üzere toplam 20 çocuk oluşturmaktadır.

Yöntem: Çalışma programı haftada 3 gün, günde 40 dakika olmak üzere toplam 8 hafta sürmüştür. Çalışma programının içeriği çocukların yaş ve seviyesine uygun olarak programlanmış lokomotor, manipulatif ve dengeleme hareketlerinden oluşan eğlenceli oyunlarla bütünleştirilmiştir. 8 haftalık çalışma programı öncesinde ve sonrasında denge, topla sekme, 7m koşu, yakalama, atlama, sıçrama olmak üzere toplam 6 test parametresi ölçülerek çalışma programının etkisine bakılmıştır.

Bulgular: Elde edilen veriler, SPSS 21.0 paket programında tanımlayıcı istatistiksel işlemler yapıldıktan sonra Shapiro-Wilk sonucuna göre parametrik testlerden Paired Samples Testi ve Independent Samples Testi uygulanmıştır. Anlam düzeyi 0.05 olarak alınmıştır.

Sonuç: Deney grubunun denge ve topla sekme ön test-son test parametrelerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0.05$). Araştırma grubunun, ön test- son test değerleri karşılaştırıldığında denge, topla sekme, 7m koşu, atlama ve sıçrama testi parametrelerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0.05$).

Anahtar Kelimeler: Hareket eğitimi, motor gelişim, okul öncesi dönem

THE EFFECT OF MOVEMENT EDUCATION IN PRESCHOOL PERIOD TO MOTOR DEVELOPMENT

Introduction and Purpose: The goal of this study is to analyze the effect of movement education in preschool years to motor development. The focus group of this study is made up of 20 children, 10 of which are boys and 10 of which are girls, between the ages 4 and 6 and who are going to school in a private kindergarten in Kocaeli that allowed this study to be made in the institution where the study is made.

Method: The study lasted for eight weeks, three days a week and forty minutes a day. The content of the study program is created properly for the age and fitness level of the children and integrated with fun games consisting of locomotor, manipulative and balancing movements. Before and after the 8-week study program, the 6 test parameters of balance, bouncing with a ball, 7-meter running, catching, jumping and skipping were measured and the effect of the study program is analyzed.

Analysis of Results: After the acquired data underwent descriptive statistical operations on the SPSS 21.0 package program, Paired Samples and Independent Samples parametric tests were made with regard to the result of Shpiro-Wilk. Significance value is set as 0.05.

Result: A statistically significant difference was detected in the balance and bouncing with a ball preliminary and final test parameters ($p>0.05$). A statistically significant difference was detected in the balance, bouncing with a ball, 7-meter running, jumping and skipping preliminary and final test parameters ($p>0.05$).

Key Words: Movement education, motor development, preschool period

REKREASYON / RECREATION

PB517

TÜRKİYE'DE YAŞAYAN BİREYLERİN BOŞ ZAMAN AKTİVİTESİ OLARAK FACEBOOK KULLANIMLARININ BAZI DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ

[1]Süleyman Munusturlar, [1]Müge Akyıldız Munusturlar, [1]Erdal Ozan Çelik

[1]Eskişehir Teknik Üniversitesi, Eskişehir

Email : *suleymanmunusturlar@anadolu.edu.tr, mugeakyildiz@anadolu.edu.tr, erdalozancelik@anadolu.edu.tr*

Giriş Teknolojik gelişmeler yaşamın her noktasındaki kavramları etkilediği gibi boş zaman kavramı da bu değişimden nasibini almıştır. Özellikle teknoloji gelişimi sonucu insanların boş zamanlarındaki artış ve boş zaman alışkanlıklarının farklılaşması bu değişimin en önemli göstergelerindendir. Son yılların popüler alışkanlığı olan sosyal medya kullanımı artık yaşamımızın en önemli boş zaman alışkanlıkları başında nitelendirilmeye başlamıştır. Yöntem Araştırmanın örneklemini Türkiye' de yaşayan ve kolay ulaşılabilir örnekleme yoluyla ulaşılmış 167 erkek ve 134 kadın, toplam 301 kişi oluşturmaktadır. Bireylerin boş zaman aktivitesi olarak Facebook deneyimlerini ve kullanım amaçlarını ölçmeye yönelik Akyıldız ve Argan (2015) tarafından geliştirilen "Boş Zaman Deneyimi Ölçeği" kullanılmıştır. Katılımcıların Facebook kullanım yoğunluklarını ölçmek için ise, Ellison ve ark. (2007) tarafından geliştirilen "Facebook Kullanım Yoğunluğu Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin analizinde t-testi, ANOVA, ve pearson korelasyon testlerinden yararlanılmıştır. Bulgular Araştırma bulguları, Facebook' un 21-30 yaş arası bireylerin 11-20 yaş arası bireylere göre daha fazla öğrenme ve okul aktiviteleri amacıyla kullanıldığı yönünde anlamlı fark bulunmuştur ($p>0.05$). Günde 8-10 saat arası Facebook kullananların 1 saatten az kullananlara göre daha fazla eğlenme amacı taşıdığı, 5 saatten fazla Facebook kullanımında kaçış ve uzaklaşma amacının öne çıktığı görülmüştür ($p>0.05$). Yapılan ilişki analizi sonucunda, kullanım deneyimi ve kullanım amacı arasında pozitif yönlü yüksek ilişki ($r=762$) kullanım yoğunluğu ve kullanım amacı ($r=504$) ve kullanım deneyimi ($r=539$) arasında ise pozitif yönlü orta düzey bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Sonuç Facebook platformunda daha fazla zaman geçiren kişilerin eğlenme amacı taşıdığı saptanmıştır. Aynı zamanda günde 5 saat veya daha fazla vakit ayıran bireylerin içinde bulunduğu durumdan uzaklaşma amacıyla Facebook kullandığı gözlemlenmiştir. 21-30 yaş aralığındaki bireylerin kendilerinden daha genç bireylere göre Facebook kullanım amacında, daha fazla eğitsel aktivitelere yöneldiği söylenebilmektedir. Araştırma sonucunda Facebook kullanımının bireysel farklılıklara göre değişen deneyimler sunduğu ve eğilimlerin çeşitli değişkenlerden etkilendiği saptanmıştır.

INVESTIGATION OF TURKISH PEOPLE WHO USE FACEBOOK AS A LEİSURE ACTIVITIES IN TERMS OF DIFFERENT VARIABLES

Introduction Technological developments affect not only the concepts of life but also the concept of leisure time. Especially the increase in leisure time and changing leisure time habits as a consequence of development in technology are the most important indicators of this change. The use of social media, a popular habit of recent years, has now begun to be characterized by the most important leisure habits of our lives. Method The study sample selected through convenience sampling method of 167 men and 134 women, it constitutes a total of 301 people. The "Leisure Experience Scale" developed by Akyildiz and Argan (2015) was used to measure Facebook experiences and usage as leisure activities for individuals. To measure participants' Facebook usage intensities, Ellison et al. (2007) developed "Facebook Intensity Scale" was used. In the analysis of the data, t-test, ANOVA, and Pearson correlation tests were used. Findings The findings of the study showed that user whose age between 21-30 years old were using for learning and school activities than 11-20 year olds ($p> 0.05$). It is seen that Facebook users who spend 8-10 hours per day carry more fun than users who use less than 1 hour, and user who use more than 5 hours are intend ed to get away and escape ($p> 0.05$). As a result of the relationship analysis, there was a positive correlation ($r = 762$) between use experience and purpose of use. it was also found that there was a positive moderate correlation between use intensity and use intention ($r = 504$) and use experience ($r = 539$). Conclusion As a result of the study, it was determined that the use of Facebook provided varied experiences according to individual differences and the trends were influenced by various variables.

PB862

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN BOŞ ZAMAN ALGISININ İNCELENMESİ

[1]HALİME DİNÇ, [1]ADEM POYRAZ, [2]BUĞRA KOCA, [1]KEZİBAN AYDEMİR

[1]Afyon Kocatepe Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, AFYONKARAHİSAR
[2]Afyon Sağlık Bilimleri Üniversitesi Tıp Fakültesi Biyokimya ,AFYONKARAHİSAR

Email : *halimedinc@yandex.com, apoyraz63@gmail.com, bugrakoca@yahoo.com, kezibanaydmr@gmail.com*

ÖZET Amaç: Bu araştırmada, Üniversite öğrencilerinin boş zaman algılarının incelenmesi amaçlanmıştır. Materyal ve Yöntem: Araştırma örneklemini, Afyon Kocatepe Üniversitesinin farklı fakülte ve bölümlerinde öğrenim gören 488 kadın, 473 erkek olmak üzere toplam 961 öğrenci oluşturmaktadır. Öğrencilerin yaş ortalamaları 21,54±2,09 olarak tespit edilmiştir. Araştırmada veri toplama aracı olarak, "Boş zaman anlamı ölçeği" ve demografik değişkenlerden oluşan anket formu kullanılmıştır. Verilerin analizinde; betimsel istatistik yöntemleri, Independent Samples T Testi ve tek yönlü Varyans Analizi (ANOVA) testleri kullanılarak değerlendirilmiştir. Bulgular: Araştırmada elde edilen bulgular doğrultusunda Üniversite öğrencilerinin boş zaman algılarının iyi seviyede olduğu belirlendi. Öğrencilerin cinsiyet, fakülte, düzenli fiziksel aktiviteye katılım ve düzenli serbest zaman aktivitelerine katılımlarına göre boş zaman algılarının anlamlı farklılık gösterdiği tespit edildi. Sonuç olarak; Üniversite öğrencilerinin boş zaman algısının iyi seviyede olduğu, boş zaman algısının kadınların erkeklerden daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Buna ek olarak Güzel Sanatlar Fakültesi öğrencilerinin boş zaman algısının en yüksek, Hukuk Fakültesi öğrencilerinin ise en düşük boş zaman algısına sahip oldukları tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimler: Üniversite Öğrencileri, Boş Zaman Algısı, Boş Zaman, Rekreasyon

ANALYSIS OF LEISURE TIME PERCEPTION OF UNIVERSITY STUDENTS

ABSTRACT

Objective: In this research, it is aimed to examine the leisure time perceptions of university students. Material and Methods: The sample of the research consists of a total of 961 students, 488 female and 473 male students attending different faculties and departments of Afyon Kocatepe University. The average age of the students are determined as 21.54 ± 2.09. As a means of collecting data in the survey, a questionnaire consisting of "The Meaning of Leisure Scale" and demographic variables was used. In the analysis of the data by using descriptive statistical methods, Independent Samples T Test, and one-way ANOVA tests were evaluated . Results: It was determined that leisure time perceptions of university students were at a good level in the direction of the results obtained in the research. It was found that leisure time perceptions differed significantly according to gender, faculty, participation in regular physical activity and participation in regular free time activities. As a result; It was determined that leisure time perception was at a good level in university students, leisure time perception women were higher than men. In addition, leisure time perception have been determined that students of Fine Arts Faculties was the highest and students of Law Faculties had the lowest leisure time perception.

Key Words: University Students, Leisure Time Perception, Leisure, Recreation

SPOR YARALANMALARINI ÖNLEME VE REHABİLİTASYON / SPORTS INJURY PREVENTION AND REHABILITATION

PB6

ELEKTRİK STİMULASYONU UYGULAMASI YARALANMA RİSKİNİ ARTIRIR MI?

***[1]Nihan Özünlü Pekyavaş*, [1]Neziha Hasaltun, [1]Berkan Kozan, [1]Çağatay Sağlam, [1]Nail Abidin Yaraşır**

[1]Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Fizyoterapi Rehabilitasyon Bölümü, ANKARA

***Email :** nihan_2002@hotmail.com, nezihahsltn@gmail.com, kozanberkan@gmail.com, cagatay5506@gmail.com, nailabidin@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Sporcularda yaralanma riskinin azaltılabilmesi spor hayatının uzun soluklu devamlılığını sağlayabilmek açısından önemli bir faktördür ve literatürde bu konuyla ilgili pek çok çalışma yer almaktadır. Kasa yüklenme sonucu açığa çıkan sıcaklık artışı termografik görüntüleme ile belirlenebilmekte ve anormal ısı artışı yaralanma riskini dolaylı yoldan belirleyebilmektedir. Kas kuvvetinin artırılması için özellikle rehabilitasyon programları içerisinde kullanılan popüler uygulamalar arasında elektrik stimulasyonu da yer almaktadır. Fakat elektrik stimulasyonu ile yaralanma riskinin artırılıp azaltılacağına dair herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Çalışmamızın amacı kas kuvvetlendirme amacıyla yapılan elektrik stimulasyonunun yaralanma riskine olan etkisini araştırmaktır.

Yöntem: Çalışmamıza 40 gönüllü futbol oyuncusu dahil edildi. Bireyler randomize olarak iki gruba ayrıldı. Grup 1'deki bireylere (n=21, Yaş, X±SD: 21,71±1,55 yıl; BMI, X±SD: 23,24±3,73kg/m2) Quadriceps kasına yönelik elektrik stimulasyonu uygulaması yapıldı. Grup 2'deki bireyler (n=19, Yaş, X±SD: 21,89±1,14 yıl; BMI, X±SD: 22,32±3,13kg/m2) kontrol grubu olarak çalışmaya dahil edildi. Her iki grubun Quadriceps Femoris kasına yönelik termografik ölçümleri FLIR E5 termal kamera ile uygulama öncesi ve sonrası olacak şekilde alındı. Her iki grubun grup içi istatistiksel olarak karşılaştırılması için Wilcoxon testi, gruplar arası karşılaştırma için ise Mann Whitney-U analizi kullanıldı. İstatistiksel anlamlılık değeri $p<0,05$ kabul edildi.

Bulgular: Elektrik stimulasyonu öncesi ve sonrası elde edilen termografik ölçüm sonuçları karşılaştırıldığında Grup 1de istatistiksel olarak anlamlı fark bulunurken (p=0,001), Grup 2'de anlamlı fark olmadığı görülmüştür (p=0,601). İki grup karşılaştırıldığında ise istatistiksel olarak anlamlı farka rastlanmıştır ($p\leq0,001$).

Sonuç: Çalışmamız sonucunda elektrik stimulasyonu uygulamasının termal değerleri yükselttiğini ve bu sebepten dolayı da yaralanma riskini artırabileceğini düşünmekteyiz. Bu sebeple elektrik stimulasyonu uygulamasından hemen sonra antrenmana başlanmasının yaralanma oluşumunda tetikleyici faktör olabileceği göz önünde bulundurulmalıdır. Sporcunun antrenman ve rehabilitasyon programlarında bu faktöre dikkat edilmesinin yaralanmaların önlenmesinde önemli olabileceğini düşünmekteyiz.

DOES THE USE OF ELECTRICAL STIMULATION INCREASE THE RISK OF INJURY?

Introduction and Purpose: Reducing the risk of injury of the athlete is an important factor in ensuring the long-term survival of the sport's life and there are many studies in the literature about this subject. The increase in temperature after the loading the muscle can be determined by thermographic imaging and the abnormal temperature increase can indirectly determine the risk of injury. Electrical stimulation is also one of the popular applications for increasing muscle strength, particularly in rehabilitation programs. However, no studies have been conducted on whether electrical stimulation increases or decreases the risk of injury. The purpose of our study is to investigate the effect of electrical stimulation on the risk of injury.

Method: Forty volunteered soccer players were included in our study. The individuals were randomly divided into two groups. Electrical stimulation to quadriceps muscle was performed on subjects in Group1 (n=21,Age,X±SD:21,71±1,5 years,BMI,X±SD:23,24±3,73kg/m2). Subjects in Group2 were included as control group (n=19,Age,X±SD:21,89±1,14years;BMI,X±SD:22,32±3,13kg/m2).

Thermographic measurements of both groups at Quadriceps femoris muscle were taken before and after application with FLIR E5 thermal camera. Wilcoxon test was used for statistical comparison of groups and Mann Whitney-U analysis was used for comparison between groups. Statistical significance was accepted as $p<0,05$.

Results: When the results of thermographic measurements were compared, there was statistically significant difference in Group1 ($p=0,001$) and no significant difference in Group2 ($p=0,601$). Statistically significant difference was also found between groups ($p\leq0,001$).

Conclusion: We think that applying electrical stimulation increases the thermographic results, which may increase the risk of injury. Therefore, it should be taken into consideration that the initiation of training immediately after the application of electrical stimulation may be a triggering factor in the occurrence of injury. We consider this factor to be important in the sportman's training and rehabilitation programs, which may be important in preventing injuries.

SPOR YÖNETİMİ / SPORTS MANAGEMENT

PB88

ÖRGÜTSEL SİNİZM: SPOR GENEL MÜDÜRLÜĞÜ ÇALIŞANLARININ BAZI DEMOGRAFİK ÖZELLİKLERİNE YÖNELİK BİR İNCELEME

[1]Hacalet MOLLAOĞULLARI, [1]Ürküş BERBER

[1]Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, MUĞLA

Email : *mhacalet@mu.edu.tr, urkusberber@gmail.com*

Örgütsel Sinizm: Spor Genel Müdürlüğü Çalışanlarının Bazı Demografik Özelliklerine Yönelik Bir İnceleme Hacalet Mollaoğulları*, Ürküş Berber** *Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi **Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı Yüksek Lisans Öğrencisi

Özet Bu araştırmanın amacı, Spor Genel Müdürlüğü çalışanlarında örgütsel sinizmin bazı demografik değişkenlere göre incelenmesidir. Ölçme aracı olarak Brandes, Dharwadkar ve Dean (1999) tarafından geliştirilen ve Karacaoğlu ve İnce (2012) tarafından Türkçe'ye uyarlanan üç boyutlu sinizm ölçeği (bilişsel, duyuşsal ve davranışsal boyut) kullanılmıştır. Veriler Spor Genel Müdürlüğü çalışanlarından (n=176) elde edilmiştir. Bağımsız örneklem t testi ve tek yönlü ANOVA testi sonuçlarına göre, yaş, cinsiyet ve çalışma süresi ile sinizm ve alt boyutları arasında herhangi bir anlamlı fark bulunamamıştır ($p>0.05$). Korelasyon analizinde ise, yaş değişkeninin sadece duyuşsal boyut ($r=.158$; $p<0.05$) ile anlamlı ve pozitif ilişkisi, çalışma süresinin ise duyuşsal boyut ($r=.189$; $p<0.05$) ve sinizm ($r=.151$; $p<0.05$) ile anlamlı ve pozitif ilişkisi bulunmuştur. Bu araştırmanın sonuçlarına göre, yaş ilerledikçe duyuşsal anlamda sinizm algısı artmaktadır. Benzer şekilde, çalışma süresi arttıkça kişilerde sinizm algısı yükselmektedir. Bu durum, yaşın ve çalışma süresinin artmasına bağlı olarak kişilerin sinizm konusunda daha fazla tecrübe edinmelerine bağlanabilir. Anahtar Kelimeler: Örgützel Sinizim, Spor Genel Müdürlüğü Çalışanları

ORGANIZATIONAL CYNICISM: AN INVESTIGATION OF SOME DEMOGRAPHIC VARIABLES OF THE GENERAL DIRECTORATE OF SPORTS EMPLOYEES

Organizational cynicism: An investigation of some demographic variables of the General Directorate of Sports Employees Abstract The aim of this research is to examine organizational cynicism according to some demographic variables of the Sports General Directorate employees. Three dimensional cynicism scale (cognitive, affective and behavioral dimension) developed by Brandes, Dharwadkar and Dean (1999) and adapted to Turkish by Karacaoğlu and İnce (2012) was used as a measurement tool. Data were obtained from employees of the General Directorate of Sports (n = 176). Independent sample t test and one-way ANOVA test results showed no significant difference between age, gender and duration of study and cynicism and sub-dimensions ($p> 0.05$). In the correlation analysis, the age variable was significantly and positively correlated only with the affective dimension ($r = .158$; $p <0.05$) and the study duration with the affective dimension ($r = .189$; $p <0.05$) and cynicism ($r=.151$; $p<0.05$). According to the results of this research, as age progresses, the sense of cynicism increases in affective sense. Similarly, as the duration of work increases, the perception of cynicism increases. This can be attributed to the increased experience of cynicism by people on the basis of age and working time. Key Words: Organizational Cynicism, Sports General Directorate Employees

PB137

MESLEK LİSESİNDE ÖĞRENİM GÖREN LİSE ÖĞRENCİLERİNİN SOSYAL MEDYA KULLANIM AMAÇLARI İLE EĞİTSEL SOSYAL MEDYA KULLANIMLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ

***[1]Şerife Gamze ÜLKER*, [2]Nihal Yurtseven, [2]Suzan Dal, [2]Betül Şahin, [1]Şerife Gamze Ülker, [3]Bora Çavuşoğlu**

[1]İstanbul Esenyurt Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, İstanbul
[2]İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul
[3]İstanbul Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

***Email :** gamzeulker@gmail.com, cny@istanbul.edu.tr, suzanndal@gmail.com, btlsahngs@gmail.com, gamzeulker@gmail.com, boracavusoglu@windowslive.com*

GİRİŞ ve AMAÇ: Sosyal ağlar, içerisinde barındırdığı etkileşim ve iletişim araçları, yaygın kullanım oranı ile eğitimsel anlamda önemli bir potansiyele sahiptir. Ülkemizde de ilköğretim, lise ve üniversite öğrencilerinin bu ağları sıklıkla kullandıkları görülmektedir. Bu çalışmada, meslek lisesinde okuyan öğrencilerin sosyal medya sitelerini kullanma durumları, kullanma amaçları ve eğitsel bağlamda kullanılmasına yönelik öğrenci görüşleri incelenmiştir. YÖNTEM: Araştırma, Nüket Ercan Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi öğrencileri ile yürütülmüştür. Çalışmanın örneklemi 109 kız ve 56 erkek olmak üzere toplam 165 öğrenciden oluşmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak sosyal medya sitelerini kullanma amaçlarını belirlemeye yönelik ve sosyal medyanın eğitsel amaçlı kullanımına ilişkin anket kullanılmıştır. Anketin birinci bölümünde kişisel bilgileri ve sosyal medya kullanımını içeren tanımlayıcı özelliklere ilişkin sorular, ikinci bölümünde sosyal medya eğitsel kullanım ölçeği, üçüncü bölümde sosyal medya kullanım amaçları ölçeği bulunmaktadır. Sosyal ağların eğitsel bağlamda kullanım alanları "iletişim", "işbirliği" ve "kaynak/materyal paylaşımı" olmak üzere 3 faktör altında yer almaktadır. BULGULAR: Sosyal medya eğitsel kullanımı ve sosyal medya kullanım amaçları incelendiğinde iletişim işbirliği kaynak paylaşımı sosyal etkileşim tanıma ve tanınma puanları, sosyal Medya kullanım sıklığına göre ve sınıflara göre farklılaşmaktadır.Sosyal medya sitesinde kalma sürelerine göre ise işbirliği, sosyal etkileşim, tanıma ve tanınma puanları farklılaşmaktadır. SONUÇ: Araştırmaya katılan öğrencilere göre sosyal medya siteleri: iletişim, sosyalleşme, haberleşme, paylaşım, kendini ifade etme ve psikolojik rahatlama açısından olumlu etkilere sahipken; gereğinden fazla zaman harcama, ders verimliliğini düşürme, ilginin dağılması, sosyalleşmeyi engelleme şeklinde olumsuz etkilere de sahiptir.

EVALUATION OF EDUCATIONAL USE OF SOCIAL MEDIA AND PURPOSE OF USAGE OF THE SOCIAL MEDIA BY STUDENTS IN VOCATIONAL HIGH SCHOOL

Social networks, thanks to their interaction and communication tools and their widespread use, have a significant educational potential. Primary school, high school and university students frequently use these networks in our country as well. In this study, state of vocational high schools students' use of social media sites, their purpose of usage, and their view on usage of these networks in the educational context are examined. The research was conducted among students from Nüket Ercan Vocational and Technical Anatolian High School. The sample of the study consisted of 165 students, 109 female and 56 male. A questionnaire was used as a data collection tool to determine the purpose of using social media sites and use of social media for educational purposes. In the first part of the questionnaire, questions about descriptive characteristics including personal information and use of social media, in the second part, scale of social media's educational usage, and in the third part, scale of social media's usage of purpose can be found. Taxonomic classification of the areas in which social networks are used in the educational context can be summarized in three categories: "communication", "cooperation" and "resource/material sharing". When social media's educational use and purposes of usage of the social media are examined, communication cooperation, resource sharing, social interaction acknowledgement and recognition scores differ according to the usage frequency of Social Media and Classes in which they are used.

Cooperative social interaction acknowledgement and recognition scores differ according to the duration of stay in social media sites. According to students participating in the research, although social media sites have positive effects in terms of interaction, socialization, communication, sharing, self-expression and psychological relaxation; they also have adverse effects such as; spending too much time, lessening the efficiency of the lessons, disrupting the interest and preventing socialization.

PB194

TÜRKİYE'NİN OLİMPİYAT OYUNLARI DÜZENLEME POTANSİYELİ: BİR SWOT ANALİZİ ÖRNEĞİ

***[1]Necati GÜRSES*, [1]Kıvanç SEMİZ**

[1]Giresun Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Giresun

Email : *necati.gurses@giresun.edu.tr, kivanc.semiz@giresun.edu.tr*

GİRİŞ ve AMAÇ Son yıllarda uluslararası spor organizasyonlarına katılım oranlarının ve yararlarının artışına bağlı olarak, bu faaliyetleri düzenlemek için aday olan ülkelerin rekabetinin de arttığı görülmektedir. Bu organizasyonlardan en büyüğü olan olimpiyat oyunlarının düzenlenmesinin bir ülkeye getirilerinin yanında; ekonomik, sosyal ve çevresel maliyetleri de vardır. Bu çalışmada, Türkiye'nin olimpiyat oyunlarının düzenlenmesindeki yıllardır süregelen isteği doğrultusunda sahip olduğu avantajları ve dezavantajları, imkanlar dahilindeki fırsatları ve bu fırsatların karşısında ortaya çıkabilecek tehditlerin SWOT analizi ile ortaya konması amaçlanmıştır.

YÖNTEM SWOT analizi, bir olgunun güçlü (S) yanlarını ve zayıf (W) yanlarını, o olgunun yaratacağı fırsatları (O) ve tehditleri (T) ortaya koymak için, bir grup ile beyin fırtınası yöntemiyle yapılan stratejik bir analiz yöntemidir. Giresun Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü 4. sınıf Spor Yönetimi dersini alan 40 öğrenci ile çalışma yapılmıştır. Türkiye'de Olimpiyatların yapılması halinde ortaya çıkması olası faktörleri SWOT analizi lensiyle ortaya konmuştur.

BULGULAR SWOT analizi sonucunda; Türkiye'nin Olimpiyatları düzenlemesindeki Güçlü Yanlarına (S) bakıldığında; Devlet Desteği, İnşaat Sektörü Tecrübesi ve Ulaşımdaki Coğrafi Avantajları öne çıkarken, Zayıf Yanlar (W) ise Sponsor Sınırlılığı, Tesis Yetersizliği ile Teknolojik Altyapı eksikliği olarak ortaya konmuştur. Öte yandan, organizasyonun doğuracağı Fırsatlar (O); Turizm ve Ülke Tanıtımı, Ülkede Spor Kültürü Gelişimi, İstihdam Olanakları olarak görülürken; Politik Çatışmalar, Potansiyel Terör Olayları Riski ve Mülteci Sorunları ile Organizasyonun Gelir / Gider Dengesizliği, Tehditler (T) olarak öngörülmektedir.

SONUÇ Olimpiyat düzenlemede gerekli finansmanın olimpiyatlar öncesi ve sonrası etkileri en önemli etmen olarak öne çıkmaktadır. Büyük organizasyonların düzenlenmesinin doğurduğu etkiler organizasyondan sonra 5-10 yıl içerisinde ortaya çıkmaktadır. Olimpiyatlar ile ortaya çıkacak tesisleşme ve spor kültürü de diğer önemli etmenler olarak söylenebilir. Bununla birlikte olimpiyatların düzenlenmesinin getirdiği potansiyel terör tehditlerinin önlenmesi önemli bir faktör olarak öne çıkmaktadır.

TURKEY'S POTENTIAL FOR ORGANIZING THE OLYMPICS: A SWOT ANALYSIS

INTRODUCTION AND PURPOSE With the increased rate and benefits of attendance to the international sports organizations, the rivalry between the candidate countries reached higher levels. In addition to the benefits of the regulations on the olympic games which are the biggest organizations, there has been economic, social and environmental costs. The purpose of the study was to reveal the advantages and disadvantages that Turkey has for organizing the olympic games.

METHOD SWOT analysis is a strategic analysis method that has been conducted with a group using brain storming method to introduce the Strong (S) and Weak sides (W) of a fact and its Opportunities(O) and Threats(T). The study was applied with a number of 40 4th grade students taking the Sport Management course of the Department of Physical Education Teacher Education, The Faculty of Sport Science of Giresun University. Possible factors based on the probability for organizing the olympic games in Turkey have been investigated with SWOT analysis.

FINDINGS As a result of SWOT analysis, examining the strong sides of Turkey's host of Olympic games, it was revealed that the Government Assistance, Experience of Construction Sector and Geographic Advantages of Transportation came forward. Weak sides have Sponsor Limitations, Facility Suffiencies and Technological Infrastructure. Besides, while the opportunities would be the

Advertising the Tourism Potential of the Host Country and Employment Opportunities; Political Conflicts and the Risk of Potential Terrorist Incidents, Refugee Problems and the Income and Expense Instability of the Organizations would be the threats.

RESULTS The effects of required financing of the olympic games before and after the orgazniations are seen as the most important factors. The effects of big organizations show up after 5-10 years. Changing effects on country's sports culture would be observed after the olympic games.

PB240

SPOR YÖNETİCİLİĞİ BÖLÜMÜNDE ÖĞRENİM GÖREN ÖĞRENCİLERİN GİRİŞİMCİLİK DÜZEYLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

***[1]Abdülkadir Abdullah*, [1]Gülperi Ünsal, [1]Yakup Kaymakçı**

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

***Email :** abdulkadir.abdullah1@ogr.sakarya.edu.tr, peri_unsal@hotmail.com, ykaymakci@sakarya.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Günümüze kadar geçirdiği birçok değişim ve gelişim ile spor, dünyada en çok talep gören hizmet sektörlerinden biri olmuştur. Sporun çok kişiyle iletişim halinde olması doğal olarak sporun yaşamın her alanında kendine yer bulmasına sebep olmuştur. Bu nedenle spor yöneticilerinin geniş kitleye hitap eden spor için daha nitelikli ürün, hizmet ve bilgi sunması gerekmektedir. Bunu gerçekleştirebilmek için sporu ve yönetimi bilen, nitelikli girişimci ve yatırımcılara ihtiyaç vardır. Bu bağlamda, spor yöneticiliği eğitimi alan bireylerin girişimcilik konusunda neler düşündükleri, bu konuya verdikleri önemi ve ne kadar girişimcilik ruhuna sahip oldukları gibi sorular araştırmanın gerekçesini oluşturmuştur. Araştırmanın amacı, spor yöneticiliği bölümünde öğrenim gören öğrencilerin, girişimcilik düzeylerinin çeşitli faktörler ışığında incelenmesidir.

Yöntem: Araştırma, nicel araştırma yaklaşımına dayalı tarama modeli ile gerçekleştirilmiştir. Veriler anket yoluyla toplanmıştır. Araştırmanın evreni, Sakarya Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde okuyan 435 spor yöneticiliği bölümü öğrencisidir. Örneklemi ise, tabakalı örneklem yöntemi ile seçilen her sınıftan 50 öğrenci olmak üzere 200 öğrenci oluşturmaktadır. Verilerin elde edilmesinde geçerlilik ve güvenirliği Yılmaz (2009) tarafından gerçekleştirilen 'Üniversite Öğrencilerine Yönelik Girişimcilik Ölçeği' kullanılmıştır. İç tutarlık katsayısı (Cronbach alpha) 0.90 olarak hesaplanmıştır. Verilerin çözümlenmesinde frekans analizi ve ki-kare teknikleri kullanılmıştır.

Bulgular: Girişimcilik düzeyleri puanlaması; çok düşük, düşük, orta, yüksek ve çok yüksek şeklinde gruplandırılmıştır. Katılımcıların %79'u yüksek girişimci olarak belirlenmiştir. Öğrenim görülen sınıf değişkenine göre birinci ve dördüncü sınıflar arasında anlamlı bir fark ($p<0,05$) ortaya çıkmıştır. Diğer değişkenlere göre anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Sonuç: Sonuç olarak araştırmamızda katılımcıların girişimcilik düzeylerinin yüksek düzeyde olduğu; sınıf düzeyinin girişimciliği etkilediği; cinsiyet, üniversiteye giriş şekli, çalışma durumu ve mezun olunan lise türünün girişimcilik düzeyini etkilemediği ortaya çıkmıştır.

THE EVALUATION OF THE ENTREPRENEURSHIP LEVELS OF THE STUDENTS WHO STUDY SPORTS MANAGEMENT

Abstract: With the many changes and developments it has been made through so far, sports have become one of the most demanding service sectors in the world. The fact that the sport is in contact with many people has naturally caused the sport to find its place in every field of life. For this reason, sports managers need to provide more qualified products, services and information for sports that appeal to a broader audience. The aim of the research is to examine the entrepreneurship levels of the students who are studying in the department of sports administration in the light of various factors.

Method: The research was conducted with a screening model based on a quantitative research approach. The data were collected through questionnaires. The universe of the research is the 435 students of sports management department at the Faculty of Sports Sciences of Sakarya University. The sample consists of 200 students, 50 students from each class selected by layered sampling method.

The validity and reliability of the data obtained by using Yilmaz (2009) 'Entrepreneurship Scale for University Students' was used. The internal consistency coefficient (Cronbach alpha) was calculated to be 0.90. Frequency analysis and chi-square techniques are used for analysing the data.

Results: The level of entrepreneurship is grouped as very low, low, medium, high and very high. 79% of the participants were identified as high entrepreneurs. There was a significant difference ($p<0,05$) between the first and fourth classes according to the class variable of education. No significant difference was found compared to other variables.

Conclusion As a result, we found that entrepreneurship levels of participants were high; students' year of attandence to university influences entrepreneurship; however gender, type of entry into university, working status or entrepreneurship level of high school graduates were not observed as a determinant.

PB242

TOPLUMSAL CİNSİYETİN SPOR MEDYASINA YANSIMASI

***[1]Ayşe Hatun Yılmaz*, [1]Hanife Gökçe, [1]Yakup Kaymakçı**

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

Email : *aysylmz190358@gmail.com, goekce.123@hotmail.com, ykaymakci@sakarya.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Kadın erkek eşitsizliği toplumun birçok alanında karşılaşılan ve son yıllarda giderek önem kazanan bir konu haline gelmiştir. Bu eşitsizlik toplumsal yaşamın birçok alanında olduğu gibi spor medyasına da yoğun bir şekilde yansımaktadır. Eşitsizliğin altında yatan en temel sebep toplumsal cinsiyet olgusu iken yansıması ise fırsatlara erişimde kendisini göstermektedir. Kadının toplumda duygusal, fiziksel ve bedensel açıdan zayıf görülmesi ve sporun daha çok erkek egemen bir alan olarak yansıtılması algıları üzerinden kadının spor medyasındaki yeri ve nasıl işlendiği toplumsal cinsiyet bağlamında ele alınacaktır. Spor medyasının asıl işlevi olarak kadın ve erkek sporcular arasındaki farklılıkları cinsiyetleştirmesinden ziyade bu farklılıkları normalleştirmesi beklenmektedir. Bu bağlamda çalışmanın temel amacı kadın sporcuların yer aldığı haberlerde toplumsal cinsiyet olgusunu analiz etmek ve medyanın kadın sporcuları nasıl konumlandırdığını ortaya koymaktır.

Yöntem: Nitel araştırma verilerinin elde edilmesinde döküman analizi ve görüşme yöntemleri kullanılmıştır. Konuya ilişkin yazılı ve görsel medya incelenmiş daha sonra bu konuda uzman bir akademisyenle görüşme yapılmıştır. Araştırma verilerini elde etmek için spor medyasında yer alan haberler incelenmiş, bu haberler içerik ve görsel olarak tasnif edilmiştir. Ayrıca toplumsal cinsiyet konusunda araştırmaları olan bir akademisyenle “sohbet tarzı” bir görüşme gerçekleştirilmiştir. Görüşme kaydedilmiş ve notlar alınmıştır. Elde edilen veriler ve görüşme notları aratırmacılar tarafından deşifre edilerek bulgulara yansıtılmıştır. Araştırma verilerinin analizinde içerik analizi, gerekli olduğu durumlarda betimsel analiz kullanılmıştır.

Bulgular: -KÜLTÜR VE İNANÇ -SPORCU HETEROSEKSÜEL KİMLİK -CİNSİYETLENDİRİLMİŞ EV İÇİ ROLLER -KADINSILIĞA İLİŞKİN GELENEKSEL BEKLENTİLER

Sonuç: Sonuç olarak spor medyasına genel bir perspektiften bakıldığında spor yapan kadın sayısının erkek sayısına oranla çok az olduğunu ve hali hazırda var olan kadın sporcular medyada sportif başarılarından ziyade kadınsılığa ilişkin geleneksel beklentiler, heteroseksüel kimlikleri ve cinsiyetlendirilmiş ev içi rolleri, kültür ve inanç kaygıları ile yansıtılmıştır. Bu gibi kalıpların kullanımı kadınları spor alanında ikincil konuma sokup önemsizleştirmektedir. Öyle ki, kadın sporcular başarıya ulaştığında bile spor medyasında bu başarının takdiri net olarak sunulmamaktadır.

THE REFLECTIONS OF THE GENDER ROLES IN THE SOCIETY TO THE SPORTS MEDIA

Abstract: Gender inequality has become a subject that has been encountered in many areas of the society and gained importance in recent years. This inequality is reflected in the sports media as well as in many areas of social life. The main purpose of studying in this context is to analyse the gender phenomenon in the news of women's athletes and to show how the media is positioned for female athletes.

Method: Document analysis and interview methods were used to obtain qualitative research data. The written and visual media on the topic had been examined and then an interview was conducted with an expert academician. In order to obtain research data, news in sports media were examined and these news were classified by content and visually. In addition, a "conversational style" meeting was held with an academician with research on gender. The interview has been recorded and notes have been taken. The obtained data and interview notes were deciphered by the researchers and reflected in the findings. Content analysis was used for analysis of research data, and descriptive analysis was used where necessary.

Results: -CULTURE AND BELIEFS -HETEROSEXUAL IDENTITY OF THE ATHLETE -GENDER MODIFIED HOME ROLES -TRADITIONAL EXPECTATIONS OF WOMEN

Conclusion: As a result, from a general perspective on the sports media, the amount of women engaged in sports is very small compared to the amount of men, and the existing expectations of women are reflected in the media's traditional achievements in sport, the heterosexual identities and gendered domestic roles, culture and beliefs. The use of such stereotypes puts women at a secondary position in the sports field and makes them insignificant. Even so, even when female athletes succeed, this achievement is not presented clearly in sports media.

PB385

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOKULU ÖĞRENCİLERİNİN İLETİŞİM BECERİLERİNİN BAZI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ

[2]Turan ÇETİNKAYA, [1]Ayşe Aslı HONÇA

[1]Kastamonu Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Kastamonu
[2]Ahi Evran Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Kırşehir

Email : *turan.cetinkaya@windowslive.com, a.asliyuzgenc@gmail.com*

Giriş ve Amaç Bu araştırmanın amacı, beden eğitimi ve spor bölümlerinde öğrenim gören öğrencilerin iletişim beceri düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesidir.

Yöntem Araştırmaya Ahi Evran Üniversitesi ve Kastamonu üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokullarında Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, Spor Yöneticiliği ve Antrenörlük Eğitimi bölümlerinde öğrenim gören 411 öğrenci katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak kişisel bilgi formu ve 25 maddeden oluşan iletişim becerileri ölçeği kullanılmıştır. Araştırma grubunu oluşturan öğrencilerin iletişim becerileri düzeylerinin belirlenmesi için verilerin çözümlenmesinde betimleyici istatistik yöntemleri, t testi ve anova testi kullanılmıştır.

Bulgular ve Sonuç İstatistiksel analizler sonucunda katılımcıların iletişim beceri düzeyleri, katılımcıların cinsiyet ve yaşadıkları yer değişkenlerine göre anlamlı farklılık göstermezken, bölüm değişkeni açısından anlamlı farklılık göstermiştir. Anahtar Kelimeler: İletişim Becerisi, Üniversite Öğrencileri, İletişim

INVESTIGATION OF IN TERMS OF SOME VARIABLES OF COMMUNICATION SKILLS OF STUDENTS SCHOOL OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS

Introduction and aim The aim of this research is to examine the communication skills of the students in the physical education and sport departments in terms of various variables.

Method A total of 411 students attending Ahi Evran University and Kastamonu University School of Physical Education and Sport, Department of Sport Education, Sports Management and Coaching Education participated in the research. Personal information form and communication skills scale consisting of 25 items were used as data collection tool in the research. Descriptive statistical methods, t test and anova test were used in the analysis of the data to determine the communication skills of the students constituting the research group.

Findings and Conclusion As a result of the statistical analysis, the level of communication skills of the participants did not show any significant difference according to the gender and the place variables of the participants.

Key words: Communication Skills, University Students, Communication

PB883

FUTBOL TARAFTARLARININ ŞİDDET VE SALDIRGANLIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ: ANTALYASPOR ÖRNEĞİ

[1]Alparslan Aziz TUNÇ, [2]İbrahim Bülent FİŞEKÇİOĞLU

[1]Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, KARAMAN
[2]Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, KONYA

Email : *alparslanaziztunc@gmail.com,*

Giriş ve Amaç: Futbol, ülkemizde tartışmasız en popüler branştır. En fazla şiddet ve saldırganlık olaylarının görüldüğü ve yasal düzenlemelerin yapıldığı branş olan futbol, taraftar sayısı açısından da en önemli spordur. Bu çalışmanın amacı, Türkiye'nin önemli kulüplerinden birisi olan Antalyaspor taraftarının şiddet ve saldırganlık kavramlarına yönelik tutumlarının incelenmesidir.

Yöntem: Çalışmaya 238 (151 erkek ve 87 kadın) Antalyaspor taraftarı katılmıştır. Katılımcıların çoğunluğu 21-25 yaş aralığında (N= 63, % 26.5); lisans eğitimi mezunu (N= 128, % 53.8), meslek olarak öğrenci (N= 83, % 34.9) oldukları ve gelir düzeylerinin çoğunlukla 1000 tl ve altında (N= 104, % 43.7) olduğu tespit edilmiştir. Çalışmada, Şanlı ve Güçlü (2016) tarafından geliştirilmiş olan sporda saldırganlık ve şiddet ölçeği kullanılmıştır. 21 maddeden oluşan 5'li likert tipi ölçek kullanılmıştır. Bilişsel, duyuşsal ve davranışsal saldırganlık olarak üç faktörden oluşan ölçeğin güvenirlilik katsayısı. 95 olarak tespit edilmiştir. Verilerin analizinde SPSS 23.0 paket programı kullanılmıştır. İstatistiksel analiz işlemlerinde frekans ve tek yönlü MANOVA analizlerinden yararlanılmıştır.

Bulgular: Çalışmanın istatistiksel işlemlerinde bağımsız değişkenlerden yaş, cinsiyet ve gelir düzeyi kullanılmıştır. MANOVA sonuçlarına göre bağımlı değişkenler arası etkileşim tespit edilememiştir (F (36, 568.01)= 568.01, $p>.05$). Etkileşim olmaması sonrasında ana etkiler incelenmiştir. Bulgulara göre ölçeğin davranışsal alt boyutu ile yaş arasında (F (5, 194)= 5.34, $p<.05$) ve ölçeğin bilişsel alt boyutu ile cinsiyet arasında (F (1,194)= 6.29, $p>.05$) istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Bonferonni takip testine göre 16-20 yaş aralığında olan taraftarlar 21-25 yaş aralığında olan taraftarlara göre şiddet ve saldırganlıkları istatistiksel olarak yüksek bulunmuştur.

Sonuç: Sonuç olarak Antalyaspor taraftarlarının şiddet ve saldırganlık kavramlarına karşı tutumları davranışsal ve bilişsel açılardan düşük, duyuşsal açıdan orta düzeyde bulunmuştur. Ayrıca erkeklerin kadınlara göre şiddet ve saldırganlık eğilimlerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

THE INVESTIGATION OF VIOLENCE AND AGGRESSİVENESS LEVELS OF FOOTBALL FANS: ANTALYASPOR EXAMPLE

Introduction and purpose: Football is the most popular branch in our country. Football, which has the most violence and aggression events, is also the most important sport in terms of the number of fans. This study aimed to examine attitudes of fans of Antalyaspor, which is one of the most important clubs in Turkey, through concepts of violence and aggression.

Method: 238 (151 male and 87 female) Antalyaspor fans participated the study. The majority of participants were ages ranged from 21 to 25 (N = 63); bachelor's degree (N= 128), student as profession (N= 83) and 1000 tl or less income levels (N = 104). Aggression and violence in the sport scale developed by Şanlı and Güçlü (2016) was used to this study. It is 5 likert scale and has 21 items. It has cognitive, affective and behavioral aggressions factors and its reliability coefficient value was determined as .95. In the statistical analysis, frequency and one way MANOVA analysis were used.

Results: Age, gender and income level were used as independent variables in the statistical calculations. According to MANOVA results, it was not detected interaction between dependent variables ($F(36, 568.01) = 568.01$, $p > .05$). Main effects were investigated after absence of interaction. Statistically significant difference was found between behavioral subscale and age ($F(5, 194) = 5.34$, $p < .05$); and cognitive subscale and gender ($F(1,194) = 6.29$, $p > .05$). According to the Bonferroni test, fans that were in the age range of 16-20 years had higher levels of violence and aggression than those who were in ages 21-25 years.

Conclusion: As a conclusion, the attitudes of the fans of Antalyaspor through the concepts of violence and aggression were low in behavioral and cognitive behaviors, moderately in affective behavior. Moreover, men have higher violence and aggression tendencies than women.

Notlar

www.sbk2018.org

burkon
TOURISM & CONGRESS