



15. ULUSAL SPOR BİLİMLERİ ÖĞRENCİ KONGRESİ

8-10 MAYIS 2023
ANKARA

GAZİ ÜNİVERSİTESİ
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ

ÖZET METİN KİTABI BOOK OF ABSTRACTS



KATKILARIYLA



sbk2023@gazi.edu.tr



sbk2023.gazi.edu.tr



@gazisporbilimfk



**15. ULUSAL SPOR BİLİMLERİ
ÖĞRENCİ KONGRESİ**
(8-10 MAYIS 2023 ANKARA)

**GAZİ ÜNİVERSİTESİ
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ**

ÖZET METİN KİTABI

BOOK OF ABSTRACTS

DESTEK VEREN KURULUŞLAR



EBSCO



SPOR
YAYINEVİ
VE
KİTABEVİ



Değerli Spor Bilimciler ve Sevgili Öğrencilerimiz,

Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi olarak Cumhuriyetimizin 100. yılında 15. Ulusal Spor Bilimleri Öğrenci Kongresine, 8-10 Mayıs 2023 tarihleri arasında ev sahipliği yapmanın mutluluğu içerisindeyiz.

Başkent Ankara'da bulunan ve Gazi Mustafa Kemal Atatürk'ün talimatı ile 1926 yılında temelleri atılan üniversitemiz, Cumhuriyet tarihinin ilk üniversitesi olmanın vermiş olduğu sorumlulukla gençlerimizin bilimi sevmelerini ve yeni başarıları deneyimlemelerini sağlamak için ilk günkü heyecanı ile çalışmaya devam etmektedir. Ülkemizin dört bir yanında görev yapan yüzlerce akademisyen yetiştiren fakültemiz, Türk sporuna hizmet edecek daha nice akademisyenleri yetiştirmek için 15. Ulusal Spor Bilimleri Öğrenci Kongresi'ni en iyi şekilde düzenleyerek tarihine yeni bir gurur vesilesi ekleyecektir.

Kıymetli öğrenci ve akademisyenlerimizin kongreyi verimli bir şekilde geçirmelerini sağlamak amacıyla oluşturduğumuz bilimsel ortama bütün spor bilimleri camiası davetlidir.

Prof. Dr. Latif AYDOS
Kongre Başkan

KONGRE BAŞKANI

Prof. Dr. Latif AYDOS

KONGRE ONUR KURULU

Dr. Mehmet Muharrem KASAPOĞLU

T.C. Gençlik ve Spor Bakanı

Vasip ŞAHİN

Ankara Valisi

Mansur YAVAŞ

Ankara Büyükşehir Belediye Başkanı

Fethi YAŞAR

Yenimahalle Belediye Başkanı

Prof. Dr. Musa YILDIZ

Gazi Üniversitesi Rektörü

Prof. Dr. İbrahim YILDIRAN

Spor Bilimleri Derneği Başkanı

Prof. Dr. Mehmet GÜNAY

Türkiye Üniversite Sporları Federasyonu Başkanı

BİLİM KURULU

Dr. A. Azmi YETİM

Dr. A. Emre EROL

Dr. A. Haydar DEMİREL

Dr. A. Yavuz AKINCI

Dr. Abdulkerim ÇEVİKER

Dr. Abdurrahman AKTOP

Dr. Abdurrahman KEPOĞLU

Dr. Abdurrahman KIRTEPE

Dr. Abdüsselam TURGUT

Dr. Adem POYRAZ

Dr. Adnan ERSOY

Dr. Adnan TURGUT

Dr. Ahmet ŞAHİN

Dr. Akan BAYRAKDAR

Dr. Akın ÇELİK

Dr. Ali Ahmet DOĞAN

Dr. Ali Dursun AYDIN

Dr. Ali ERASLAN

Dr. Ali KIZILET

Dr. Ali Onur CERRAH

Dr. Ali ÖZKAN

Dr. Ali Selman ÖZDEMİR

Dr. Ali Serdar YÜCEL

Dr. Ali TEKİN

Dr. Alpaslan İNCE

Dr. Alparslan ÜNVEREN

Dr. Alpaslan KARTAL

Dr. Alpaslan YILMAZ

Dr. Alpay GÜVENÇ

Dr. Alper ASAN

Dr. Alper KARADAĞ

Dr. Ani AGOPYAN

Dr. Arslan KALKAVAN

Dr. Asuman SAHAN

Dr. Atahan ALTINTAŞ

Dr. Atahan YILMAZ

Dr. Atalay GACAR

Dr. Atilla PULUR

Dr. Aycen AYBEK

Dr. Ayça GENÇ

Dr. Ayda KARACA

Dr. Aydın ŞENTÜRK

Dr. Aydın Birsin YILDIZ

Dr. Ayhan DEVER

Dr. Ayla KARAKULLUKÇU

Dr. Aylin Özge PEKEL

Dr. Aynur YILMAZ

Dr. Aysel PEHLİVAN

Dr. Ayşe Dilşad MİRZEOĞLU

Dr. Ayşe Gökçe ERTURAN

Dr. Ayşe Kin İŞLER

Dr. Ayşe Oya ERKUT

Dr. Ayşe ÖNAL

Dr. Ayşe TÜRKSOY IŞIM

Dr. Aytekin Hamdi BAŞKAN

Dr. Aytekin SOYKAN

Dr. Muzaffer ÇOLAKOĞLU

Dr. Bahri GÜRPINAR

Dr. Bahtiyar ÖZÇALDIRAN

Dr. Baki YILMAZ

Dr. Barbaros S. ERDOĞAN

Dr. Barış GÜROL

Dr. Baybars Recep EYNUR

Dr. Bekir YÜKTAŞIR

Dr. Belgin GÖKYÜREK

Dr. Berkan BOZDAĞ

Dr. Betül ALTINOK

Dr. Betül BAYAZIT

Dr. Beyza Merve AKGÜL

Dr. Bijen FİLİZ

Dr. Bilal ÇOBAN

Dr. Bilge DONUK

Dr. Bilgehan BAYDİL

Dr. Birol DOĞAN

Dr. Burcu Ertaş DÖLEK

Dr. Burhan CUMRALIĞİL

Dr. Burhanettin
HACICAFEROĞLU

Dr. Bülent AĞBUĞA

Dr. Bülent GÜRBÜZ

Dr. Canan KOCA ARITAN

Dr. Caner AÇIKADA

Dr. Cansel ARSLANOĞLU

Dr. Cem CETİN

Dr. Cem Sinan ASLAN

Dr. Cemal GÜNDOĞDU

Dr. Cengiz AKALAN

Dr. Cengiz AKARÇEŞME

Dr. Cengiz ARSLAN

Dr. Cengiz KARAGÖZOĞLU

Dr. Cenk TEMEL

Dr. Ceren SUVEREN
ERDOĞAN

Dr. Cevdet TINAZCI

Dr. Cihan BAYKAL

Dr. Çağrı ÇELENK

Dr. Çetin ÖZDİLEK

Dr. Çetin YAMAN

Dr. Defne ÖCAL KAPLAN

Dr. Deniz HÜNÜK

Dr. Didem G. KAYA

Dr. Dilek SEVİMLİ

Dr. Dilşad ÇOKNAZ

Dr. Duygu HARMANDAR
DEMİREL

Dr. Ebru ÇETİN

Dr. Ebru Olcay KARABULUT

Dr. Ekrem Levent İLHAN

Dr. Elif BİROL

Dr. Elif CENGİZEL

Dr. Elif KARAGÜN

Dr. Emel ÇETİN ÖZDOĞAN

Dr. Emin ERGEN

Dr. Emine ÇAĞLAR

Dr. Emrah ATAY

Dr. Emre BAĞCI

Dr. Emre BELLİ

Dr. Emre Ozan TİNGAZ

Dr. Ender ŞENEL

Dr. Engin GEZER

Dr. Erbil HARBİLİ

Dr. Ercan GÜR

Dr. Ercan ZORBA

Dr. Erdal ZORBA

Dr. Erdinç ŞIKTAR

Dr. Ergün ÇAKIR

Dr. Erhan DEVRİLMEZ

Dr. Erkal ARSLANOĞLU

Dr. Erkan ÇİMEN

Dr. Erkan Faruk ŞİRİN

Dr. Erkan GÜNAY

Dr. Erkan YARIMKAYA

Dr. Erkut KONTER

Dr. Erkut TUTKUN

Dr. Erman ÖNCÜ

Dr. Ersan KARA

Dr. Ersan TOLUKAN

Dr. Ertuğrul GELEN

Dr. Esin Esra ERTURAN
ÖĞÜT

Dr. Evren TERCAN KAAS

Dr. Evrim ÇAKMAKÇI

Dr. Eylem GENCER

Dr. Eyyüp NACAR

Dr. Eyyüp YILDIRIM

Dr. Ezgi ERTÜZÜN

Dr. F. Filiz ÇOLAKOĞLU

Dr. Fahri AKÇAKOYUN

Dr. Faik ARDAHAN

Dr. Fatih BEKTAŞ

Dr. Fatih ÇATIKKAŞ

Dr. Fatih DERVENT

Dr. Fatih HAZAR

Dr. Fatih KILINÇ

Dr. Fatih KIYICI

Dr. Fatih Mehmet UĞURLU

Dr. Fatih ÖZGÜL

Dr. Fatih YAŞARTÜRK

Dr. Fatma İlker KELKEZ

Dr. Fatma Neşe ŞAHİN

Dr. Fatma Pervin BİLİR

Dr. Fehmi ÇALIK

Dr. Fehmi TUNCEL

Dr. Ferda GÜRSEL

Dr. Ferhat GÜDER

Dr. Feride Zişan KAZAK

Dr. Fevziye Hülya AŞÇI

Dr. Feyza Meryem KARA

Dr. Fırat AKÇA

Dr. Fikret RAMAZANOĞLU

Dr. Fikret SOYER

Dr. Fulya BENZER

Dr. Funda KOÇAK

Dr. Füsün KUTER

Dr. Gamze ÜNALDI

Dr. Gamze ERİKOĞLU
ÖRER

Dr. Gazanfer DOĞU

Dr. Gıyasettin DEMİRHAN

Dr. Gökhan BAYRAKTAR

Dr. Gökhan DELİCEOĞLU

Dr. Gökhan İPEKOĞLU

Dr. Gönül TEKKURŞUN
DEMİR

Dr. Gözde ALGÜN DOĞU

Dr. Gözde ERSÖZ

Dr. Gülfem S. BALÇIKANLI

Dr. Gülsüm BAŞTUĞ

Dr. Günay ESKİCİ

Dr. Güner EKENCİ

Dr. Güney ÇETİNKAYA

Dr. Gürhan SUNA

Dr. Hacalet
MOLLAOĞULLARI

Dr. Hacı Ahmet PEKEL

Dr. Hacı Murat ŞAHİN

Dr. Hakan KOLAYIŞ

Dr. Hakan SUNAY

Dr. Hakkı ÇOKNAZ

Dr. Hakkı ULUCAN

Dr. Halil BİŞGİN

Dr. Halil İbrahim CİCİOĞLU

Dr. Halil İbrahim ÇAKIR

Dr. Halil SAROL

Dr. Halil TAŞKIN

Dr. Halit HARMANCI

Dr. Hamdi A.GÜNGÖRMÜŞ

Dr. Hamdi PEPE

Dr. Harun KOÇ

Dr. Hasan AKKUŞ

Dr. Hasan Birol ÇOTUK

Dr. Hasan Birol YALÇIN

Dr. Hasan GÜLER

Dr. Hasan KASAP

Dr. Hasan ŞAHAN

Dr. Hayrettin GÜMÜŞDAĞ

Dr. Hayri ERTAN

Dr. Hayri DEMİR

Dr. Hayriye Selda YÜCEL

Dr. Hidayet YÜKSEL

Dr. Hulusi Mehmet
TUNÇKOL

Dr. Hürmüz KOÇ

Dr. Hüseyin Can İKİZLER

Dr. Hüseyin GÜMÜŞ

Dr. Hüseyin Hüsrev
TURNAGÖL

Dr. Hüseyin KIRIMOĞLU

Dr. Hüseyin ÜNLÜ

Dr. İ.Fatih YENEL

Dr. Irmak Hürmeriç
ALTUNSÖZ

Dr. Işık BAYRAKTAR

Dr. İbrahim BOZKURT

Dr. İbrahim Bülent
FİŞEKÇİOĞLU

Dr. İbrahim KUBİLAY

Dr. İbrahim YILDIRAN

Dr. İdris YILMAZ

Dr. İlhan ADILOĞULLARI

Dr. İlhan ŞEN

Dr. İlhan TOKSÖZ

Dr. İlker ÖZMUTLU

Dr. İlker YILMAZ

Dr. İlyas GÖRGÜT

Dr. İlyas OKAN

Dr. İmdat YARIM

Dr. İrem KAVASOĞLU

Dr. İrfan KURUDİREK

Dr. İrfan YILDIRIM

Dr. İsmail AKTAŞ

Dr. İsmail GÖKHAN

Dr. İsmail GÜLÜNAY

Dr. İsmail KAYA

Dr. Kadir KESKİN

Dr. Kadir PEPE

Dr. Kadir TİRYAKİ

Dr. Kadir YILDIZ

Dr. Kazım NAS

Dr. Kemal GÖRAL

Dr. Kemal TAMER

Dr. Kenan İŞILDAK

Dr. Kenan ŞEBİN

Dr. Kerem Yıldırım ŞİMŞEK

Dr. Kürşad Han DÖNMEZ

Dr. Kürşad SERTBAŞ

Dr. Latif AYDOS

Dr. Levent ATALI

Dr. Levent CEYLAN

Dr. Leyla SARAÇ

Dr. M. Fatih
KARAHÜSEYİNOĞLU

Dr. M. Kamil ÖZER

Dr. M. Mustafa
YORULMAZLAR

Dr. M. Settar KOÇAK

Dr. M. Zahit SERARSLAN

Dr. Mahmut AÇAK

Dr. Mahmut Alp

Dr. Malik BEYLEROĞLU

Dr. Manolya AKIN

Dr. Mehibe AKANDERE

Dr. Mehmet ACET

Dr. Mehmet Akif ZİYAGİL

Dr. Mehmet BAYANSALDUZ

Dr. Mehmet Bülent ASMA

Dr. Mehmet Çağrı ÇETİN

Dr. Mehmet GÜÇLÜ

Dr. Mehmet GÜNAY

Dr. Mehmet İNAN

Dr. Mehmet KALE

Dr. Mehmet KILIÇ

Dr. Mehmet KUMARTAŞLI

Dr. Mehmet KUTLU

Dr. Mehmet ÖZAL

Dr. Mehmet ŞAHİN

Dr. Mehmet Şefik TİRYAKİ

Dr. Mehmet TÜRKMEN

Dr. Mehmet ULUKAN

Dr. Mehmet Yavuz
TAŞKIRAN

Dr. Mehmet YILDIZ

Dr. Mehtap MALKOÇ

Dr. Mehtap TIRYAKIOĞLU

Dr. Melih Nuri SALMAN

Dr. Melek KOZAK

Dr. Meltem I. AFACAN

Dr. Menşure AYDIN

Dr. Meral KÜÇÜK YETGİN

Dr. Mergül ÇOLAK

Dr. Meriç ERASLAN

Dr. Mert AYDOĞMUŞ

Dr. Mert KAYHAN

Dr. Merve KARAMAN

Dr. Meryem ALTUN EKİZ

Dr. Meryem GÜLAÇ

Dr. Mesut ÇERİT

Dr. Metin ARGAN

Dr. Metin KAYA

Dr. Metin ŞAHİN

Dr. Metin YAMAN

Dr. Metin Vehbi SAYIN

Dr. Mihri B.
KARAVELİOĞLU

Dr. Mikail TEL

Dr. Mitat KOZ

Dr. Muhammet Cihat ÇİFTÇİ

Dr. Muhammet Emin
KAFKAS

Dr. Muhsin HAZAR

Dr. Murat AKYÜZ

Dr. Murat BİLGE

Dr. Murat ELİÖZ

Dr. Murat ERDOĞAN

Dr. Murat KALDIRIMCI

Dr. Murat KALFA

Dr. Murat KANGALGİL

Dr. Murat ÖZMADEN

Dr. Murat ŞAT

Dr. Murat ŞENTUNA

Dr. Murat TAŞ

Dr. Murat TEKİN

Dr. Murat TURĞUT

Dr. Mustafa AKIL

Dr. Mustafa ALTUNSOY

Dr. Mustafa ATLI

Dr. Mustafa BAŞ

Dr. Mustafa GÜMÜŞ

Dr. Mustafa Kamil ÖZER

Dr. Mustafa KARADAĞ

Dr. Mustafa Levent İNCE

Dr. Mustafa Sait ERZEYBEK

Dr. Mustafa Yaşar ŞAHİN

Dr. Mustafa YILDIZ

Dr. Mutlu TÜRKMEN

Dr. Müberra ÇELEBİ

Dr. Müge Akyıldız
MUNUSTURLAR

Dr. Müjde ATICI

Dr. Mürsel BİÇER

Dr. Müslim BAKIR

Dr. N. Güven ERDİL

Dr. Nazan KOŞAR

Dr. Nazmi SARITAŞ

Dr. Nebahat ELER

Dr. Necati CERRAHOĞLU

Dr. Necip Fazıl KİŞHALI

Dr. Nehir KAVİ ŞİMŞEK

Dr. Neslihan ARIKAN FİDAN

Dr. Nevin GÜNDÜZ

Dr. Nevzat MİRZEOĞLU

Dr. Niyazi ENİSELER

Dr. Nuh Osman YILDIZ

Dr. Nurettin KONAR

Dr. Nuri Berk GÜNGÖR

Dr. Nurper ÖZBAR

Dr. Nurtekin ERKMEN

Dr. O. Tolga ŞİNOFOROĞLU

Dr. Oğuz ÖZBEK

Dr. Oğuz Kaan ESENTÜRK

Dr. Oğuzhan DALKIRAN

Dr. Oğuzhan YONCALIK

Dr. Oğuzhan YÜKSEL

Dr. Okan Burçak ÇELİK

Dr. Oktay ÇAKMAKÇI

Dr. Oktay ÇİMEN

Dr. Olcay SALICI

Dr. Orcan MIZRAK

Dr. Osman GÜMÜŞGÜL

Dr. Osman İMAMOĞLU

Dr. Osman KUSAN

Dr. Osman PEPE

Dr. Ozan SEVER

Dr. Ömer ŞENEL

Dr. Özbay GÜVEN

Dr. Özer YILDIZ

Dr. Özgün PARASIZ

Dr. Osman T. ŞİNOFOROĞLU

Dr. Ökkeş A.GENÇAY

Dr. Özcan SAYGIN

Dr. Özge BAYDAR ARICAN

Dr. Özgür NALBANT

Dr. Özgür ÖZKAYA

Dr. Özkan Işık

Dr. Özkan TÜTÜNCÜ

Dr. Özlem ORHAN

Dr. P. KARACAN DOĞAN

Dr. Pelin AKSEN

Dr. Perican BAYAR KORUÇ

Dr. Pınar ARPINAR AVŞAR

Dr. Pınar DEMİREL

Dr. Pınar GÜZEL GÜRBÜZ

Dr. R. Timuçin GENCER

Dr. Ragıp PALA

Dr. Ramiz ARABACI

Dr. Rasim KALE

Dr. Recep CENGİZ

Dr. Recep GÜRİSOY

Dr. Recep KÜRKCÜ

Dr. Recep ÖZMERDİVENLİ

Dr. Reşat KARTAL

Dr. Rıdvan EKMEKÇİ

Dr. Rıfat YAĞMUR

Dr. Rüçhan İRİ

Dr. Saadet Rana VAROL

Dr. Sabri KAYA

Dr. Sadettin KİRAZCI

Dr. Salih PINAR

Dr. Sami MENGÜTAY

Dr. Savaş DUMAN

Dr. Sebahattin
DEVECİOĞLU

Dr. Sebiha G. BAŞPINAR

Dr. Seçkin DOĞANER

Dr. Sedat MURATLI

Dr. Sefa LÖK

Dr. Sefa Şahan BİROL

Dr. Selahattin AKPINAR

Dr. Selami YÜKSEK

Dr. Selçuk GENÇAY

Dr. Selda UZUN

Dr. Selhan ÖZBEY

Dr. Selma KARACAN

Dr. Sema ALAY ÖZGÜL

Dr. Semiyha TUNCEL

Dr. Senem SÖYLEYİCİ

Dr. Serap ÇOLAK

Dr. Serap SARIKAYA

Dr. Serdar
BAYRAKDAROĞLU

Dr. Serdar ELER

Dr. Serdar ORHAN

Dr. Serdar TOK

Dr. Serdar USLU

Dr. Serkan HAZAR

Dr. Serkan İBİŞ

Dr. Serkan KURTİPEK

Dr. Serkan PANCAR

Dr. Serkan REVAN

Dr. Sevim GÜLLÜ

Dr. Sevinç NAMLI

Dr. Seydi Ahmet AĞAOĞLU

Dr. Seydi KARAKUŞ

Dr. Seyfi SAVAŞ

Dr. Seyhan HASIRCI

Dr. Sezen ÇİMEN POLAT

Dr. Sezgin KORKMAZ

Dr. Sibel ARSLAN

Dr. Sinan AKIN

Dr. Sinan AYAN

Dr. Suat AYBEK

Dr. Suat KARAKÜÇÜK

Dr. Süleyman Erim ERHAN

Dr. Süleyman GÖNÜLATEŞ

Dr. Süleyman
MUNUSTURLAR

Dr. Süleyman Murat YILDIZ

Dr. Süleyman PATLAR

Dr. Süleyman ŞAHİN

Dr. Sümer ALVURDU

Dr. Sümmani EKİCİ

Dr. Sürhat MÜNİROĞLU

Dr. Şahin ÖZEN

Dr. Şebnem ŞARVAN
CENGİZ

Dr. Şenay AKIN

Dr. Şenay ŞAHİN

Dr. Şeniz KARAGÖZ

Dr. Şerife VATANSEVER

Dr. Şükrü Alpan CİNEMRE

Dr. Şükrü Serdar BALCI

Dr. Tahir HAZIR

Dr. Tamer KARADEMİR

Dr. Tamer SÖKMEN

Dr. Taner BOZKUŞ

Dr. Tarık SEVİNDİ

Dr. Tebessüm AYYILDIZ
DURHAN

Dr. Tekin ÇOLAKOĞLU
Dr. Temel ÇAKIROĞLU
Dr. Tennur YERLİSU LAPA
Dr. Tefik Cem AKALIN
Dr. Tolga ESKİ
Dr. Tolga ŞAHİN
Dr. Tonguç Osman MUTLU
Dr. Tuba MELEKOĞLU
Dr. Tuğçe ÖRSOĞLU
Dr. Tuğrulhan ŞAM
Dr. Turan ÇETİNKAYA
Dr. Turgay BİÇER
Dr. Turgut KAPLAN
Dr. Turhan TOROS
Dr. Tülin ATAN
Dr. Ufuk ALPKAYA
Dr. Uğur SÖNMEZOĞLU
Dr. Uğur ÖZER
Dr. Ulviye BİLGİN
Dr. Ümid KARLI
Dr. Varol TUTAL
Dr. Vedat ÇINAR
Dr. Veli Onur ÇELİK
Dr. Velittin BALCI
Dr. Veysel KÜÇÜK
Dr. Y. Gül ÖZKAYA
Dr. Yağmur AKKOYUNLU
Dr. Yahya POLAT
Dr. Yakup Akif AFYON
Dr. Yalçın KAYA
Dr. Yaprak KALEMOĞLU
VAROL
Dr. Yasemin Çakmak
YILDIZHAN
Dr. Yasin ARSLAN
Dr. Yasin ERSÖZ
Dr. Yaşar SALCI
Dr. Yavuz Selim AĞAOĞLU
Dr. Yavuz YILDIZ
Dr. Yeşim
BAYRAKDAROĞLU
Dr. Yeşim BULCA
Dr. Yunus Emre GÜLER
Dr. Yunus ASLAN
Dr. Yunus TORTOP
Dr. Yunus YILDIRIM
Dr. Yunus Emre YARAYAN
Dr. Yusuf CAN
Dr. Yusuf KÖKLÜ
Dr. Yücel OCAK
Dr. Yüksel SAVUCU
Dr. Zafer ÇİMEN
Dr. Zehra CERTEL
Dr. Zekai PEHLEVAN
Dr. Zekeriya GÖKTAŞ
Dr. Zeki ÇOŞ
Dr. Zeki ÇOŞKUNER
Dr. Zekihan HAZAR
Dr. Zekiye ÖZKAN
Dr. Zeynep Filiz DİNÇ

KONGRE BAŞKANI

Dr. Latif AYDOS

KONGRE GENEL SEKRETERİ

Dr. Serkan KURTİPEK

KONGRE GENEL SEKRETER YRD.

Dr. Okan Burçak ÇELİK

KONGRE SEKRETERYASI

Dr. Özgün PARASIZ

Dr. Kadir KESKİN

Arş. Gör. Alperen HALICI

Arş. Gör. Çağdaş Özgür CENGİZEL

Arş. Gör. Ecem TÜRKMEN

Arş. Gör. Büşra ERUL

DÜZENLEME KURULU

Dr. Ekrem Levent İLHAN (Düz. Kur. Bşk.)

Dr. Mehmet YILDIZ

Dr. Ceren SUVEREN

Dr. Elif CENGİZEL

Dr. Tebessüm AYYILDIZ DURHAN

Dr. Sümer ALVURDU

Dr. Özge BAYDAR ARICAN

Dr. Ali ERASLAN

Dr. Merve KARAMAN

Dr. Aylin Özge PEKEL

Arş. Gör. Nagihan KIRIKOĞLU

Arş. Gör. Ülfet YAVUZ

Arş. Gör. Sinan KARA

Arş. Gör. Mustafa ÜNVER

Arş. Gör. Durukan DURMUŞ

Arş. Gör. Kemal Arda KURT

Gamze DURMUŞ (TÜSF Koordinatörü)

DAVETLİ KONUŞMACILAR



Dr. Nejla GÜNAY
Gazi Üniversitesi
Gazi Terbiye Enstitüsü ve Cumhuriyet Türkiye'sinde
Spor Eğitimin Başlangıcı



Dr. Azmi YETİM
Gazi Üniversitesi
Türkiye'de Spor Kulüplerinin Yönetimi



Dr. M. Settar KOÇAK
Lokman Hekim Üniversitesi
Zaman yönetimi: Çok istiyorum ama zamanım yok!



Dr. Beyza Merve AKGÜL
Gazi Üniversitesi
Sanal Rekreasyon



Dr. Cengiz AKALAN
Ankara Üniversitesi
Sağlık Amaçlı Fitness Programları Oluşturma
Stratejileri



Dr. Alpan CİNEMRE
Hacettepe Üniversitesi
Koşu Temelli Yüksek Şiddetli İnterval
Antrenman (HIIT) Uygulamalarına Yaklaşım



Dr. Cengiz AKARÇEŞME
Gazi Üniversitesi
Antrenman Biliminde Teknoloji Üretimi
ve Kullanımı



Dr. Gülfem SEZEN BALÇIKANLI
Gazi Üniversitesi
Spor Her Şeyi Affeder mi?



Dr. Deniz DURDUBAŞ
Hacettepe Üniversitesi
Spor Psikolojisi Bakışından Etkili Bir Takım
Yaratmak



Dr. Emre Ozan TINGAZ
Gazi Üniversitesi
Sporda Yeni Nesil Bir Zihinsel
Antrenman: Bilinçli Farkındalık

**YÜKSEKÖĞRETİMDE AKREDİTASYON VE SPOR BİLİMLERİ PROGRAMLARI
AKTEDİTASYONU PANELİ**



Dr. Ramazan BAYINDIR
Gazi Üniversitesi Rektör Yardımcısı
Kalite Komisyonu Başkan Yardımcısı
Yükseköğretimde Akreditasyonun Gerekliği



Dr. H. Nurgül DURMUŞ ŞENYAPAR
Gazi Üniversitesi
Kalite Koordinatör Yardımcısı
Yükseköğretimde Akreditasyonun
Öğrencilere Sağladığı Faydalar



Dr. Emre BELLİ
SPORAK Başkanı
SPORAK Program Akreditasyonu ve
Değerlendirme Sürecine Genel Bakış



Dr. Funda KOÇAK
SBD Yönetim Kurulu Üyesi
SBD SPORAK Temsilcisi
Öğrenci Değerlendiriciler: Görev, Yetki ve
Sorumluluklar

15. ULUSAL SPOR BİLİMLERİ ÖĞRENCİ KONGRESİ

**13-15 MAYIS 2023,
ANKARA/GAZİ ÜNİVERSİTESİ**

**ÖZET METİN KİTABI
BOOK OF ABSTRACTS**

SB01

Antropometrik ve Bazı Motorik Özellikler ile Kısa Kulvar Yüzme Dereceleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Ece ERVÜZ¹, Ali ÖZKAN¹, İzzet KIRKAYA¹, Hakan YARAR¹

¹Yozgat Bozok Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Yozgat

Giriş ve Amaç: Yüzme branşında antropometrik değişkenlerin yüzme performansı ile ilişkili olabileceği ve yüzme performansını etkileyebileceği görülmüştür. Buradan hareketle de çalışmanın amacı, antropometrik ve bazı motorik özellikler ile 25 metre serbest stil yüzme dereceleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. **Yöntem:** Çalışmaya, Yozgat Bozok Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim görmekte olan toplam 16 erkek yüzme öğrencisi (yaş 21.75 ± 1.23 yıl; vücut ağırlığı 78.29 ± 13.04 kg; boy uzunluğu 177 ± 5.44 cm; vücut yağ yüzdesi (%) 17 ± 7.5) gönüllü olarak dahil edilmiştir. Yüzme öğrencilerinin antropometrik ölçümlerini değerlendirmek için; boy uzunluğu, vücut ağırlığı, deri kıvrım kalınlığı, çevre ölçümleri (fleksiyonda biceps, baldır), çap ölçümleri (humerus epikondil, femur epikondil) ve bunun yanı sıra statik esneklik ölçümleri (omuz fleksiyonu, gövde-boyun ekstansiyonu, ayak bileği ekstansiyonu) ile kuvvet ölçümleri (bacak kuvveti, sırt kuvveti) yapılmıştır. Yüzme öğrencilerinin kısa kulvar serbest stil dereceleri ise yarı olimpik olan bir yüzme havuzunda ölçülmüştür. Çarpıklık ve basıklık testi sonucunda verilerin normal dağılım gösterdiği görülmüştür ve 25 metre serbest stil yüzme dereceleri ile diğer değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemek için Pearson Korelasyon testi uygulanmıştır. **Bulgular:** Yüzme öğrencilerinin yüzme dereceleri ile mezomorf değişkenleri arasında negatif yönde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki olduğu bulunurken ($r = -0.529$, $p = 0.035$), statik esneklik ve kuvvet testleri ile 25 metre serbest stil yüzme dereceleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. **Sonuç:** Yüzücülerin somatotip yapılarının belirlenmesinin yetenek seçimlerinde önemli bir rol oynayabileceği ve yüzme performansının bir göstergesi olabileceği düşünülmektedir. **Öneriler:** Sporcuların somatotip yapılarına göre antrenman planlamaları yapılabilir ve farklı yüzme mesafeleri ile somatotip yapıları arasındaki ilişkiyi bakılabilir.

Anahtar kelimeler: Yüzme, Somatotip, Kuvvet, Esneklik, Yüzme Derecesi

Investigation of the Relationship between Anthropometric and Some Motoric Characteristics and Short Lane Swimming Degrees

Introduction and Aim: It has been observed that anthropometric variables in swimming may be related to swimming performance and may affect swimming performance. From this point of view, the aim of the study was to investigate the relationship between anthropometric and some motoric characteristics and 25-meter freestyle swimming degrees. **Methods:** A total of 16 male swimming students (age 21.75 ± 1.23 years; body mass 78.29 ± 13.04 kg; stature 177 ± 5.44 cm; body fat percentage (%) 17 ± 7.5) studying at Yozgat Bozok University, Faculty of Sport Sciences participated in the study as volunteers. To evaluate the anthropometric measurements of swimming students; stature, body mass, skinfold thickness, circumference measurements (biceps in flexion, calf), diameter measurements (humerus epicondyle, femur epicondyle) as well as static flexibility measurements (shoulder flexion, trunk-neck extension, ankle extension) and strength measurements (leg strength, back strength) were performed. Swimming students' short lane freestyle degrees were measured in a semi-Olympic swimming pool. As a result of the skewness and kurtosis test, it was seen that the data showed normal distribution and Pearson Correlation test was applied to examine the relationship between 25-meter freestyle swimming degrees and other variables. **Results:** It was found that there was a negative and statistically significant correlation between the swimming degrees of swimming students and mesomorph variables ($r = -0.529$, $p = 0.035$), while there was no statistically significant correlation between static flexibility and strength tests and 25-meter freestyle swimming degrees. **Conclusions:** It is thought that determination of somatotype structures of swimmers may play an important role in talent selection and may be an indicator of swimming performance. **Recommendations:** Training plans can be made according to the somatotype structures of the athletes and the relationship between different swimming distances and somatotype structures can be examined.

Keywords: Swimming, Somatotype, Strength, Flexibility, Swimming Degree

SB02

Tekrarlı Sprint Testinde Kinezyo Bantlama Uygulamasının Etkisi

Semih Eren YANLIC¹, Serkan UZLAŞIR² Erhan IŞIKDEMİR²

¹Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü.

²Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı.

Amaç: M.gastrocnemius kasına inhibisyon yöntemiyle uygulanan kinezyo bantın çeşitli zaman aralıklarında germe kısalma döngüsüne etkisini incelemektir. **Gereç ve Yöntemler:** çalışmaya 14,8±0,9 yaş ortalamasına sahip (Boy uzunluğu:170,5±58,2 cm; Vücut ağırlığı: 61,0±10,0 kg) olan haftada 2 gün periyodik olarak antrenman yapan 15 erkek futbolcu katılmıştır. Bu çalışmada ölçüm verileri 2 farklı ölçüm gününde 48 saat aralıklarla toplanmıştır. Birinci test gününde Tekrarlı Sprint Testi (TST) protokolü tanıtılmış, sporcuların boy uzunluğu ve vücut ağırlıkları tanımlayıcı bilgiler açısından kaydedilmiştir. TST esnasında sporcuların yapmış oldukları 6 sprint süresi kaydedilmiştir ve bu sonuçlara bakarak en iyi sprint süresi, en kötü sprint süresi, ortalama sprint süresi, sprint düşüş %'si verileri kaydedilmiştir. Sporcuların tekrarlı sprint becerisi arasındaki farkın incelenmesinde Paired Simple T-Test, incelenecek analizler arasındaki farkın hangi yaşlardan dolayı kaynaklandığının incelemek için ise Post-Hoc kullanılmıştır. **Bulgular:** Sporcuların m.gastrocnemius kasına kinezyo bant yapıldıktan sonra en kötü sprint süresi (p=0,012, cohen d:0,31) ve sprint düşüş yüzdesi değerlerinde (p=0,018, cohen d:0,66) istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur. **Sonuç:** İnhibisyon tekniğiyle uygulanan kinezyo bantlamanın sağlıklı sporcularda, ısınmadan sonra performansı negatif yönde etkileyecek akut etki uyguladığı tespit edilmiştir. **Öneriler:** Çalışma, kinezyo bantlama kullanımının sağlıklı sporcularda, özellikle futbolcularda ısınmadan hemen sonra sprint performansını olumsuz etkilediğini buldu. Kinezyo bantlama kullanımının futbolda ısınma üzerindeki etkisini anlamak için daha fazla araştırma yapılması önerilir.

Anahtar Kelimeler: Kinezyo bant, Sprint, m.gastrocnemius

The Effect of Kinesio Taping on the Repeated Sprint Test

Objective: To examine the effect of kinesio tape applied to the M.gastrocnemius muscle with the inhibition method on the stretch-shortening cycle at various time intervals. **Material and Methods:** 15 men with a mean age of 14.8±0.9 years (height: 170.5±58.2 cm; body weight: 61.0±10.0 kg) who trained periodically 2 days a week, were included in the study. player participated. In this study, measurement data were collected at 48-hour intervals on 2 different measurement days. On the first test day, the Repeated Sprint Test (RST) protocol was introduced, and the height and body weights of the athletes were recorded in terms of descriptive information. During the RST, 6 sprint times of the athletes were recorded and by looking at these results, the best sprint time, the worst sprint time, the average sprint time, the sprint drop % data were recorded. Paired Simple T-Test was used to examine the difference between the repetitive sprint skills of the athletes, and Post-Hoc was used to examine the age of the difference between the analyses to be examined. **Results:** A statistically significant difference was found in the worst sprint time (p=0.012) and sprint drop percentage values (p=0.018) after the m.gastrocnemius muscle of the athletes was taped. **Conclusion:** It has been determined that kinesio taping applied with the inhibition technique has an acute effect that will negatively affect performance after warming up in healthy athletes. **Suggestions:** The study found that using kinesio taping negatively affects sprint performance in healthy athletes, especially football players, immediately after warm-up. Further research is recommended to understand the impact of kinesio taping use on warming up in football.

Keywords: Kinesio tape, Sprint, m.gastrocnemius

SB03

Kadın Voleybolcularda Q Açısının Sıçrama v İniş Mekanığı ile İlişkisi

Burak TAŞ¹, Bergün MERİÇ BİNGÜL²

¹ Kocaeli Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Kocaeli

² Kocaeli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Kocaeli

Giriş ve Amaç: Sporcuların yaralanma risklerini belirlemek, branş dinamiklerinde etkili olan değişkenlerin skorlarını ortaya koyarak bunlar arasında ilişkiler hakkında fikir sahibi olmak, sporcuların önlerine çıkabilecek sağlık sorunlarını ortadan kaldırarak performanslarını arttırabilmek açısından önemlidir. Bu araştırmada, kadın voleybolcularda q açısının sıçrama ve iniş mekaniğı ile ilişkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. **Yöntem:** Araştırma grubunu Kocaeli ilinde alt yapıda oynayan 13 kadın voleybolcu (yaş 16±0,81, boy 161,38±6,46, kilo 52,85±3,46) oluşturmaktadır. Katılımcılara Q açısı ölçümü, dikey sıçrama(VJ) ve iniş hatası puanlama sistemi(LESS) testi uygulanmıştır. Sporcuların tanımlayıcı istatistikleri yapılmış ve grupların normal dağılımını belirlemede Shapiro Wilk Testi kullanılmıştır. Çalışma değişkenleri arasındaki ilişkiyi belirlemek için korelasyon analizi kullanılmıştır. **Bulgular:** Kadın voleybolcularda Q açısının ile LESS skoru arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır (p>0,05). Q açısı ile VJ arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır (p>0,05). Q açısı ile ilk temasta diz valgusu arasında anlamlı ilişki bulunmuştur (R= 0,586; p<0,05). **Sonuçlar:** Q açısı ve LESS testi alt ekstremite yaralanma risklerini ortaya koyabilmelerine rağmen ikisi arasında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır. Vücut segmentlerinin dizilimi performans üzerinde etkili olabilese de Q açısı ile VJ arasında anlamlı ilişki bulunmamaktadır. **Öneriler:** Diz valgusu iniş mekaniğini ve diz stabilitesini bozarak ACL yaralanmalarına neden olabilir. İniş mekaniğini geliştirecek ve diz valgusunu düzeltmeye yönelik egzersizler sporcuların alt ekstremite yaralanmalarından korunması için faydalı olabilir.

Anahtar Kelimeler: LESS, VJ, Voleybol, Q Açısı, ACL

The Relationship of Q Angle with Jump and Landing Mechanics in Female Volleyball Players

Introduction and Objective: Determining the injury risks of athletes, revealing the scores of variables that are effective in branch dynamics and having an idea about the relationships between them is important for athletes to improve their performance by eliminating health problems that may arise. In this research, it is aimed to investigate the relationship of q angle with jump and landing mechanics in female volleyball players. **Method:** The research group consists of 13 female volleyball players (age 16±0.81, height 161.38±6.46, weight 52.85±3.46) playing in the infrastructure in Kocaeli province. Q angle measurement, vertical jump (VJ) and landing error scoring system (LESS) tests were applied to the participants. Descriptive statistics of the athletes were made and Shapiro-Wilk Test was used to determine the normal distribution of the groups. Correlation analysis was used to Decipher the relationship between the study variables. **Results:** There was no significant Decency between Q angle and LESS score in female volleyball players (p>0.05). There was no significant Decency between Q angle and VJ (p>0.05). A significant relationship was found between the Q angle and knee valgus at first contact (R= 0.586; p<0.05). **Conclusion:** Although the Q angle and the LESS test can reveal the risks of lower limb injury, there is no significant relationship between the two. Dec. Although the Decoupling of body segments can have an effect on performance, there is no significant relationship between Q angle and VJ. **Suggestions:** Knee valgus can cause ACL injuries by disrupting the landing mechanics and knee stability. Exercises that will improve landing mechanics and correct knee valgus may be useful for protecting athletes from lower limb injuries.

Keywords: LESS, VJ, Volleyball, Q Angle, ACL

SB04

12-14 Yaş Grubu Futbolculara Uygulanan 8 Haftalık Core Antrenmanın Sürat ve Denge Üzerine Etkisinin Değerlendirilmesi

Semih GÜCÜK¹

¹ Karabük Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı.

Giriş ve Amaç: Futbol, taktik ve fiziksel rekabetin üst düzeyde olduğu popüler bir spordur. Araştırmaya konu olan core antrenman uygulaması, yüksek rekabet ortamında fiziksel performansın artırılması için uygulanan çalışmalar arasında yer almaktadır. Araştırmanın amacı uygulanan core antrenmanların denge ve sürat performansı üzerine etkisinin incelenmesidir. **Yöntem:** Çalışmaya, yaş ortalamaları $12,88 \pm 0,71$ olmak üzere toplamda 32 futbol oynayan çocuk gönüllü olarak katılmıştır. Sporcular rastgele seçilerek Core Antrenman Grubu (CAG) (n:15) ve Kontrol Grubu (KG) (n:17) olmak üzere 2 gruba ayrılmıştır. Deney grubu 8 hafta boyunca ve haftada 3 gün futbol antrenmanları sonrasında core antrenmanlara katılmıştır. Kontrol grubu sadece futbol antrenmanlarına katılım sağlamıştır. 8 haftalık program öncesinde ve sonrasında boy uzunluğu, vücut ağırlığı, 20 metre sprint performansı ve flamingo denge testi verileri kayıt altına alınmıştır. Verileri analiz etmek için SPSS 22 paket programı kullanılmıştır. Dağılımın normalliğine karar vermek için Shapiro-Wilk testi ile basıklık ve çarpıklık değerlerinden yararlanılmıştır. Bağımsız iki grup karşılaştırmasında t-testi (Independent sample t-testi) bağımlı iki grubun karşılaştırılmasında Paired Sample t test kullanılmıştır. Varyansın homojenliğini belirlemek için Levene istatistiği kullanılmıştır. Elde edilen değerlerin anlamlı olup olmadığının yorumlanmasında $p < 0,05$ anlamlılık düzeyi ölçüt olarak kullanılmıştır. **Bulgular:** 8 hafta süre ile uygulanan core antrenman programını sonucunda 20 metre sprint performansı ön test son test değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark ortaya çıkmıştır ($t_{16} = 2,70$; $p < 0,05$). Flamingo denge testi ön test ($8,26 \pm 5,22$) ve son test değerleri ($6,93 \pm 3,43$) karşılaştırıldığında, uygulanan core antrenman programının denge performansına olumlu yönde etki ettiği görülmüş ancak değerler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı gözlenmiştir. **Sonuç:** Yapılan araştırmanın sonucunda; 12-14 yaş grubu futbolculara, futbol antrenmanlarına ek olarak uygulanan core antrenman programının 12-14 yaş grubu futbolcularda sürat ve denge performanslarını pozitif yönde etkilediği görülmüştür. **Öneriler:** Çalışmada sürat ve denge parametrelerine olumlu etkileri görülen core antrenman programı, futbol veya farklı branşlar olmak üzere antrenman programları içerisine dahil edilebilir, çalışmanın amacına, branşa ve yaşa göre farklı yoğunluklarda uygulanabilir.

Anahtar Sözcükler: Core antrenman, Sürat, Denge, Antrenman bilimi, Futbol

Evaluation of the Effect of 8-Week Core Training Applied to 12-14 Age Group Footballers on Speed and Balance

Introduction and Purpose: Football is a popular sport with a high level of tactical and physical competition. The core training application, which is the subject of the research, is among the studies applied to increase physical performance in a highly competitive environment. The aim of the research is to examine the effect of core training on balance and speed performance. **Method:** A total of 32 football-playing children voluntarily participated in the study, with an average age of 12.88 ± 0.71 . Athletes were randomly selected and divided into 2 groups as Core Training Group (CTG) (n: 15) and Control Group (CG) (n: 17). The experimental group participated in core trainings after football training for 8 weeks and 3 days a week. The control group only participated in football training. Height, body weight, 20-meter sprint performance and flamingo balance test data were recorded before and after the 8-week program. SPSS 22 package program was used to analyze the data. In order to decide the normality of the distribution, the Shapiro-Wilk test and the kurtosis and skewness values were used. The t-test (Independent sample t-test) was used to compare two independent groups, and the Paired Sample t-test was used to compare two dependent groups. Levene statistic was used to determine the homogeneity of the variance. The significance level of $p < 0.05$ was used as a criterion in interpreting whether the obtained values were significant or not. **Results:** As a result of the core training program applied for 8 weeks, there was a statistically significant difference between the pre-test and post-test values of 20-meter sprint performance ($t_{16} = 2,70$; $p < 0,05$). When the flamingo balance test pre-test ($8,26 \pm 5,22$) and post-test values ($6,93 \pm 3,43$) were compared, it was observed that the core training program applied had a positive effect on balance performance, but there was no statistically significant difference between the values. **Conclusion:** As a result of the research; It has been observed that the core training program applied to the 12-14 age group football players in addition to football training positively affects the speed and balance performances of the 12-14 age group football players. **Suggestions:** The core training program, which has positive effects on speed and balance parameters in the study, can be included in training programs such as football or different branches, and can be applied in different intensities according to the purpose of the study, branch and age.

Key words: Core Training, Speed, Balance, Training science, Football

SB05

Elit Hentbol ve Güreş Sporcularının Sıçrama- İniş Mekaniklerinin Karşılaştırılması

Burak TAŞ¹, Uğur AKALP¹, Onur KAYA¹, Bergün MERİÇ BİNGÜL²

¹ Kocaeli Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Kocaeli

² Kocaeli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Kocaeli

Giriş ve Amaç: Yaralanmaların sebeplerini incelemek ve tespit etmek sporculara önemli katkılar sunmaktadır. Sporcuların temassız yaralanma riskinin belirlenmesi ve ardından onları önleyici egzersiz programlarına yönlendirmek sporcu sağlığı açısından yararlı olabilecektir. Bu araştırmada, elit hentbol ve güreş sporcularının sıçrama- iniş mekaniklerinin karşılaştırılması amaçlanmıştır. **Yöntem:** Araştırmada Bolu ve Yalova ilinde, 1. ligde oynayan 10 hentbol (yaş 17,60 ± 1,43 boy 180,30 ± 7,05 kilo 76,40 ± 5,29) ve milli takımda bulunan 15 güreş (yaş 25,87 ± 3,18 boy 178,67 ± 8,64 kilo 77,13 ± 14,16) toplam 25 sporcu gönüllü olarak yer aldı. Sporculara Sıçrama Sonrası Yere İniş Hata Puanlama Sistem (LESS) test protokolü uygulandı. Sporcuların tanımlayıcı istatistikleri yapılmış ve grupların normal dağılımını belirlemede Shapiro Wilk Testi kullanılmıştır. Hentbol ve güreş sporcularının karşılaştırmasında Non-Parametrik Mann Whitney U Testi kullanılmıştır. **Bulgular:** Hentbol ve güreş sporcularının LESS skorları arasında bir farklılık bulunmamıştır (p>0,05). Sporcuların LESS değerlendirmeleri karşılaştırıldığında ilk temasta diz fleksiyon açısında, temas noktasında ayak bileği plantar fleksiyon skorlarında ve diz valgusu yer değiştirmesi diz başparmağının içinde olduğu pozisyonda anlamlı farklılık bulunmuştur (p<0,05). **Sonuç:** Ön çapraz bağ (ÖÇB) risk düzeyinin belirlenmesi amacıyla yapılan bu çalışmada güreş ve hentbol sporcularının LESS skorları arasında istatistiksel olarak bir fark bulunmamaktadır. Buna rağmen güreş sporcularının toplam LESS skorları hentbol sporcularına göre düşük bulunmuştur. Bu da LESS skoru puanlaması açısından yaralanma olasılığının daha düşük olduğunu göstermektedir. Sonucun bu şekilde çıkması çalışmamıza katılan güreşçilerin daha iyi alt ekstremiteye sahip olduğunu göstermiştir. **Öneriler:** Çalışmamıza katılan sporcu sayısı çalışmanın sınırlılığını oluşturmaktadır. Gelecekte yapılacak olan çalışmalarda daha fazla sayıda ve değişik yaş gruplarında sporcuların karşılaştırılması literatüre olumlu katkı sağlayacaktır.

Anahtar Kelimeler: LESS, Güreş, Hentbol, Sıçrama, ACL

Comparison of Jump-Landing Mechanics of Elite Handball and Wrestling Athletes

Introduction and Purpose: Examining and detecting the causes of injuries offers important contributions to athletes. Identifying the risk of non-contact injury in athletes and then directing them to preventive exercise programs may be beneficial for athlete health. In this research, it is aimed to compare the jump-landing mechanics of elite handball and wrestling athletes. **Method:** In research in Bolu and Yalova provinces, 10 handballs in the 1st league (age 17.60±1.43 height 180.30±7.05 kilos 76.40±5.29) and 15 wrestlers on the national team (age 25.87±3.18 height 178.67±8.64 kilos. 77.13±14.16) a total of 25 athletes volunteered. The Landing Error Scoring System (LESS) test protocol was applied to the athletes after the jump. Descriptive statistics of the athletes were made, and the Shapiro-Wilk test was used to determine the normal distribution of the groups. The non-parametric Mann-Whitney U test was used to compare handball and wrestling athletes. **Results:** There was no difference between the LESS scores of handball and wrestling athletes (p > 0.05). Compared with the athletes' LESS assessments, significant differences were found in knee flexion angle at first contact, ankle plantar flexion scores at the point of contact, and knee valence displacement in the position of the thumb of the knee (p < 0.05). **Conclusion:** In this study, which was conducted to determine the anterior cruciate ligament (ACL) risk level, there is no statistical difference between the LESS scores of wrestling and handball athletes. Despite this, the total LESS scores of wrestling athletes were found to be lower compared to handball athletes. This shows that the probability of injury is lower in terms of LESS score scoring. The fact that the result came out this way showed that the wrestlers who participated in our study had better lower extremities. **Suggestions:** The number of athletes participating in our study constitutes the limitation of the study. In future studies, the comparison of athletes from a larger number and different age groups will make a positive contribution to the literature.

Keywords: LESS, Wrestling, Handball, Jump, ACL

SB06

Elit Tenis Sporcusuydum; Oynadım, Kazandım, Zorlandım ve Bıraktım

Ülfet YAVUZ¹, Özge BAYDAR ARICAN¹, Ecem TÜRKMEN¹

¹Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Tenis sporcuları kariyerlerine odaklanarak eğitim yaşantıları, çalışma fırsatları ve sosyal yaşamlarından fedakârlık etmek zorunda kalarak performans sporcusu olma yolunda fiziksel ve ruhsal pek çok güçlüklerle karşılaşabilirler. Bu durum sporu erken yaşta bırakmalarına yönelik eğilimlerinin artmasına sebep olurken spor davranışında etkili olan faktörlerin belirlenmesine yönelik çalışmalara da ihtiyaç duyulduğunu göstermektedir. Bu doğrultuda çalışmanın amacı, elit tenis sporcularının tenise başlama ve devam etme nedenleri ile birlikte sporcu olarak karşılaştıkları güçlükler ve tenisi bırakma nedenlerini incelemek ve değerlendirmektir. Nitel metodoloji ile yürütülen bu araştırma fenomenoloji (olgubilim) deseni kapsamında yürütülmüştür. Amaçlı örnekleme yöntemlerinden kolay ulaşılabilir örnekleme ve ölçüt örneklemin beraber kullanıldığı bu çalışmada katılımcının belirlenmesi sürecinde önceden oluşturulmuş ölçütlere göre bir tarama gerçekleştirilmiştir. Bu ölçütler doğrultusunda çalışma grubunu Türkiye Tenis Federasyonuna bağlı kulüplerde elit düzeyde tenis oynamış ve tenisi bırakmış, kadın ve erkek toplam 22 sporcu oluşturmaktadır. Katılımcılardan; tenise başlama nedenleri, elit tenis sporcusu olma nedenleri, tenis oynarken karşılaştıkları zorluklar ve tenisi bırakma nedenlerine ilişkin sorulara cevaplar vermeleri istenmiştir. Elde edilen veriler sorular ve alt sorular çerçevesinde betimsel analiz veya içerik analizi kullanılarak kodlanmış ardından da temalar ve alt temalar belirlenmiştir. Sonuç olarak, katılımcıların büyük bir çoğunluğunun ebeveyn desteğiyle tenis sporuna başladığı, ün/statü sahibi olmak ve tenis sayesinde sosyal/eğitim fırsatları elde etme beklentisinde olduklarını ifade etmiştir. Ek olarak, antrenörünün eksik-yetersiz bilgi sahibi olması ile antrenman-müsabakaya yeteri kadar motive olamadıkları ve kalıcı sakatlıklar, cerrahi operasyonlar, zihinsel yorgunluk nedenleriyle tenis sporunu bıraktıklarını sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar kelimeler: Tenis, elit tenis sporcusu, olgubilim, nitel araştırma

I Was an Elite Tennis Athlete; I Played, I Won, I'm Forced and I Left

Tennis players may encounter many physical and mental difficulties on the way to becoming a performance athlete by focusing on their careers and having to sacrifice their educational experiences, work opportunities and social lives. While this situation leads to an increase in their tendency to quit sports at an early age, it also shows that there is a need for studies to determine the factors that affect sports behavior. In this direction, the aim of the study is to examine and evaluate the reasons for starting and continuing tennis, the difficulties they encounter as athletes and the reasons for quitting tennis. This research, which was conducted with qualitative methodology, was carried out within the scope of phenomenology pattern. In this study, in which convenience sampling and criterion sampling, one of the purposive sampling methods, were used together, a screening was carried out according to the pre-established criteria in the process of determining the participant. In line with these criteria, the study group consists of 22 athletes, male and female, who have played elite tennis in clubs affiliated to the Turkish Tennis Federation and who have quit tennis. From the participants; They were asked to answer questions about the reasons for starting tennis, the reasons for becoming an elite tennis player, the difficulties they encountered while playing tennis, and the reasons for quitting tennis. The data obtained were coded within the framework of questions and sub-questions using descriptive analysis or content analysis, and then themes and sub-themes were determined. As a result, the majority of the participants stated that they started tennis with the support of their parents, they expected to have a reputation/status and to have social/educational opportunities thanks to tennis. In addition, it was concluded that they could not be motivated enough to train-competition due to the lack of knowledge of their trainers and they stopped playing tennis due to permanent injuries, surgical operations and mental fatigue.

Keywords: Tennis, elite tennis player, phenomenology, qualitative research

SB07

11-14 Yaş Arasındaki Kadın Voleybolcuların Branşa Katılım Nedenlerinin İncelenmesi

Adem AYDIN

Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Sosyal Bilimler Entitüsü Spor Yöneticiliği Ana Bilim Dalı, Burdur

Giriş: Spor ister sağlık, ister boş zamanları değerlendirme, isterse performans amacıyla yapılınsın bireyin yaşamının zenginleşmesine katkı sağlayacaktır. Bu nedenle çeşitli spor gruplarına katılım her yaşta insana önerilmektedir. Spora katılım için ortaya konan motivlerin her birey için farklı özellikte ve yapıda olduğunu anlamak önemlidir. Sporun çocuklar üzerindeki olumlu etkileri göz önüne alındığında sağlıklı bir toplum yaratmak ve çağımızın en büyük hastalığı olan “hareketsizliği” önlemek için spora katılım motivasyonu ile ilgili teorilerin açıklanmasına ve çalışmalara ihtiyaç vardır. **Amaç:** Bu araştırma voleybola başlayan kadın sporcuların voleybol branşını niye tercih ettikleri voleybola yöneliminde ki etkenlerini incelemek amacıyla yapılmış bir çalışmadır. **Yöntem:** Çalışma Ankara ilinde alt yapı liglerinde mücadele eden 11-14 yaş aralığında ki 80 sporcunun katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmada araştırma modeli olarak tarama modeli kullanılmıştır. Veri toplama aracı olarak “Spora Katılım Güdüsü Ölçeği” kullanılmıştır. Spora Katılım Güdüsü Ölçeğinin Türkçe uyarlaması, geçerliliği ve güvenilirliği çalışması Oyar, Aşçı, Çelebi ve Mülazımoğlu tarafından yapılmıştır, 8 alt boyuttan ve 30 sorudan oluşmaktadır. Anketler SPSS 15.0 paket programı kullanılarak çözümlenmiştir. Katılımcıların her bir soruya verdiği cevapların frekans ve yüzdelik dağılımlarına bakılmıştır. **Bulgular:** Elde edilen verilerin sonucunda voleybola başlayan kadın sporcuların katılım nedenleri önem sırasına göre sıraladığımızda: becerilerini geliştirmek istemek, iyi oldukları konuda bir şeyler yapmak istemek, yeni beceriler öğrenmek istemek, egzersiz yapmayı sevmeleri, hareketi sevmeleri, takımın parçası olmayı sevmeleri, branşlarında yükselmek istemeleri, fiziksel olarak sağlıklı olmak istemeleri ve voleybolu eğlenceli bulduklarını söyleyebiliriz. **Sonuç:** Bu çalışmanın sonuçları değerlendirildiğinde araştırma grubunun spor yapmaktan hoşlandıklarını ve voleybolu eğlenceli bulduklarını, takım sporunu sevdiklerini, takımın bir parçası olmaktan mutlu olduklarını ve kendilerini voleybolda geliştirmek istedikleri görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Voleybol, Alt Yapı, Sporcu, Spora Katılım

Examination of the Reasons for Joining the Branch of Women Volleyball Players between 11-14

Introduction: Whether it is for health, leisure or performance purposes, sports will contribute to the enrichment of an individual's life. For this reason, participation in various sports groups is recommended for people of all ages. It is important to understand that the motivations for participation in sports have different characteristics and structures for each individual. Considering the positive effects of sports on children, there is a need to explain the theories and studies related to the motivation to participate in sports in order to create a healthy society and prevent "inactivity", which is the biggest disease of our age. **Purpose:** This research is a study conducted to examine the reasons why female athletes who start volleyball prefer the volleyball branch, and the factors in their orientation to volleyball. **Method:** The study was carried out with the participation of 80 athletes between the ages of 11-14 competing in the infrastructure leagues in Ankara. In this study, scanning model was used as research model. As a data collection tool, the "Sport Participation Motivation Scale" was used. The Turkish adaptation, validity and reliability study of the Sport Participation Motivation Scale was carried out by Oyar, Aşçı, Çelebi, and Mülazımoğlu. It consists of 8 sub-dimensions and 30 questions. The questionnaires were analyzed using the SPSS 15.0 package program. The frequency and percentage distributions of the answers given by the participants to each question were examined. **Results:** As a result of the data obtained, when we list the reasons for participation of female athletes who start volleyball in order of importance: wanting to improve their skills, wanting to do something about what they are good at, wanting to learn new skills, love to exercise, love movement, love to be a part of the team, want to rise in their branches, physically. We can say that they want to be healthy, and that they find volleyball fun. **Conclusion:** When the results of this study were evaluated, it was seen that the research group enjoyed doing sports and found volleyball fun, they liked team sports, they were happy to be a part of the team, and they wanted to improve themselves in volleyball.

Keywords: Volleyball, Infrastructure, Athlete, Participation in Sports

SB08

Ankara’ da 10-13 yaş Modern Pentatlon Yapan Bireylerin Modern Pentatlon Sporunu Tercih Etme Nedenleri ve İleriye Dönük Beklentileri

Fevyaz VELİDEDEOĞLU¹, Recep KÜRKCÜ²

¹Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Amasya Üniversitesi

²Amasya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Amasya

Giriş ve Amaç: Birçok atletik disiplini içinde bulunduran modern pentatlon sporu, daha fazla performans bileşeni içermektedir. Modern pentatlon branşı 5 ayrı disiplinden oluşmaktadır, bu disiplinler; Yüzme, Atletizm, Eskrim, Atış ve Biniciliktir. 5 branşı içinde bulundurması sebebi ile farklı sportif eğitim programı isteyen aynı zamanda bu sporla uğraşan sporcunun antrenman programlarının düzenli ve planlı olması gerekmektedir. Modern pentatlon birçok alt disiplinden oluşmaktadır bunlar; Laser Run, Biathle, Triathle, Tetratlon Disiplinleridir. Bu bağlamda çalışmanın amacı modern pentatlon sporu yapan 10-13 yaş grubu sporcuların bu sporu tercih etme nedenleri ve modern pentatlon sporundan beklentilerinin neler olduğunun incelenmesidir. **Yöntem:** Veri toplamak amacı ile anket uygulaması yapılmıştır. Çalışmada Ankara ilinde bulunan daha çok Triathle disiplini yapan 10-13 yaş gruplarına yönelik 5 spor kulübünden gelişigüzel belirlenen 96 sporcudan veri toplanmıştır. Elde edilen veriler SPSS 23 programında değerlendirilmiştir. Verilerin normal dağılıma uygunluğu için çarpıklık ve basıklık katsayıları kullanılmıştır. Demografik sorulardan cinsiyet, yaş, spor yaşı, eğitim durumu, ebeveyn eğitim durumu, değişkenleri için; analizler parametrik testlerden iki grup karşılaştırmaları için T testi ve ikiden fazla grupların karşılaştırılması için ANOVA testleri uygulanmıştır. Ölçeğin güvenilirliği için Cronbach Alpha analizi yapılmıştır. **Bulgular:** Katılımcıların ölçeklerden aldıkları ortalama puanlar katılımcıların spor yaşlarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma göstermemektedir ($p>0,05$). Modern pentatlon sporuna başlama nedenleri ve modern pentatlon sporundan beklentileri ile istatistiksel olarak anlamlı bulunamamıştır ($p>0,05$). Fakat katılımcıların yaşları ve modern pentatlon sporuyla profesyonel biçimde uğraşma nedenleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma vardır ($p<0,05$). Bu anlamlı fark 12 yaşındaki bireylerin ölçekten aldığı yüksek puanlardan kaynaklanmaktadır. **Sonuç:** Sonuç olarak yapılan bu araştırmada yer alan sporcuların modern pentatlona başlama nedenleri başında anne, baba ve kardeşin spora başlamadaki etkisi, Milli sporcu olma isteği, yakın çevredeki Antrenörün etkisi ve dünyaca ünlü bir sporcu olabilme faktörlerinin geldiği bulunmuştur. Katılımcıların modern pentatlon sporu ile profesyonel biçimde uğraşma nedenlerinin başında spor yaparak sağlıklı olmak, başarı kazanmaktan zevk duymak olarak bulunmuştur. Katılımcıların modern pentatlon sporundan beklentilerinin başında milli takım sporcusu olmak, sağlıklı olmak ve sağlığı korumak olarak bulunmuştur. Demografik değişkenlere göre ele alındığı zaman katılımcıların modern pentatlon sporu ile profesyonel olarak ilgilenme nedenleri yaşa göre farklılaştığı bulunmuştur. **Öneriler:** Ülkemizde son zamanlarda büyük gelişim gösteren modern pentatlon branşında, daha fazla kitlelere ulaşmak adına bilimsel çalışmalar çoğaltılmalıdır. Modern pentatlon branşı alt dallarını oluşturan disiplinlerin daha çok modern pentatlon yapılmayan iller kapsamındaki okullarda beden eğitimi öğretmenleri ve il temsilcileri aracılığı ile çocuklara tanıtılması sağlanmalı ve yetenek seçimlerinin bu branşa özgü yapılması gerekmektedir.

Anahtar Kelimeler: Modern pentatlon, Beklenti, Nedenler, Yaş, Spor yaşı

The Reasons for Preferring the Modern Pentathlon Sport of Individuals Aged 10-13 in Ankara and Their Future Expectations

Introduction and purpose: The modern pentathlon sport, which includes many athletic disciplines, includes more performance components. The modern pentathlon branch consists of 5 separate disciplines, these disciplines; Swimming, Athletics, Fencing, Shooting and Equestrian. Due to the fact that it includes 5 branches, the training programs of the athletes who want different sports training programs and also engage in this sport should be regular and planned. The modern pentathlon consists of many sub-disciplines; Laser Run, Biathle, Triathle, Tetrathlon are Disciplines. In this context, the aim of the study is to examine the reasons for the 10-13 age group athletes who do modern pentathlon sports to prefer this sport and what their expectations are from the modern pentathlon sport. **Method:** A questionnaire was applied to collect data. In the study, data were collected from 96 athletes randomly selected from 5 sports clubs for the 10-13 age groups in the province of Ankara, who

mostly practice Triathlon discipline. The data obtained were evaluated in the SPSS 23 program. Skewness and kurtosis coefficients were used to fit the data to the normal distribution. For demographic questions, variables such as gender, age, sports age, education level, parent education level; T test was used for the comparison of two groups from parametric tests and ANOVA tests were used for the comparison of more than two groups. Cronbach Alpha analysis was performed for the reliability of the scale. **Results:** The average scores of the participants from the scales do not show a statistically significant difference according to the sports age of the participants ($p>0.05$). The reasons for starting the modern pentathlon sport and the expectations from the modern pentathlon sport were not found statistically significant ($p>0.05$). However, there is a statistically significant difference between the ages of the participants and the reasons for professional involvement in modern pentathlon sport ($p<0.05$). This significant difference is due to the high scores of 12-year-old individuals from the scale. **Conclusion:** As a result, it was found that the main reasons for the athletes in this study to start modern pentathlon were the effect of mother, father and sibling on starting sports, the desire to become a national athlete, the effect of the trainer in the immediate environment and the factors of being a world-famous athlete. The main reasons for the participants to engage in modern pentathlon sports professionally were found to be healthy by doing sports and enjoying success. The main expectations of the participants from the modern pentathlon sport were to be a national team athlete, to be healthy and to protect health. When considered according to demographic variables, it was found that the reasons for the professional interest of the participants in modern pentathlon sport differ according to age. **Suggestions:** In the modern pentathlon branch, which has recently made great progress in our country, scientific studies should be increased in order to reach more masses. The disciplines constituting the sub-branches of the modern pentathlon branch should be introduced to children through physical education teachers and provincial representatives in schools within the provinces where modern pentathlon is not held, and talent selections should be made specific to this branch.

Keywords: Modern pentathlon, Expectation, Reasons, Age, Sports age

SB09

Öğretmenler İçin Boş Zamanın Anlamı ve İş Serbest Zaman Çatışması

Büşra SAYGILI ŞEN¹, Tebessüm AYYILDIZ DURHAN¹

¹Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Anabilim Dalı, Ankara

Öğretmenler için boş zamanın anlamını ve iş serbest zaman çatışma düzeylerini inceleyerek belirli değişkenler ile ölçüm araçları arasındaki farklılıkları belirlemek amacıyla yapılan bu çalışmaya Türkiye'nin farklı bölgelerinden temsili olarak seçilen farklı seviyelerde eğitim veren 206 öğretmenin katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırmada verilen toplanması adına kullanılan anketlerde kişisel bilgi formunun yanı sıra "Boş Zaman Anlamı Ölçeği (BZAÖ)" ile "İş Serbest Zaman Çatışması Ölçeği (İSZÇÖ)" kullanılmıştır. Verilerin analizinde betimsel istatistikler, bağımsız örneklem T testi, tek yönlü varyans analizi ANOVA ve Post hoc testleri, Pearson Korelasyon testi ve regresyon analizi kullanılmıştır. Bu araştırma için iç güvenilirlik katsayıları BZAÖ için .87 ve İSZÇÖ için .80 olarak belirlenmiştir. Elde edilen bulgular öğretmenlerin yüksek bir BZAÖ düzeyi ($4,39\pm 0,46$) ve orta bir İSZÇÖ düzeyi ($4,75\pm 1,11$) sergiledikleri tespit edilmiştir. Aynı zamanda çeşitli değişkenlerin öğretmenlerin BZAÖ ve İSZÇÖ oldukça farklılaştırdığını ve boş zaman anlamının iş-serbest zaman çatışmasını %29 oranında açıkladığı sonuçları elde edilmiştir. Sonuç olarak öğretmenlerin boş zamanlarına yükledikleri anlam ve iş serbest zaman çatışmaları hakkında bilgi veren mevcut araştırma bulguları doğrultusunda çeşitli öneriler getirilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Öğretmen, boş zaman, boş zamanın anlamı, iş-serbest zaman çatışması

The Meaning of Leisure for Teachers and Work-Leisure Conflict

This study, which was conducted to determine the differences between certain variables and measurement tools by examining the meaning of leisure time and work-leisure conflict levels for teachers, was carried out with the

participation of 206 teachers from different regions of Turkey. In addition to the personal information form, the "Meaning of Leisure Time Scale" and "Work-to-Leisure Time Conflict Scale (WLCS)" were used in the questionnaires used to collect the data in the study. Descriptive statistics, independent sample T test, one-way analysis of variance ANOVA and Post hoc tests, Pearson Correlation test and regression analysis were used to analyze the data. The internal reliability coefficients for this study were determined as .87 for the Meaning of Leisure Time Scale and .80 for the WLCS. The findings revealed that the teachers exhibited a high level of Meaning of Leisure Time Scale (4.39±0.46) and a moderate level of WLCS (4.75±1.11). At the same time, it was found that various variables differentiated teachers' Meaning of Leisure Time Scale and WLCS quite differently and the meaning of leisure time explained 29% of the work-to-leisure conflict. As a result, several suggestions are made in line with the findings of the current research, which provide information about the meaning teachers attribute to their leisure time and work-leisure conflicts.

Keywords: Teacher, leisure, meaning of leisure, work-to-leisure conflict.

SB10

Yoga Branşında Ciddi Boş Zaman Aktivite Tatmini ve Yaşam Doyumu

Ezgi KURSUN¹, Bilal ÇAĞLAYAN², Hüseyin GÜMÜŞ¹

¹Hüseyin Gümüüş, Mersin Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Mersin.

²Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara.

Giriş: Ciddi boş zaman aktivitelerinde süreklilik için, o aktiviteden algılanan faydalarının, aktiviteye ilişkin algılanan maliyetlerin üstünde olması gerektiği söylenmektedir. **Amaç:** Bu araştırmanın amacı yoga kurslarına katılan bireylerin ciddi boş zaman aktivite tatmin düzeyleri ve yaşam doyumlarını incelemektir. **Yöntem:** Araştırmanın örneklem grubunu Türkiye Herkes için Spor Federasyonuna bağlı 3 farklı yoga eğitmeninin kurslarına düzenli devam eden 176 katılımcı oluşturmuştur. Veri toplama aracı olarak Ayna ve ark., (2022) tarafından geliştirilen "Ciddi Boş Zaman Aktivite Tatmini Ölçeği" ve Diener ve ark. (1985) tarafından geliştirilen, Yetim (1993) tarafından Türkçeye uyarlanan "Yaşam Doyumu Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin analizinde betimsel istatistiklerin yanı sıra t testi ve pearson korelasyon analizinden yararlanılmıştır. **Bulgular:** Elde edilen bulgular incelendiğinde yoga kurslarına katılan bireylerin ciddi boş zaman aktivite tatmin puanlarının ve yaşam doyumlarının orta seviyenin üzerinde olduğu görülmüştür. Ayrıca kadınların erkeklere oranla yaşam doyumlarında ve ciddi boş zaman aktivite tatmininde daha olumlu puanlara sahip oldukları tespit edilmiştir. Ciddi boş zaman aktivite tatmini alt boyutları ile ve Yaşam Doyumu arasındaki orta düzeyde ve pozitif yönde ilişki tespit edilmiştir.

Anahtar kelimeler: Ciddi Boş Zaman, Tatmin, Yaşam Doyumu, Yoga.

Serious Leisure Activity Satisfaction And Life Satisfaction In The Yoga Branch

Introduction: It is said that for continuity in serious leisure activities, the perceived benefits from that activity must exceed the perceived costs of the activity. **Purpose:** The aim of this research is to examine the serious leisure activity satisfaction levels and life satisfaction of individuals who attend yoga courses. **Method:** The sample group of the research consisted of 176 participants who regularly attend the courses of 3 different yoga instructors affiliated to the Turkish Sports for All Federation. As a data collection tool, the "Serious Leisure Activity Satisfaction Scale" developed by Ayna et al. (2022), and Diener et al. (1985) and adapted into Turkish by Yetim (1993), the "Life Satisfaction Scale" was used. In addition to descriptive statistics, t-test and Pearson correlation analysis were used in the analysis of the data. **Results:** When the findings were examined, it was seen that the serious leisure activity satisfaction scores and life satisfaction of the individuals who participated in the yoga courses were above the medium level. In addition, it has been determined that women have more positive scores in life satisfaction and serious leisure activity satisfaction compared to men. A moderate and positive relationship was found between the serious leisure activity satisfaction sub-dimensions and Life Satisfaction.

Keywords: Serious Leisure, Satisfaction, Life Satisfaction, Yoga.

SB11

Ebeveynlerin Ders Dışı Sportif Etkinliklere Olan Bakış Açılarının Belirlenmesi

Durukan DURMUS

Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Ankara

Giriş ve Amaç: Bu araştırmada, ebeveynlerin ders dışı sportif etkinliklere yönelik tutumları incelenmiştir. Ebeveynlerin bu etkinliklere yönelik tutumlarının yönü (olumlu ya da olumsuz) çocuklarının bu etkinliklere katılımları ve devamlılıkları açısından önem taşımaktadır. **Yöntem:** Araştırma betimsel bir çalışmadır ve betimsel araştırma yöntemlerinden genel tarama modeli kullanılmıştır. Ülke genelinde kolayda örnekleme yöntemi ile seçilen, çocuklarını ders dışı sportif etkinlik olarak tenis branşına yönlendiren 292 ebeveyn gönüllülük esas alınarak çalışmaya dâhil edilmiştir. Veri toplama aracı olarak, Yılmaz ve Güven (2015) tarafından geliştirilen “Ders Dışı Sportif Etkinliklere Yönelik Ebeveyn Tutum Ölçeği” kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 21 istatistik paket programı kullanılmıştır. Anket verilerinin çözümlenmesi evresinde istatistiksel yöntem olarak t-testi, ANOVA ve Pearson Korelasyon testi kullanılmıştır. **Bulgular:** Araştırma bulguları incelendiğinde ebeveyn tutumlarının; yaş, öğrenim durumu, gelir durumu, spor yapma durumu, çocukların öğrenim durumu ve okul türü değişkenlerine göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılıklar içerdiği saptanmıştır. **Sonuç ve Öneriler:** Sonuç olarak ebeveynlerin ders dışı sportif etkinliklere yönelik tutumlarının yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Sözcükler: Ders dışı sportif etkinlikler, ebeveyn, tutum

Determination of Parents' Perspective Towards Extracurricular Sport Activities

Introduction and Purpose: In this research, the attitudes of parents towards extracurricular sport activities were investigated. The attitudes of parents towards these activities (positive or negative) are very important in terms of supporting the attendance and continuity of children to these activities. **Methods:** The research is a descriptive study and a general survey model is used as a descriptive research method. Selected by convenience sampling method across the country, 292 parents who send their children to tennis as a extracurricular sport activity voluntarily included. As a data collection tool, “Parent Attitude Scale towards Extracurricular Sport Activities” developed by Yılmaz and Güven (2015) were used. SPSS 21 statistic package program was used for data analysis. In the analysis of survey data from the quantitative phase of the research, t-test, analysis of variance (ANOVA), and Pearson's correlation test were used as statistical methods. **Results:** When the findings of the study were examined, it has been determined that; there are statistically significant differences in these attitudes of parent's according to the variables of age, education level, income level, sports status, educational status of children and school type. **Conclusion:** In conclusion it has been determined that the attitude level of the parents towards extracurricular sports activities were high.

Keywords: Extracurricular sport activities, attitude, parents

SB12

Voleybolcularda Isınmada Yapılan Eklem Distraksiyonu Çalışmasının Sıçramaya Akut Etkisi

Erhan Toprak ÇAĞLIN¹, Arzu CANBULAT², Gündem KARAASLAN², Büşra DURUR², Barış ÇÜRÜKOĞLU¹, Halil Orbay ÇOBANOĞLU²

¹Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı

²Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü

Amaç: Bu çalışmanın amacı voleybolcularda ısınmada yapılan eklem distraksiyonu çalışmasının sıçramaya akut etkisini incelemektir. **Yöntemler:** Araştırma deneysel araştırma modelinde yapılmıştır. Araştırma örneklemini kolayda örnekleme yöntemi ile seçilmiştir. Araştırma örneklemini Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi voleybol kadın ve erkek takımlarındaki 12 kadın ve 11 erkek voleybolcu oluşturmuştur. Araştırmada Squat Jump (SJ), Counter Movement Jump Free (CMJ) ölçümleri My Jump 2 Aplikasyon programı ile kullanılarak ölçülmüştür. Araştırma verilerinin analizi için SPSS 25.0 for windows istatistiksel paket programı kullanılmıştır. Hangi istatistiksel tekniklerin kullanılacağına karar vermek için normallik testlerinden basıklık çarpıklık değerlerine bakılmıştır. Veri sayısının azlığından dolayı non-parametrik testler tercih edilmiştir. Ön test ve son test arasındaki farka bakmak için Wilcoxon işaretli sıralar testi uygulanmış ve anlamlılık düzeyi $p < .05$ düzeyinde test edilmiştir. **Bulgular:** Kadın grubu için SJ yükseklik ön test son test arasında ($p = .01$), SJ uçuş süresi ön test son test arasında ($p = .02$), SJ kuvvet ön test son test arasında ($p = .02$), SJ güç ön test son test arasında ($p = .02$), SJ hız ön test son test arasında ($p = .01$) ve CMJ yükseklik ön test son test arasında ($p = .00$), CMJ uçuş süresi ön test son test arasında ($p = .00$), CMJ kuvvet ön test son test arasında ($p = .00$), CMJ güç ön test son test arasında ($p = .00$), CMJ hız ön test son test arasında ($p = .00$) istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Erkek grubu için SJ kuvvet ön test son test arasında ($p = .04$), SJ güç ön test son test arasında ($p = .04$) ve CMJ yükseklik ön test son test arasında ($p = .01$), CMJ uçuş süresi ön test son test arasında ($p = .01$), CMJ kuvvet ön test son test arasında ($p = .01$), CMJ güç ön test son test arasında ($p = .01$), CMJ hız ön test son test arasında ($p = .01$) istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. **Sonuç:** Voleybolcularda ısınmada yapılan eklem distraksiyonu çalışmasının sıçramaya akut etkisi olduğu sonucuna varılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Voleybol, SJ, CMJ, Eklem Distraksiyonu, Isınma

Warm-Up in Volleyball Players Acute Effect of Joint Distraction Study on Jumping

Purpose: The aim of this study is to examine the acute effect of joint distraction exercise during warm-up on jumping in volleyball players. **Methods:** The research was conducted in the experimental research model. The research sample was selected by convenience sampling method. The research sample consisted of 12 female and 11 male volleyball players in Alanya Alaaddin Keykubat University volleyball women's and men's teams. In the study, Squat Jump (SJ) and Counter Movement Jump Free (CMJ) measurements were measured using the My Jump 2 Application program. SPSS 25.0 for windows statistical package program was used for the analysis of the research data. In order to decide which statistical techniques to use, the kurtosis skewness values from the normality tests were checked. Due to the small number of data, non-parametric tests were preferred. Wilcoxon signed-rank test was used to look at the difference between the pre-test and post-test, and the significance level was tested at the $p < .05$ level. **Results:** For the female group, SJ height between pretest and posttest ($p = .01$), SJ flight time between pretest and posttest ($p = .02$), SJ strength between pretest and posttest ($p = .02$), SJ power Between pretest posttest ($p = .02$), SJ speed pretest posttest ($p = .01$) and CMJ height pretest posttest ($p = .00$), CMJ flight time pretest posttest ($p = .00$), CMJ strength pretest and posttest ($p = .00$), CMJ strength pretest posttest ($p = .00$), CMJ speed pretest posttest ($p = .00$) found. For the male group, between SJ strength pretest posttest ($p = .04$), SJ strength pretest posttest ($p = .04$), and CMJ height pretest posttest ($p = .01$), CMJ flight time pretest between posttest ($p = .01$), CMJ strength pretest posttest ($p = .01$), CMJ strength pretest posttest ($p = .01$), CMJ speed pretest posttest ($p = .01$) statistically significant difference was found. **Conclusion:** It was concluded that the joint distraction exercise performed during warm-up in volleyball players has an acute effect on jumping.

Keywords: Volleyball, SJ, CMJ, Joint Distraction, Warmup

SB13

Rectus Femoris Kasında Uzun Süreli Maksimal-altı İzometrik İstemli Kasılmalar Sırasında Yorgunluk ve Toparlanmanın İncelenmesi

Merve GÜÇLÜER¹, Hayri ERTAN¹, Aybars AKYÜREK¹, Kaan Nazım NAZİK¹, Abdulkerim DARENDELİ¹

¹ Eskişehir Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Eskişehir

Giriş: Elektromiyografik (EMG) sinyallerin genlik ölçümlerindeki artış ve güç spektrumunun ortalama frekansındaki düşüş sinir-kas yorgunluğunu değerlendirmek için kullanılmaktadır. Yapılan bu çalışmada uzun süreli maksimal-altı izometrik istemli kasılmalar sırasında rectus femoris (RF) kasındaki yorgunluk ve toparlanma süreçlerinin EMG sinyalleri aracılığıyla incelenmesi amaçlanmıştır. **Yöntem:** Çalışma kapsamında, 12 erkek ve 12 kadın katılımcıya izokinetik dinamometre kullanılarak diz ekstansörlerine tekrarlı izometrik kasılmalar yaptırılmıştır. Öncelikle katılımcıların maksimal istemli kasılma (MİK) seviyeleri maksimal izometrik diz ekstansiyonu testi sırasında belirlenmiştir. Sonrasında MİK'in %15'inde 4 dakikalık izometrik kasılmalar 3 kere tekrarlanmıştır. Tekrarlar arasında 10 dakika dinlenme arası verilmiştir. Katılımcıların izometrik kasılmaları sürdürebilmeleri için ayrı bir ekranda görsel dönüt sağlanmıştır. Tüm ölçümler sırasında RF kasının EMG verileri deri üzerine iliştirilen çift-kutuplu elektrotla toplanmış ve kablosuz olarak bilgisayara aktarılmıştır. EMG ve tork verileri eş zamanlı olarak kaydedilmiştir. Dört dakikalık ($\times 3$ tekrar) işlenmemiş EMG verisinin ortalama ve medyan frekansları 2 saniyelik pencereler için hesaplanmış ve her tekrarın ortalamaları alınmıştır. **Bulgular ve Sonuç:** Elde edilen bulgularda, uzun süreli maksimal-altı istemli kasılma sonrasında RF kasında bir yorgunluk oluştuğunu ancak set aralarında verilen dinlenme sürelerinin kasın toparlanması için yeterli olduğu görülmüştür. Sonuç olarak bu çalışma, 4 dakikalık istemli izometrik kasılmalar sırasında RF kasında oluşan yorgunluk için 10 dakikalık dinlenmenin yeterli olacağını göstermektedir.

Anahtar kelimeler: Fiziksel yorgunluk; istemli kasılma; sinir sistemi; kas fonksiyonu

Fatigability and Recovery for Rectus Femoris Muscle during Prolonged Submaximal Isometric Voluntary Contractions

Background: An increase in amplitude measurements of electromyographic (EMG) signals and a decrease in the average frequency of the EMG power spectrum are used to evaluate neuromuscular fatigue. In this study, we investigated the fatigue and recovery processes in the rectus femoris (RF) muscle during prolonged submaximal voluntary isometric contractions using EMG signals. **Method:** In this study, 12 male and 12 female participants performed voluntary isometric contractions with their knee extensors on an isokinetic dynamometer. Firstly, the maximal voluntary contraction (MVC) levels of the participants were determined during maximal isometric knee extension test. Then, 4-minute isometric contractions were repeated 3 times at 15% of the MVC. A 10-minute recovery interval was given between the repetitions. Visual feedback was provided on a separate screen to enable participants to sustain their isometric contractions. The EMG data for the RF muscle was collected using a pair of electrodes attached to the skin and wirelessly transferred to a computer during all the measurements. EMG and torque data were recorded simultaneously. The mean and median frequencies of the 4-minute ($\times 3$ repetitions) unprocessed EMG data were calculated for 2-second windows and the averages of each repetition were calculated. **Results and Conclusion:** We found that there were indicators of fatigue in the RF muscle after 4 minute submaximal voluntary contractions, but the rest intervals given between the sets were sufficient for recovery. As a result, this study shows that a 10-minute rest period is sufficient for RF muscle to recover during 4-minute voluntary isometric contractions.

Keywords: Physical fatigue; voluntary contraction; nervous system; muscle function.

SB14

Farklı Şiddetlerdeki Müziğin Yüzme Performansına Etkisi

Rümeysa YILMAZ¹, Beyza UYANIK¹, Nida YILDIRIM¹, Merve GEZEN BÖLÜKBAŞ¹, Şerife VATANSEVER¹

¹Bursa Uludağ Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü

Giriş ve Amaç: Müziğin, birçok spor ve egzersiz rutinine ek olarak kullanılmasına rağmen, yüzmede sınırlı uygulamaları vardır. Bu nedenle, müziğin yüzme gibi bir egzersiz için performansı etkileme potansiyeli oldukça yüksektir. Kemik iletimli kulaklık havuz ve deniz gibi su ortamlarında ses iletimi için yeni bir yöntemdir. Sesin aktarımının ana yolu, kafatasındaki titreşim enerjisinin iç kulağa iletilmesidir. Bu bağlamda 11-12 yaş aralığında kız ve erkek performans yüzücülerinin 100 metre crawl stil (serbest stil) ve çeşitli testlerle farklı müzik türlerinin performanslarına etkisini incelemektir. **Yöntem:** Araştırmaya, Bursa Atıcılar Spor Kompleksi'nde eğitim gören 11-12 yaşları arasında altı kız ve altı erkek olmak üzere toplamda on iki gönüllü performans yüzücü katılmıştır. Bu araştırmada yüzücülerin randomize çapraz tasarım metodu ile (crossover design) müziksiz, yüksek tempolu müzik ve düşük tempolu müzik olmak üzere rastgele seçilmiş üç denemeye katılmıştır. Katılımcılara önceden BPM değerlerine bakılarak hazırlanmış müziklerden seçmeleri istenmiştir. Katılımcılardan havuz içerisinde kemik iletimli kulaklık kullanarak müziklerle yüzmeleri istenmiştir. Kronometre aracılığı ile yüzme performansları ardından egzersiz sonrası kalp atım hızı değerleri ölçülmüştür. Verilerin değerlendirilmesinde, IBM SPSS (Statistical Packkage for The Social Sciences, ABD) 28.0 istatistik paket programı kullanılmıştır. Verilerin analizinde tekrarlı ölçümler için ANOVA ($p<0.05$) testi kullanılmıştır. Anlamlı fark bulunması halinde de gruplar arasında ki farkı anlamak için Bonferroni Post-Hoc testi yapılmıştır. İlişkilendirmelerde anlamlılık düzeyi $p<0.05$ olarak belirlenmiştir. **Bulgular:** Araştırmada elde edilen sonuçlara göre, katılımcıların toplam boy ortalamaları 156.50 ± 6.346 , toplam kilo ortalamaları 44.23 ± 9.338 olarak belirlenmiştir. Denemeler arasında yüzme performans süresi açısından anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$). Yüksek tempolu müzik denemesinde yüzme performansının düşük tempolu müzik denemesine göre daha yüksek ($p<0,05$); düşük tempolu müzik denemesi egzersiz sonrası kalp atım hızı değerlerinin yüksek tempolu müzik denemesine göre daha düşük olduğu belirlenmiştir ($p<0.05$). **Sonuç:** Müziğin sporcu performansını etkilediği ve yüksek tempolu müziğin düşük tempolu müziğe kıyasla yüzme süresini azalttığı saptanmıştır. Müzik dinletisinin yüzme esnasında sportif performansı iyileştirici ve arttırıcı bir etkisi olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Yüzme, müzik, performans

The Effect of Music of Different Intensities on Swimming Performance

Introduction and Aim: Although music is used in addition to many sports and exercise routines, it has limited applications in swimming. Therefore, the potential for music to affect performance for an exercise like swimming is quite high. Bone conduction headphones are a new method for sound transmission in aquatic environments such as pools and seas. The main way of transmitting sound is the transmission of vibrational energy from the skull to the inner ear. In this context, it is to examine the effects of different types of music on the performance of male and female swimmers between the ages of 11-12 with 100 meters crawl style (freestyle) and various tests. **Material and Methods:** A total of twelve volunteer performance swimmers, six girls and six boys, between the ages of 11-12, studying at Bursa Shooters Sports Complex, participated in the research. In this study, swimmers participated in three randomly selected trials, using the randomized crossover design method, without music, up-tempo music and low-tempo music. Participants were asked to choose music that was prepared by looking at their BPM values. Participants were asked to swim with music using bone conduction headphones in the pool. Post-exercise heart rate values were measured by means of a stopwatch after swimming performances. IBM SPSS (Statistical Packkage for The Social Sciences, USA) 28.0 statistical package program was used to evaluate the data. ANOVA ($p<0.05$) test was used for repeated measurements in the analysis of the data. If there was a significant difference, the Bonferroni Post-Hoc test was used to understand the difference between the groups. The level of significance in associations was determined as $p<0.05$. **Results:** According to the results obtained in the study, the mean total height of the participants was 156.50 ± 6.346 , and the mean total weight was 44.23 ± 9.338 . It was determined that there was a significant difference between the trials in terms of swimming performance time ($p<0.05$). It was determined that swimming performance in the high tempo music trial was higher than the low tempo music trial ($p<0.05$). It was determined that heart rate values after exercise in low tempo music trial were lower than high tempo music trial ($p<0.05$). **Conclusion:** As a result, it was determined that music affects the performance of athletes and at the same time, high-tempo music reduces swimming time compared to low-tempo music. It can be said that listening to music has an improving and enhancing effect on sportive performance during swimming.

Keywords: Swimming, music, performance

SB15

2020-2021 Futbol Sezonunda 3 Farklı Avrupa Liginde Atılan Gollerin Teknik Analizinin Yapılarak İncelenmesi

Erhan IŞIKDEMİR¹, Süleyman ÖZKÜRKCÜ¹, Ş. Cihat ÖZER²

¹Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı.

²Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı.

Gol, futbolda sonucun belirlenmesinde en önemli kriterdir. Gol öncesi ve sırasında gerçekleşen taktiksel davranışların analizi bu nedenle önemlidir. Bu çalışmanın amacı, farklı futbol anlayışına sahip olan Türkiye Süper Ligi (TSL), İngiltere Premier Lig (EPL) ve Fransa Lig 1’de (FL1) 2020-2021 futbol sezonunda oynanan tüm müsabakalarda atılan gollerin teknik ve taktik kriterler açısından sınıflandırılarak, ligler arasındaki farklılık ve benzerliklerin ortaya konmasıdır. Araştırmanın kapsamını, 2020-2021 Sezonunda 3 farklı Avrupa Liginde oynanan 1180 (Türkiye Süper Lig, İngiltere Premier Lig, Fransa Lig 1) futbol müsabakasında atılan toplam 3209 gol oluşturmaktadır. Atılan her bir gol, atıldığı dakika aralığı, gol öncesi atağın geliştiği bölge, gol öncesi oyuncunun topa temas sayısı ve duran toplardan kazanılan goller bakımından sınıflandırılmış ve tüm verilere ilişkin frekans ve yüzde dağılımları her bir lig için ayrı ayrı hesaplanmıştır. Elde edilen sonuçlara göre en fazla gol TSL (f: 1136 gol), en az gol ise EPL’de (f: 1024 gol) atılmıştır. Toplam atılan golün dakika bazında dağılımına bakıldığında TSL (f:199; %17.5), EPL (f:166; %16.2) ve FL1’de (f:186; %17.7) en fazla golün oyunun son çeyreklik diliminde atılırken, en az golün ise ilk yarının uzatma dakikalarında atıldığı görülmektedir. Gol öncesi golü atan oyuncunun topa temas sayısı açısından bakıldığında en fazla golün bir temas ile atıldığı, atak yönü açısından bakıldığında ise FL1’de atılan kenar hücumları sonrası gol oranının TSL ve EPL’den daha az olduğu ancak merkezden yapılan hücum sonucunda atılan gollerin ise daha fazla olduğu görülmüştür. Sonuçlara göre liglerde yer alan takımların farklı oyun yapılarına sahip olduğu, bunun da sonucu belirleyen gol kriteri üzerinde belirleyici olduğu anlaşılmaktadır. Ancak teknik ve taktik kriterler ile birlikte fiziksel oyun özelliklerinin de göz önünde bulundurularak değerlendirme yapılması ligler arasındaki farklılıkların ve benzerliklerin daha iyi anlaşılmasına yardımcı olacaktır.

Anahtar Kelimeler: Futbol, Gol, Teknik analiz

Exemination of the Goal Scored in Three Different European Leagues at 2020-2021 Football Season through Technical Analysis

Goal is the most important criterion in determining the outcome of a football match. Therefore, analyzing tactical behaviors before and during goals is crucial. The aim of this study is to classify the goals scored in the 2020-2021 football season in Turkey Super League (TSL), England Premier League (EPL), and France League 1 (FL1) according to technical and tactical criteria, and to reveal the differences and similarities between the leagues. The scope of the research consists of a total of 3209 goals scored in 1180 football matches played in 3 different European Leagues (Turkey Super League, England Premier League, France League 1) in the 2020-2021 season. Each goal was classified according to the minute interval it was scored, the area where the attacking move started, the number of touches by the player before scoring, and the goals scored from set pieces. The frequency and percentage distributions of all data were calculated separately for each league. According to the results obtained, the most goals were scored in TSL (f: 1136 goals), while the least goals were scored in EPL (f: 1024 goals). Looking at the distribution of total goals by minute intervals, the most goals were scored in the last quarter of the game in TSL (f:199; %17.5), EPL (f:166; %16.2), and FL1 (f:186; %17.7), while the least goals were scored in the added time of the first half. When looking at the number of touches by the player who scored the goal, it was found that the most goals were scored with one touch. Regarding the direction of the attacking move, it was observed that the rate of goals scored after wing attacks was lower in FL1 than in TSL and EPL, but the number of goals scored from central attacks was higher. According to the results, it is understood that the teams in the leagues have different game structures, which are decisive in determining the goal criteria. However, evaluating physical game features together with technical and tactical criteria will help to better understand the differences and similarities between the leagues.

Keywords: Football, goal, technical analysis

SB16

17-18 Yaş Erkek Futbolcularda 6 Hafta Uygulanan French Contrast Egzersizlerinin Sürat ve Dikey Sıçrama Performansına Etkisi

Erhan Toprak CAĞLIN¹, Mithat Efe BARAN², Uğur Mehmet KÖPRÜLÜ², Harun YILMAZ², Halil Orbay ÇOBANOĞLU²

¹Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı

²Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü

Amaç: Bu çalışmada, 17-18 yaş erkek futbolcularda 6 hafta uygulanan French Contrast egzersizlerinin sürat ve dikey sıçrama performansı üzerindeki etkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır. **Yöntem:** Araştırma deneysel araştırma modelinde yapılmıştır. Araştırma örneklemini kolayda örnekleme yöntemi ile seçilmiştir. Çalışmaya 10 deney grubu 10 kontrol grubu olmak üzere toplam 20 kişi gönüllü katılmıştır. Deney grubuna 6 hafta boyunca 72 saat arayla haftada iki gün French Contrast egzersizleri uygulanmıştır. Egzersizler; Back Squat 3x3, 85% 1RM, CMJ 3x3, Dumbbell Squat Jump, 30% 1RM 3x3, Asist band Jump Squat 3x3 olarak belirlenmiştir. Egzersizler arasında sınırlı dinlenme (10 saniye) ve her set arasında beş dakika dinlenme verilmiştir. Futbolculara program öncesi ve 6 hafta sonrasında 30 m. sürat testi ve dikey sıçrama testleri uygulanmıştır. Elde edilen verilerin analizi için SPSS 25.0 for Windows istatistiksel paket programı kullanılmıştır. Ön test ve son test arasındaki farka bakmak için non-parametrik testlerden Wilcoxon işaretli sıralar testi uygulanmış ve anlamlılık düzeyi $p < .05$ ile test edilmiştir. **Bulgular:** Deney grubu açısından 30 m. sürat ön test ve son test arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır ($p = .00$). Yine deney grubu açısından dikey sıçrama ön test ve son test arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır ($p = .00$). Kontrol grubu açısından hem 30 m. sürat performansında ($p = .57$) hem de dikey sıçrama performansında ($p = .64$) istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. **Sonuç:** 17-18 yaş erkek futbolcularda haftanın iki günü altı hafta uygulanan French Contrast egzersizlerinin sürat ve dikey sıçrama performansı üzerinde etkili olduğu sonucuna varılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Futbol, Sürat, Dikey Sıçrama, PAP, French Contrast.

17-18 Years Old Male Football Players French Contrast Exercises Applied for 6 Weeks Effect on Speed and Vertical Jump Performance

Objective: In this study, it was aimed to examine the effects of French Contrast exercises applied for 6 weeks on speed and vertical jump performance in male football players aged 17-18. **Method:** The research was carried out in the experimental research model. The research sample was selected by convenience sampling method. A total of 20 volunteers participated in the study, 10 of which were in the experimental group and 10 in the control group. French Contrast exercises were applied to the experimental group two days a week, 72 hours apart, for 6 weeks. Exercises; Back Squat 3x3, 85% 1RM, CMJ 3x3, Dumbbell Squat Jump, 30% 1RM 3x3, Assist band Jump Squat 3x3. Limited rest (10 seconds) between exercises and five minutes rest between each set. 30 m. before the program and 6 weeks after the football players. speed test and vertical jump tests were applied. SPSS 25.0 for Windows statistical package program was used for the analysis of the obtained data. Wilcoxon signed rank test, which is one of the non-parametric tests, was used to determine the difference between the pre-test and post-test, and the significance level was tested with $p < .05$. **Results:** In terms of the experimental group, 30 m. there is a statistically significant difference between sprint pretest and posttest ($p = .00$). Again, for the experimental group, there is a statistically significant difference between the vertical jump pre-test and post-test ($p = .00$). In terms of the control group, both 30 m. There was no statistically significant difference in sprint performance ($p = .57$) and vertical jump performance ($p = .64$). **Conclusion:** It was concluded that French Contrast exercises applied two days a week for six weeks were effective on speed and vertical jump performance in 17-18 year old male football players.

Keywords: Football, Speed, Vertical Jump, PAP, French Contrast.

SB17

Çorum İlinde Egzersize Katılan Kadınların Öz Güven Düzeylerinin Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi

Sedanur CILIZ¹, Gamze DERYAHANOĞLU¹, Muhammet ÇANCILAR¹

¹*Hitit Üniversitesi, Çorum*

Bu araştırmanın amacı, egzersize katılan kadınların öz güven düzeylerinin farklı değişkenler açısından incelenmesidir. Araştırmanın örneklemini Çorum ilinde egzersize katılan 433 kadın gönüllü oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Kişisel Bilgi Formu ve Kadın Öz Güven Ölçeği kullanılmıştır. Elde edilen veriler SPSS 22.0 paketi ile analiz edilmiştir. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini tespit etmek için Kolmogorov-Smirnov testi uygulanmıştır. Analizlerde anlamlılık düzeyi $p<0.05$ olarak kabul edilmiştir. Araştırma sonucunda, kadın öz güven ölçeği puanlarında medeni hal değişkeni ve eğitim durumlarına göre anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir ($p>0.05$). Çalışma durumu değişkeninde sadece memnuniyet alt boyutunda, egzersize katılım sıklığı değişkeninde ise sadece Görünüş alt boyutunda anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir ($p>0.05$). Örneklem grubumuzun katıldıkları egzersiz değişkenine göre kadın öz güven ölçeği puanları analiz edildiğinde Sosyal İlişkiler ve İçsel Öz Güven ($p<0.05$), egzersize katılma nedenlerine göre Görünüş ve performans alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$). Araştırmada elde edilen sonuçlar değerlendirildiğinde; çalışma grubumuza sorulan medeni hal, eğitim durumu, çalışma durumu, düzenli yapılan egzersiz, egzersize katılım nedeni, egzersize katılım sıklığı sorularının kadın öz güven ölçeği ile anlamlı farklılık yarattıkları söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Egzersiz, kadın, öz güven.

Investigation of Self-Confidence Levels of Women Participating in Exercise in Terms of Different Variables in Çorum Province

The aim of this study is to examine the self-confidence levels of women participating in exercise in terms of different variables. The sample of the study consists of 433 female volunteers participating in the exercise in Çorum. Personal Information Form and Female Self-Confidence Scale were used as data collection tools in the study. The obtained data were analyzed with the SPSS 22.0 package. Kolmogorov-Smirnov test was applied to determine whether the data showed normal distribution. The level of significance in the analyzes was accepted as $p<0.05$. As a result of the research, it was determined that there was no significant difference in female self-confidence scale scores according to marital status variable and educational status ($p>0.05$). It was determined that there was no significant difference only in the satisfaction sub-dimension in the working status variable and only in the appearance sub-dimension in the frequency of participation in exercise ($p>0.05$). When the female self-confidence scale scores were analyzed according to the exercise variable that our sample group participated in, it was determined that there was a significant difference in Social Relations and Inner Self-Confidence ($p<0.05$), and in appearance and performance sub-dimensions according to the reasons for participating in the exercise ($p<0.05$). When the results obtained in the research are evaluated; It can be said that the questions of marital status, education status, employment status, regular exercise, reason for participation in exercise, frequency of participation in exercise, which were asked to our study group, made a significant difference with the female self-confidence scale.

Key words: Exercise, woman, self-confidence.

SB18

Antrenörlük Eğitimi Bölümü Öğrencilerinin Antrenörlük Mesleki Etik İlkeler ile İlgili Görüşlerinin İncelenmesi

BARIŞ KENDİRLİ¹, Furkan KARABURÇ¹, Hüseyin DEMİRKAYNAK¹, Süleyman KARYAĞDI¹, Hakan YARAR¹

¹Yozgat Bozok Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Yozgat

Giriş ve Amaç: Antrenörlük; sporcuların performanslarını planlı ve programlı planlı olarak geliştiren, onları fiziksel, fizyolojik, psikolojik, teknik ve taktik olarak yarışmalara hazırlayan, çok yönlü meslektir. Meslek etiği ise mesleğin bir parçası olarak o mesleğe ait kişiler tarafından gerçekleştirilmesi gereken davranışlardır. Antrenörlük mesleğinin gerektirdiği sorumlulukların ve toplumca oluşan beklentilerin karşılanması gerekmektedir. Mevcut çalışmada, antrenörlük eğitimi bölümü öğrencilerinin antrenörlük meslek etiği ile ilgili görüşlerinin çeşitli değişkenler açısından detaylı bir şekilde ele alınarak incelenmesi ve antrenörlük meslek etiği ile ilgili görüşlerini ortaya çıkarması bakımından literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir. **Yöntem:** Çalışmaya farklı sınıflarda okuyan 107 antrenörlük eğitimi bölümü öğrencisi gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmada veriler, Tuncel ve Büyüköztürk (2009) tarafından geliştirilen "Antrenörlerin Mesleki Etik İlkeleri" ölçeği kullanılarak toplanmıştır. Ölçek saygı (13 madde) ve sorumluluk (21 madde) olmak üzere toplam 34 maddelik iki faktörlü ve beşli likert tipi ölçektir. Çalışma verilerinin değerlendirilmesinde istatistikî yöntem olarak; ölçeklerin alt boyutlarına ait frekans, yüzde dağılımları ve ortalama değerleri hesaplanmıştır. **Bulgular:** Çalışmaya katılan antrenörlük eğitimi bölümü öğrencilerinin etik davranışlar saygı boyutunda en yüksek ilk üç sıralamayı; % 73,0'ı rekabette dürüstlüğe önem veririm, %71,0'i yarışma kurallarına saygılıyım, % 67,3' nün toplumun antrenöre duyduğu saygıyı azaltacak davranışlardan kaçınırım oluşturmaktadır. Sorumluluk boyutunda ise ilk üç sıralamayı; % 68,2' sinin malzeme seçiminde sporcuların güvenliğine dikkat ederim, % 64,5' inin her bir sporcunun varlığına saygı duyarım, % 63,6' sının ise sporculara zarar verebilecek antrenman tekniklerinden kaçınırım cevabı oluşturmaktadır. **Sonuç:** Sonuç olarak, antrenörlük eğitimi bölümde okuyan öğrencilerin mesleki etik ilkeler ile ilgili görüşleri cinsiyetlerine, okudukları sınıflara göre farklılaşmamaktadır. **Öneriler:** Çalışma kapsamında antrenörlük eğitimi bölümde okuyan aday antrenörlerin mesleki etik ilkeler ile ilgili görüşleri tespit edilerek düşük seviyede bulunanların geliştirilmesine yönelik çalışmalar yapılabilir.

Anahtar Kelimeler: Antrenör, Mesleki Etik, Antrenörlük Etiği

Examining the Views of the Students of the Coaching Education Department on the Professional Ethical Principles of Coaching

Introduction and Objective: Coaching; it is a versatile profession that improves the performance of athletes in a planned and programmed manner and prepares them for competitions physically, physiologically, psychologically, technically, and tactically. Professional ethics, on the other hand, are the behaviors that must be performed by people belonging to that profession as a part of the profession. It is necessary to meet the responsibilities required by the coaching profession and the expectations of society. In the current study, it is thought that it will contribute to the literature in terms of examining the opinions of the students of the coaching education department about the ethics of the coaching profession in detail in terms of various variables and revealing their views on the ethics of the coaching profession. **Methods:** 107 coaching students studying in different classes participated in the study voluntarily. In the study, the data were collected by using the "Coaches' Professional Ethical Principles" scale developed by Tuncel and Büyüköztürk (2009). The scale is a two-factor, five-point Likert-type scale with a total of 34 items: respect (13 items) and responsibility (21 items). As a statistical method in the evaluation of study data; Frequency, percentage distributions, and mean values of the sub-dimensions of the scales were calculated. **Results:** The highest three rankings in the ethical behavior respect dimension of the students of the coaching education department who participated in the study; 73.0% give importance to honesty in competition, 71.0% respect the rules of the competition, 67.3% avoid behaviors that will reduce the respect of the society to the coach. In the dimension of responsibility, the first three rankings are; The response of 68.2% is I pay attention to the safety of the athletes in the selection of materials, 64.5% of them I respect the existence of each athlete, and 63.6% of them are I avoid training techniques that may harm the athletes. **Conclusion:** As a result, the opinions of the students studying in the department of coaching education on professional ethical principles do not differ according to their gender and the classes they study. **Suggestions:** Within the scope of the study, the opinions of the candidate coaches studying in the department of coaching education on professional ethical principles can be determined and studies can be carried out for the development of those who are at a low level.

Key Words: Coach, Professional Ethics. Coaching Ethics

SB19

Ortaokulda Öğrenim Gören Kız Öğrencilerin Beden Eğitimi ve Spor Dersine Yönelik Tutumlarının İncelenmesi

Tuğba SAVAS¹, Oktay KIZAR²

¹Bingöl Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Öğrencisi

²Bingöl Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü

Bu çalışmada, ortaokulda öğrenim gören kız öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine ilişkin tutumlarını saptamak amacı ile yapılmıştır. Araştırmaya; Bingöl ilinde, Gazi Ortaokulunda öğrenim gören 5.sınıftan 8 öğrenci, 6.sınıftan 7 öğrenci, 7. Sınıftan 7 öğrenci ve 8. Sınıftan 8 öğrenci olmak üzere toplam olarak 30 kız öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmaya katılan katılımcılara ait bilgilerin tespiti için ‘‘Kişisel Bilgi Formu’’ oluşturulmuştur. Öğrencilerin tutumlarının ölçülmesi için Demirhan ve Altay (2001) tarafından geliştirilen, 12’si olumlu 12’si olumsuz olmak üzere toplam 24 maddeden oluşan Beden Eğitimi ve Spor Tutum Ölçeği kullanılmıştır. Elde edilen verilerin analizinde SPSS 26.0 istatistik paket programıyla yapılmıştır. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediği Shapiro-Wilk testine bakılarak incelenmiştir. Kız öğrencilerin tutum ölçek puanları çeşitli değişkenlere göre (sınıflar, anne-baba eğitim düzeyi, anne-baba spor yapma durumuna göre, kız öğrencilerin derse katılım durumuna göre, kız öğrencilerin dersi cinsiyete göre ayrı işlemek isteme durumlarına göre) Independent Samples T test ve Tek yönlü varyans (One-Way ANOVA) testi sonuçlarına göre değerlendirilmiştir. Araştırma sonucunda kız öğrencilerin tutum ölçek puanları ile baba eğitim düzeyi, baba spor yapma durumu ve kız öğrencilerin derse katılım değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki bulunurken, sınıf düzeyleri, anne eğitim düzeyi, anne spor yapma durumu ve kız öğrencilerin dersi cinsiyete göre ayrı işlemek isteme değişkenlerine göre anlamlı ilişki bulunmamıştır ($p<0.05$).

Anahtar Kelimeler: Spor, Beden Eğitimi, Spora Yönelik Tutum, Kız Öğrenciler

Investigation Of Attitudes Of Female Secondary School Students Towards Physical Education And Sports Course

The aim of this study was to determine the attitudes of female secondary school students towards physical education and sports course. A total of 30 female students (8 students from 5th grade, 7 students from 6th grade, 7 students from 7th grade and 8 students from 8th grade) from Gazi Secondary School in Bingöl province participated in the study voluntarily. In order to measure the attitudes of the students, the Physical Education and Sports Attitude Scale developed by Demirhan and Altay (2001), consisting of a total of 24 items (12 positive and 12 negative), was used. SPSS 26.0 statistical package program was used to analyze the data obtained. The normal distribution of the data was analyzed using the Shapiro-Wilk test. The attitude scale scores of female students were analyzed according to various variables (classes, parents' education level, parents' sporting status, female students' participation in the course, female students' desire to teach the course separately according to gender). The results of Independent Samples T test and One-Way ANOVA test were evaluated. As a result of the research, a significant relationship was found between the attitude scale scores of female students and the variables of father's education level, father's sporting status and female students' participation in the lesson, while no significant relationship was found according to the variables of class levels, mother's education level, mother's sporting status and female students' desire to teach the lesson separately according to gender ($p<0.05$).

Keywords: Sport, Physical Education, Attitude Towards Sport, Female Students

SB20

Bilim ve Sanat Merkezinde Eğitim Gören Özel Öğrencilerin Sportif Etkinliklere Yönelik Görüşleri

İrem KAHYA¹, Didem Gülçin KAYA¹, Yunus TORTOP¹

¹Afyon Kocatepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Giriş ve Amaç: Eğitim bireyi etkilerken, eğitim sistemi insanlığın gelişimine katkı sağlamak amacıyla eğitim kurumlarının gerçekleştirmesi gerektirdiği görevleri kapsamaktadır. Bu görevler doğrultusunda, bireyler özel ve genel hedeflere yönlendirilmektedir. Genel hedefler bireyin fizyolojik ve esas ihtiyaçlarını karşılaması gibi konuları ele almakta, özel hedefler ise bireyin yeteneğine özgü yapılan çalışmaları ele almaktadır. Bu araştırmada, özel hedefler açısından bilim ve sanat merkezinde eğitim gören üstün yetenekli ve üstün zekalı olarak nitelendirilen özel öğrencilerin sportif etkinliklere yönelik görüşlerinin incelenmesi amaçlanmıştır. **Yöntem:** Araştırmada nitel araştırma yaklaşımlarından olgubilim deseni kullanılmıştır. Araştırma grubunu, Ege Bölgesinde yer alan bir ildeki Bilim ve Sanat Eğitim Merkezinde öğrenim gören 5'i kız 7'si erkek olmak üzere toplam 12 özel öğrenci oluşturmuştur. Verilerin toplanmasında "yarı yapılandırılmış görüşme formu" kullanılmıştır. Verilerin çözümlenmesinde ise NVIVO 10 programından yararlanılmıştır. **Bulgular:** Araştırmada özel öğrencilerin sportif etkinliklere katılım durumlarına, sportif etkinliklere katılım sağlayan öğrencilerin düşüncelerine, Bilim ve Sanat merkezi programına sportif etkinliklerin dahil edilmesine ilişkin bakış açılarına yer verilmiştir. Bu kapsamda özel öğrencilerin sportif etkinliklere eğlence, sosyalleşme ve sağlıklı yaşam temaları kapsamında katılım gösterdikleri belirlenmiştir. Bunun yanı sıra özel öğrencilerin sportif etkinliklerin fiziksel ve zihinsel gelişim üzerine katkıları yönünde farkındalık kazanmış oldukları dikkat çekmiştir. Ancak ödevlerin fazlalığı, sınavlara hazırlanma süreci, etkinliklerin yorucu olması ve ailenin ders dışı etkinliklere izin vermemesi gibi sebeplerin sportif etkinliklere katılımı engel oluşturduğu görülmüştür. **Sonuç:** Sonuç olarak özel öğrencilerin ders dışında farklı kurs ve programlar kapsamında sportif etkinliklere katıldığı tespit edilmiştir. Ayrıca özel öğrencilerin Bilim ve Sanat merkezi programına beden eğitimi ve spor dersi dahil edilmesine yönelik olumlu tutum sergiledikleri, derse katılım göstereceklerini ifade ettikleri ve duyuşsal açıdan bu düşünceyi mutlulukla karşıladıkları kaydedilmiştir. **Öneriler:** Nitekim üstün yetenekli ve üstün zekalı bireylerin yaşam kalitelerinin artması, yoğun ders programlarında zihinsel ve ruhsal gelişimin desteklenmesi nedenleriyle bilim ve sanat merkezi programına beden eğitimi ve spor dersinin dahil edilmesi ve sportif etkinliklerin desteklenmesi önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Üstün zekâlı, Üstün yetenekli, Beden eğitimi, Öğrenci görüşleri.

Opinions of Special Students Studying at the Science and Art Center on Sports Activities

Introduction and Purpose: While education affects the individual, the education system covers the tasks required by educational institutions to contribute to humanity's development. Individuals are directed to specific and general goals in line with these tasks. General objectives address issues such as meeting the physiological and essential needs of the individual, while specific objectives address the work done specifically to the individual's ability. This study aims to examine the opinions of special students considered gifted and gifted in the science and art center in terms of special goals towards sports activities. **Method:** In the study, phenomenology design, one of the qualitative research approaches, was used. The research group consisted of 12 special students, 5 of whom were girls and 7 of whom were boys, who were studying at the Science and Art Education Center in a province in the Aegean Region. A "semi-structured interview form" was used to collect the data. In the analysis of the data, NVIVO 10 program was used. **Results:** The research included the participation of special students in sports activities, the thoughts of the students participating in sports activities, and the perspectives on including sports activities in the Science and Art Center program. In this context, it was determined that special students participated in sports activities within the scope of entertainment, socialization, and healthy life themes. In addition, it has been noted that special students have gained awareness of the contributions of sports activities to physical and mental development. However, it has been observed that the reasons such as excess homework, the preparation process for exams, the tiring activities, and the fact that the family does not allow extracurricular activities create obstacles in participating in sports activities. **Conclusion:** As a result, it was determined that special students participated in sports activities within the scope of different courses and programs outside the classroom. In addition, it was noted that special students exhibited a positive attitude towards including physical education and sports lessons in the Science and Art Center program, expressed that they would participate in the class, and welcomed this idea with happiness in terms of effectiveness. **Suggestions:** It is recommended to include physical education and sports lessons in the science and art center program and support sports activities due to the increase in the quality of life of gifted and talented individuals and the support of mental and spiritual development in intensive lesson programs.

Key words: Gifted, Talented, Physical education, Student opinions.

SB21

Sporcularda Tükenmişlik Düzeyinin Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi

Emin TOHMA¹, Alparslan Gazi AYKIN¹

Mustafa Kemal Üniversitesi, BESYO, Hatay

Giriş ve Amaç: Sporcularda tükenmişliğin ortaya çıkma sürecinde birçok faktör etkili olabilmektedir. Bu faktörlerin nasıl bir etkiye sahip olduğunun ortaya çıkarılması; sporcuların tükenmişlik yaşamalarına sebep olan etmenlere yönelik tedbirlerin gerçekçi bir yaklaşımla ortaya koyulabilmesine bağlıdır. Bu araştırma, sporcularda tükenmişlik düzeyinin farklı değişkenler açısından incelenmesini amaçlamaktadır. **Yöntem:** Araştırma betimsel bir araştırma olup, anket sonuçları SPSS paket programında değerlendirilirken, %95 güven aralığında, $p < 0,05$ düzeyinde anlamlılık aranmıştır. Raedeke ve Smith (2001) tarafından geliştirilen ve araştırmada kullanılan “Sporcu Tükenmişlik Ölçeği”nin geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Kelecek ve ark. (2016) tarafından yapılmış ve sporcuların tükenmişlik düzeylerini belirlemede yeterli olduğu ortaya koyulmuştur. Kolmogorov-Smirnov normallik testi verilerin normal dağılmadığını göstermiştir. Bu sebeple iki grubun karşılaştırılmasında Mann-Whitney U testi, ikiden daha fazla grubun karşılaştırılmasında ise Kruskal-Wallis H testi uygulanmıştır. **Bulgular:** Katılımcıların %41,5’i kadın, %58,5’i erkektir. Yaşa göre sporcu tükenmişliği ana boyutu ile duygusal/fiziksel tükenme ve azalan başarı hissi alt boyutlarında; spor yapma yılına göre sporcu tükenmişliği ana boyutu ile azalan başarı hissi alt boyutunda; spor türüne göre duyarsızlaşma alt boyutunda; eğitim düzeyine göre sporcu tükenmişliği ana ve alt boyutlarının tamamında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir ($p < 0,05$). **Sonuç ve Öneriler:** Diğer yaş gruplarına oranla, 30 yaş ve üzeri sporcularda tükenmişlik düzeyinin daha yüksek olduğu; spor yapma yılı 5 yıl ve üzeri olan sporcularda tükenmişlik düzeyinin daha düşük olduğu; eğitim düzeyi ilköğretim olan sporcularda tükenmişlik düzeyinin diğerlerine oranla daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Tükenme eğilimi gösteren sporcuların spora karşı tükenmişlik yaşamadan belirlenmesinde ve tükenmişlik düzeyi yüksek sporculara tekrar sporun sevdirmesinde antrenörlerin rolü büyüktür. Bu bağlamda etkin katılım, çok yönlü gelişim, özelleşme, bireyselleşme, çeşitlilik ve antrenmanda aşamalı artan yüklenme gibi antrenman ilkelerinin antrenörler tarafından dengeli bir şekilde hayata geçirilmesi önemlidir.

Anahtar Kelimeler: Sporcu, tükenmişlik, sporcu tükenmişliği.

Investigation of Burnout Level in Athletes in Terms of Different Variables

Introduction and Objective: Many factors can be effective in the process of burnout in athletes. To find out what effect these factors have; It depends on the fact that the precautions for the factors that cause the athletes to experience burnout can be put forward with a realistic approach. This research aims to examine the level of burnout in athletes in terms of different variables. **Method:** The research is a descriptive study and while the survey results were evaluated in the SPSS package program, significance was sought at the 95% confidence interval, at $p < 0.05$ level. The validity and reliability study of the “Athlete Burnout Questionnaire” developed by Raedeke and Smith (2001) and used in the research was conducted by Kelecek et al. (2016) and it has been revealed that it is sufficient in determining the burnout levels of athletes. The Kolmogorov-Smirnov test of normality showed that the data were not normally distributed. For this reason, the Mann-Whitney U test was used in the comparison of two groups, and the Kruskal-Wallis H test was used in the comparison of more than two groups. **Results:** 41.5% of the participants were female and 58.5% were male. It was determined statistically significant differences that according to age, in the main dimension of athlete burnout and emotional/physical exhaustion and decreased sense of achievement sub-dimensions; according to the year of doing sports in the main dimension of athlete burnout and decreased sense of achievement sub-dimensions; in the sub-dimension of depersonalization by sport type; according to education level, in all main and sub-dimensions of athlete burnout ($p < 0,05$). **Conclusion and Suggestions:** It has been determined that the level of burnout is higher in athletes aged 30 and over; the level of burnout is lower in athletes who have been doing sports for 5 years or more; the level of burnout in athletes whose education level is primary school is higher than the others. Coaches have a great role in determining the athletes with a tendency to burnout without experiencing burnout against sports and in making the athletes with high burnout levels like sports again. In this context, it is important that the training principles such as active participation, versatile development, specialization, individualization, diversity and gradually increasing load in training are implemented in a balanced way by the coaches.

Keywords: Athlete, burnout, athlete burnout.

SB22

Taekwondo Sporcularında Dinamik ve PNF Egzersizlerinin Esneklik Performansına Etkisinin İncelenmesi

Simge YAŞAR¹, Murat TUTAR²

¹*Yüksek Lisans Öğrencisi, Nişantaşı Üniversitesi, Hareket ve Antrenman Bilimleri*

²*Nişantaşı Üniversitesi, Antrenörlük Eğitimi*

Taekwondo sporcusunun daha uzun mesafeye güçlü tekme atabilmesi için esnek olması gerekmektedir. Esnekliği iyi olan sporcu hücumlara karşı rahatça korunabilmektedir. Bu araştırma Taekwondo branşında esnekliğin önemini göstermek ve hangi egzersiz uygulamalarının etkili olduğunu belirlemek amacıyla yapılmıştır. Araştırmada ön test-son test kontrol gruplu yarı deneysel model kullanılmıştır. Çalışma grubunu Mersin ilinde Aldemir Spor Kulübü sporcularından 13-18 yaş aralığında gönüllü 30 sporcu oluşturmuştur. Sporcular 3 gruba ayrılmıştır. Kontrol grubu (KG) deneysel uygulama koşullarını almayan 10 gönüllü sporcudan oluşmuştur. Dinamik stretching (DS) 10 sporcu ve Proprioseptif Nöromusküler Fasilitasyon Stretching (PS) 10 sporcu grupları ise 6 hafta boyunca, haftada 3 gün DS ve PS egzersizleri yapmışlardır. Çalışma öncesinde ve sonrasında gruplardan V-otur uzan testi ölçümleri yapılarak karşılaştırmalar yapılmıştır. Çalışmanın istatistiksel analizi SPSS 25.0 programı ve uygulanmış ve anlamlı farklılık $p<0,05$ olarak belirlenmiştir. Araştırmada KG, DS ve PS gruplarının ön test ve son testlerinin karşılaştırılması sonucunda, bütün grupların son test ortalamalarının ön test ortalamalarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür ($p<0.05$). Gruplar arası karşılaştırmalarda ise ön test sonuçlarında DS $40,15\pm 5,80$ grubunun ortalamalarının KG ortalamalarından $33,40\pm 6,38$ istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür ($p<0.05$). Son test sonuçları incelendiğinde de DS ($43,25\pm 4,96$) ve PS ($46,25\pm 3,68$) gruplarının ortalamalarının KG grubunun ortalamalarından ($36,70\pm 5,52$) istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür ($p<0.05$). Sporcu gruplarının tamamında son testler lehine anlamlı düzeyde artışlar olduğu görülmüştür. Ancak özellikle PS egzersizlerinin Taekwondo sporcularında önem arz eden esneklik yetilerinin geliştirilmesinde yüksek düzeyde etkili olduğu gözlemlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Dinamik Germe, PNF Germe, Taekwondo

Investigation of the Effect of Dynamic and PNF Exercises on Flexibility Performance in Taekwondo Athletes

A taekwondo athlete needs to be flexible in order to be able to kick the longer distance strongly. The athlete with good flexibility can be easily protected against attacks. This research was conducted to show the importance of flexibility in Taekwondo and to determine which exercise practices are effective. In the study, a semi-experimental model with pre-test post-test control group was used. The study group consisted of 30 volunteer athletes between the ages of 13-18 from Aldemir Sports Club in Mersin. Athletes are divided into 3 groups. The control group (CG) consisted of 10 volunteer athletes who did not meet the experimental application requirements. Dynamic stretching (DS) 10 athletes and Proprioseptif Nöromusküler Fasilitasyon Stretching (PS) 10 athletes did DS and PS exercises 3 days a week for 6 weeks. Before and after the study, V-sit lie test measurements were made from the groups and comparisons were made. The statistical analysis of the study was applied with SPSS 25.0 program and the significant difference was determined as $p<0.05$. As a result of the comparison of the pre-test and post-tests of the CG, DS and PS groups in the study, it was seen that the final test averages of all groups were statistically significantly higher than the pre-test averages ($p<0.05$). In the intergroup comparisons, it was seen that the mean of the DS (40.15 ± 5.80) group was statistically significantly higher than the mean of the CG group by (33.40 ± 6.38) in the pre-test results ($p<0.05$). When the final test results were examined, it was seen that the mean of DS (43.25 ± 4.96) and PS (46.25 ± 3.68) groups were statistically significantly higher than the mean of the CG group by (36.70 ± 5.52) ($p<0.05$). Conclusion: It was seen that there were significant increases in favor of the last tests in all athlete groups. However, it has been observed that PS exercises in particular are highly effective in developing flexibility skills, which are important in Taekwondo athletes.

Keywords: Dynamic Stretching, Pnf Stretching, Taekwondo

SB23

Futbolcuların Sıvı Tüketim Bilgilerinin İncelenmesi

Bahri Can KARAOĞLAN¹, Özcan ŞEVKİ¹, Emine ÖZÇELİK¹, Ceyda Nergiz AÇIKGÖZ¹, Hakan YARAR¹.

¹*Yozgat Bozok Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Yozgat*

Giriş ve Amaç: Sıvı alımı hem sportif performans hem de yaşamsal faaliyetlerin devamı için oldukça önemlidir. Besinlerin vücuda alınması, sindirimi, emilimi, hücrelere ulaştırılması, atık maddelerin uzaklaştırılması ve vücut iç ısı dengesi gibi birçok hayati göreve sahiptir. Futbol branşı yapısı gereği hem dayanıklılık branşı olması hem de açık havada yapılması nedeniyle sporcuların farklı hava koşullarına (sıcak, soğuk, nem, yükselti) maruz kalmaktadır. Bu durum sporcuların sıvı ihtiyacının önemini ortaya çıkarmaktadır. Bu bağlamda bu çalışmanın amacı, futbolcuların sıvı tüketim bilgilerinin incelenmesidir. **Yöntem:** Çalışmaya futbol branşı ile ilgilenen 236 sporcu (166 erkek, 70 bayan) gönüllü olarak katılmıştır. Futbolcuların sıvı tüketim bilgilerini belirlemek amacıyla Geijer ve ark., (2009) tarafından geliştirilen 17 maddelik ölçek kullanılmıştır. Ölçek iki bölümden oluşmaktadır, birinci bölümde; kişisel bilgiler (yaş, boy, kilo, öğrenim durumu, spor branşı) ikinci bölümde ise; sıvı tüketim bilgilerini içeren 17 sorudan oluşan ve doğru ya da yanlış olarak cevaplayabilecekleri sorular yer almaktadır. Ölçek çevrimiçi olarak oluşturulmuş olup farklı üniversiteler ve kulüplerde antrenör ve uzmanlık alanı futbol olan öğretim üyeleri aracılığıyla sporculara ulaştırılmış ve sporcuların doldurması sağlanmıştır. Çalışma kapsamında toplanan verilerin analizinde SPSS 20,0 paket programı kullanılarak aritmetik ortalama, standart sapma ve yüzde frekans dağılımı ve hesaplanmıştır. **Bulgular:** Sporcuların %86,4'ü, sporcu susuzluk hissettiğinde sıvı tüketmelidir, %89,8'i idrar rengini izlemek, sporcunun dehidrate (sıvı kaybı) olup olmadığını anlaşılmasında etkili bir yoldur, %92,4'ü dehidrasyon, dayanıklılık branşlarında performansı olumsuz etkiler, %87,3'ü dehidrasyon, vücut ısısının artması ile ilişkili olan ısı krampları, ısı yorgunluğu gibi sıkıntıların artmasına neden olur cevabını vermiştir. **Sonuç:** Sonuç olarak, futbolcuların sıvı alımı konusunda kısmen yetersiz bilgiye sahip olduklarını ortaya koymuştur. **Öneriler:** elde edilen bulgular dahilinde sporcuların yetersiz bilgiye sahip oldukları konular belirlenerek bu konularda bilgilendirmesi önerilir.

Anahtar Kelimeler: Futbol, Sıvı Tüketimi, Dehidrasyon, Bilgi Düzeyi

Examination of Fluid Consumption Information of Football Players

Introduction and Objective: Fluid intake is very important for both sportive performance and the continuation of vital activities. It has many vital tasks such as taking nutrients into the body, digestion, absorption, delivery to cells, removal of waste materials, and body internal balance. Due to its nature, the football branch is both an endurance branch and is performed outdoors, so athletes are exposed to different weather conditions (hot, cold, humidity, altitude). This situation reveals the importance of the fluid needs of athletes. In this context, this study aims to examine football players' fluid consumption information. **Methods:** 236 athletes (166 men, 70 women) who are interested in the football branch voluntarily participated in the study. A 17-item scale developed by Geijer et al., (2009) was used to determine the fluid consumption information of football players. The scale consists of two parts, in the first part; personal information (age, height, weight, education status, sports branch) in the second part; There are 17 questions that include liquid consumption information that they can answer correctly or incorrectly. The scale was created online and delivered to the athletes through trainers and faculty members whose field of expertise was football at different universities and clubs, and the athletes were provided to fill it out. In the analysis of the data collected within the scope of the study, the arithmetic mean, standard deviation, and percentage frequency distribution were calculated using the SPSS 20.0 package program. **Results:** 86.4% of the athletes should drink liquid when they feel thirsty, 89.8% of them, watching the urine color is an effective way to understand whether the athlete is dehydrated (fluid loss), 92.4% of them, dehydration affects performance negatively in endurance branches. 87.3% answered that dehydration causes increased problems such as heat cramps and heat exhaustion, which are associated with increased body temperature. **Conclusion:** As a result, it has been revealed that football players have partially insufficient knowledge about fluid intake. **Suggestions:** It is recommended that the athletes determine the subjects they have insufficient knowledge of within the scope of the findings and inform them about them.

Key Words: Football, Fluid Consumption, Dehydration, Knowledge Level

SB24

Tenis Kortunda Motivasyon: Antrenör Perspektifi

Ecem TÜRKMEN¹, Özge BAYDAR ARICAN¹, Hilal ŞÖHRET²

¹Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

²Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara

Sporcu performansının artırılmasında motivasyonun önemi birçok araştırmacının dikkatini çekmiştir. Sporcularda motivasyonun gelişiminde antrenörlerin kullandığı farklı motivasyon türleri performansın artırılmasına önemli katkı sağlamaktadır (Horn, 2008). Ayrıca antrenör yaklaşımları sporcuların motivasyonu üzerinde doğrudan bir etkiye sahiptir. Bu çalışma üst düzey tenis antrenörlerinin motivasyon algıları ile antrenmanlarda, müsabaka öncesi, müsabaka esnası ve müsabaka sonrasında beklenmeyen sonuçlar karşısında sporcuları nasıl motive ettiklerine yönelik deneyimlerinin incelenmesi amacıyla yürütülmüştür. Bu araştırma, nitel araştırma desenlerinden biri olan olgu bilim (fenomonolojik) çalışması deseni kapsamında yürütülmüştür. Çalışmanın örneklemini amaçlı örneklem yönteminden ölçüt örnekleme ve kartopu örneklemeden faydalanılmış, performans ve milli takım düzeyinde tenis antrenörlüğü yapan 13 üst düzey tenis antrenörü araştırmanın çalışma grubunu oluşturmuştur. Veriler elde edilirken, bireylerin araştırılan konuyla ilgili geçmiş deneyimleri, düşünceleri, değerlendirmeleri, tutumlar gibi gözlenemeyen çıktılara ulaşılması amaç edinilmiş ve bu amaçla araştırmacı tarafından hazırlanan yarı yapılandırılmış görüşme formu oluşturulmuştur. Elde edilen verilerin analizinde betimsel ve içerik analiz çözümüleme yöntemi kullanılmış ve betimsel analiz yöntemiyle özetlenen ve yorumlanan veriler, kodlanmış temalar ve alt temalar belirlenerek meydana getirilmiştir. Sonuçlar incelendiğinde, katılımcılar motivasyonu genellikle olma, varma, ulaşma, sürdürme gibi bir durum hali olarak algılamış bu doğrultuda motivasyonun sıklıkla konsantre olma, odaklanma, hedefe ulaşma, zihinsel ve bedensel hazır olma durumu olarak algılandığı ortaya çıkmıştır. Sporcuları motive ederken antrenörlerin sıklıkla sözlü ve eylemsel davranışları ve olumlu pekiştiricileri kullandıkları gözlenmiştir. Antrenörlerin müsabaka öncesi sporcularını daha sık teknik-taktiğe yönelik motivasyon söylemleriyle yine kazanmaya yönelik ve sürece-devamlılığa yönelik motivasyon ifadeleriyle de destekledikleri ortaya çıkmıştır. Son olarak, müsabaka sonrası beklenmeyen sonuç ile karşılaşıldığında antrenörlerin maç sonrası sıklıkla sporcularıyla birlikte maç analizi-kritiği yaparak maçı ve genel durumu değerlendirdikleri anlaşılmaktadır. Yine antrenörlerin bir sonraki maç için sporcuyu olumlu bakış açısı kazanmaya yönlendirdikleri fark edilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Tenis antrenörü, Motivasyon, Olgu bilim, Nitel çalışma.

Motivation On The Tennis Court: Coach's Perspective

The importance of motivation in increasing athlete performance has attracted the attention of many researchers. In the development of motivation in athletes, different types of motivation used by coaches make a significant contribution to increasing performance (Horn, 2008). In addition, coaching approaches have a direct effect on the motivation of athletes. This study was carried out to examine the motivational perceptions of senior tennis coaches and how they motivate the athletes in the face of unexpected results in training, before, during and after the competition. This research was carried out within the scope of the phenomenological study design, which is one of the qualitative research designs. Criterion sampling and snowball sampling from the purposeful sampling method were used as the sample of the study, and 13 senior tennis coaches working as performance and national team tennis coaches formed the study group of the research. While obtaining the data, it was aimed to reach the unobservable outputs such as the past experiences, thoughts, evaluations, attitudes of the individuals about the researched subject, and for this purpose, a semi-structured interview form prepared by the researcher was created. In the analysis of the data obtained, descriptive and content analysis analysis methods were used and the data summarized and interpreted with the descriptive analysis method were formed by determining the coded themes and sub-themes. When the results were examined, it was revealed that the participants generally perceived motivation as a state of being, reaching, reaching, continuing, and in this direction, motivation was often perceived as a state of concentration, focus, reaching the goal, mental and physical readiness. It has been observed that coaches often use verbal and operational behaviors and positive reinforcements when motivating athletes. It has been revealed that the trainers support their athletes more frequently with motivational statements about technique-tactics and motivation statements for winning and for the process-continuity before the competition. It has been observed that the coaches also support the athletes before the competition with motivational expressions for technique-tactics, winning, process and continuity. Finally, when the unexpected result is encountered after the competition, it is understood that the coaches often evaluate the match and the general situation by making match analysis-criticism with their athletes after the match. It is also noticed that the coaches direct the athlete to gain a positive perspective for the next match.

Keywords: Tennis coach, Motivation, Phenomenology, Qualitative study.

SB25

Lise Öğrencilerinin Fiziksel Aktivite ve Obezite Farkındalık Düzeylerin İncelenmesi

Gülşah SEDEF¹, Mehmet YILDIRIM¹

¹Bozok üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Yozgat

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı, lise öğrencilerinin fiziksel aktivite ve obezite farkındalık düzeylerini incelenmesidir. Bu amaç doğrultusunda, araştırmada nicel araştırma yöntemi olarak tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmada, cinsiyet, spor yapma durumu, spor yapma yılı, gelir düzeyi, günlük ortalama uyku değişkenleri ile fiziksel aktivite ve obezite farkındalıkları ilişki incelenmiştir. **Yöntem:** Araştırmanın evrenini, Yozgat İl Merkezinde farklı merkezinde farklı liselerde öğrenim gören öğrenciler oluştururken, örneklemini ise Yozgat İl Merkezinde farklı liselerde okuyan ve rastgele örnekleme yöntemi ile seçilmiş 445 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada, Kişisel Bilgi Formu, Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi Kısa Formu ve Obezite Farkındalık Ölçeği kullanılmıştır. Yapılan normallik testlerinin sonuçlarına göre araştırmada, Independent T Testi, One Way ANOVA Testi ve Spearmanın Korelasyon Testi uygulanmıştır. **Bulgular:** Sonuç olarak araştırmada, spor yapma durumu değişkeni ile fiziksel aktivite farkındalığı arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunurken, cinsiyet, aile gelir durumu, spor yapma yılı, günlük ortalama uyku değişkeni ile fiziksel aktivite farkındalığı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılaşma bulunmadığı tespit edilmiştir. **Sonuç:** Cinsiyet, aile gelir durumu, spor yapma yılı, günlük ortalama uyku değişkeni ile obezite farkındalık alt boyutları arasında, anlamlı fark bulunduğu tespit edilirken, spor yapma durumu arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark bulunmadığı tespit edilmiştir. Ayrıca, korelasyon sonuçlarına göre, fiziksel aktivite ölçeği ile obezite farkındalık ölçeği alt boyutları ve toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunduğu tespit edilmiştir. **Öneri:** Obezite düzeyini azaltmak ve fiziksel aktivite düzeyini arttırmak amacıyla, ücretsiz kurslar ve etkinlikler düzenlenebilir. Eğitim kurumlarında öğrenciler becerilerine göre, okul takımlarına yönlendirilebilir ve daha çok öğrencinin fiziksel aktiviteye katılım sağlaması amacıyla, okul takımlarında branş sayısı artırılabilir.

Anahtar Kelimeler: Fiziksel aktivite farkındalığı, fiziksel aktivite, obezite farkındalığı, obezite, adolesan

Investigation of Physical Activity and Obesity Awareness Levels of High School Students

Introduction and Aim: The aim of this study is to examine the physical activity and obesity awareness of high school students in terms of different variables. For this purpose, scanning model was used as a quantitative research method in the research. In the research, gender, sports status, income level, year of doing sports, daily average sleep The relationship between the and physical activity and obesity awareness was examined. **Methods:** The population of the research consists of students studying at high school education, while the sample consists of 445 students studying at different high schools in Yozgat City Center and selected by random sampling method. Personal Information Form, International Physical Activity Questionnaire Short Form and Obesity Awareness Scale were used in the study. According to the results of the normality tests, Independent T Test, One Way ANOVA Test and Spearman's Correlation Test were applied in the study. **Result:** As a result, in the research, there was a statistically significant difference between the variable of doing sports and physical activity awareness. It was determined that there was no statistically significant difference between physical activity awareness, years of doing sports, average daily sleep time, and physical activity awareness. In addition, it was determined that there was a significant difference between gender, year of doing sports, average daily sleep variable and obesity awareness sub-dimensions. **Conclusions:** While it was determined that there was a significant difference between gender, year of doing sports, average daily sleep variable and obesity awareness sub-dimensions, there was no statistically significant difference between doing sports. In addition, according to the correlation results, it was determined that there was a statistically significant relationship between the physical activity scale and the obesity awareness scale sub-dimensions and total dimensions. **Recommendations:** Free courses and activities can be organized in order to reduce the level of obesity and increase the level of physical activity. In educational institutions, students can be directed to school teams according to their skills, and the number of branches in school teams can be increased in order for more students to participate in physical activity.

Keywords: Physical activity awareness, physical activity, obesity awareness, obesity, adolescent.

SB26

Kız Voleybolcuların Dikey Kuvvet-Hız Profillerinin İncelenmesi

İpek AKINCI¹, İzzet İNCE², Şükrü Alpan CİNEMRE³

¹ Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü

² Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Antrenörlük Eğitimi Bölümü

³ Ankara Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Antrenörlük Eğitim Bölümü

Giriş ve Amaç: Voleybol, oyuncuların sürekli değişen oyun durumlarında patlayıcı hareketler yapmaları ve döngüsel tepkiler vermelerini gerektiren bir takım oyunudur. Bu nedenle voleybolcuların kuvvet ve hız profilleri performansları için kritik öneme sahiptir. Kuvvet-hız (KH) profili güncel olarak kullanılan popüler bir uygulamadır. KH ilişkisi, kas-iskelet sisteminin kuvvet, güç ve hız üretme mekanik yeteneklerini karakterize etmeyi sağlamaktadır. Bu çalışmanın amacı, voleybol oynayan kız sporcuların dikey kuvvet-hız profillerini incelemektir. **Yöntem:** Yaş ortalaması $12,55 \pm 1,54$ olan 34 kız voleybolcunun KH profili smaç sıçrama üzerinden belirlenmiştir. Katılımcıların smaç yükseklikleri bir kuvvet platformu kullanılarak ölçülmüştür. Smaç adımıyla platforma gelmeleri ve platformda dikey bir sıçrama gerçekleştirmeleri istenmiştir. Standartlaştırılmış 15 dakikalık ısınma periyodundan sonra, her oyuncu rastgele sırayla 3 smaç sıçraması (ekstra yük olmadan ve vücut ağırlığının %25'i ve %50'si 2 ekstra yük ile) uygulanmıştır. Samazino'nun yöntemi kullanılarak dikey KH profili belirlenmiştir. **Bulgular:** Otuz dört katılımcının smaç sıçrama ortalamaları üzerinden dikey kuvvet hız profili oluşturulmuştur. Teorik kuvvet (F_0) = 21,5 N/kg, hız (V_0) = 7,32 m/s, güç (P_{max}) = 39,3 W/kg olarak tespit edilmiştir. Doğrusal KH ilişkisinin eğimi ($-F_0/V_0=Sfv$) değeri göz önüne alınmış, ortalama Sfv değeri -2,94 olarak belirlenmiştir. Elde edilen tüm bu parametrelerle hesaplanan kuvvet-hız imbalansı (Kh_{imb}) %17 olduğu görülmüştür. **Sonuç:** Bu çalışmada katılımcıların kuvvet hız profiline göre %83 imbalans tespit edilmiştir. Bu değerlendirmeye göre KH profiline optimalleşmesi için kuvvet gelişimine odaklanılması gerekmektedir.

Anahtar Kelimeler: dikey kuvvet-hız profili, kuvvet, hız, dikey sıçrama.

Analysis of Vertical Force-Velocity Profiles of Female Volleyball Players

Introduction and Aim: Volleyball is a team sport that requires players to perform explosive movements and provide cyclic reactions in constantly changing game situations. Therefore, the force and velocity profiles of volleyball players are crucial for their performance. The force-velocity (FV) profile is a popular currently used. The FV relationship allows the mechanical abilities of the muscle-skeletal system to produce strength, power and velocity to be characterized. The aim of this study is to examine the vertical force-velocity profiles of female volleyball players. **Method:** The FV profile of 34 female volleyball players with an average age of 12.55 ± 1.54 was determined through a spike jump. The players' spike heights were measured using a force platform. Participants were asked to approach the platform with a spike jump and perform a vertical jump on the platform. After a standardized 15-minute warm-up period, each player performed three spike jumps randomly (without additional load and with 2 extra loads at 25% and 50% of body weight). The vertical FV profile was determined using Samazino's method. **Results:** The vertical force-velocity profile was created based on the average spike jump of 34 participants. The theoretical force (F_0) was determined as 21.5 N/kg, speed (V_0) as 7.32 m/s, and power (P_{max}) as 39.3 W/kg. The slope ($-F_0/V_0=Sfv$) of the linear FV relationship was taken into account, and the average Sfv value was determined as -2.94. It was observed that the force-velocity imbalance (FV_{imb}) calculated using all of these parameters was 17%. **Conclusion:** In this study, an 83% imbalance was detected in participants' strength-speed profile. According to this assessment, the focus should be on strength development to optimize the SV profile.

Keywords: Vertical force-velocity profile, strength, speed, vertical jump.

SB27

Baskın Olan ve Olmayan Yönden Judoya Özel Uygunluk Test Uygulamasının Performansa Etkisi

Salih KARAMAN¹, Şükrü Serdar BALCI¹

¹*Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Antrenörlük Eğitimi, Konya*

Bu çalışmada judoya özgü uygunluk test (SJFT) performansına baskın olan ve olmayan yönden yapılan uygulamanın etkisi ile judocularının seviyesinin etkileri incelendi. Araştırmaya ulusal (n=16) ve uluslararası (n=12) düzeyde 28 judocu (yaş=17,54±1,00 yıl) katıldı. Judocuların; boy uzunluğu, vücut ağırlığı, vücut kütle indeksi, vücut yağ yüzdesi, judo tecrübesi gibi fiziksel özellikleri belirlendi. Sporculara, farklı günlerde SJFT testi hem baskın olan hem de baskın olmayan yönden iki kez uygulandı. Araştırmada, ulusal ve uluslararası judocuların fiziksel özellikleri arasında farklılık, bağımsız gruplarda t-testiyle, baskın kullanılan ve kullanılmayan yönden uygulamanın ve yarışma seviyesinin judoya özgü uygunluk testi performansına etkisi karışık desen 2x2 varyans analiziyle incelendi. Anlamlılık düzeyi p<0.05 olarak kabul edildi. Ulusal ve uluslararası judocuların, fiziksel özellikleri arasında fark yoktu (p>0,05). Buna karşın, uluslararası tecrübeye sahip olan sporcuların SJFT toplam atış sayısı (27,50±1,57) ulusal sporculardan (26,25±1,34) yüksekti (p<0,05). Sporcular baskın yönden yapılan uygulamalarda daha yüksek SJFT atış performansı sergiledi, bu performansa grup faktörünün etkisi yoktu (p<0,05). Ulusal-uluslararası yarışma tecrübesi, SJFT indeksi puanını etkilediği ve uluslararası tecrübeye sahip olan sporcuların (12,37±1,18) SJFT indeksi puanını ulusal seviyedeki sporculardan (13,10±1,13) düşüktü (p<0,05). Ancak, SJFT testinde baskın olarak kullanılan-kullanılmayan yönden yapılan uygulamalar sonrası hesaplanan SJFT indeksi puanı ulusal ve uluslararası seviyedeki sporcularda benzer değişimlere neden oldu (p>0,05). Bulgular, baskın ve baskın olmayan yönden yapılan teknik uygulamalarının judoya performansını hem ulusal hem de uluslararası seviyedeki sporcuları benzer biçimde etkilediğini gösterdi. Bu nedenle judocuların özellikle baskın olmayan yönden teknik uygulamalarıyla ilgili çalışmalara antrenmanlarda daha fazla yer vermeleri söylenebilir.

Anahtar Sözcükler: Fonksiyonel Yön, Teknik Uygulaması, Dövüş Sporları

The Effect of Judo Specific Fitness Test on Performance in Terms of Dominant and Non-Dominant Side

In this study, the effects of the dominant and non-dominant side of the judo specific fitness test (SJFT) performance and the effects of the level of the judoka were investigated. 28 judokas (age=17.54±1.00 years) at national (n=16) and international (n=12) level participated in the study. Physical characteristics of judo athlete such as height, body weight, body mass index, body fat percentage, judo experience were determined. The SJFT test was applied two times, both on the dominant and non-dominant side, on different days. The difference between the physical characteristics of group was examined with the t-test in independent groups, the effect of the practice and competition level on the performance of the SJFT, from the dominant and non-dominant side, by mixed design 2x2 analysis of variance. Significance level was accepted as (p<0.05). There was no difference between the physical characteristics of national and international judokas (p>0.05). Conversely, the total number of SJFT throw (27.50±1.57) of the athletes with international experience was higher than the national athletes (26.25±1.34) (p<0.05). Athletes showed higher SJFT throwing performance made from the dominant direction, but the group factor did not affect this performance (p<0.05). National-international competition experience affected the SJFT index score and the SJFT index score of the athletes (12.37±1.18) with international experience was lower than the national-level athletes (13.10±1.13) (p<0.05). However, in the SJFT test, the SJFT index score calculated after the practice made from the dominant-non-dominant direction caused similar changes in national and international level athletes (p>0.05). The findings showed that the technical practice of the dominant and non-dominant side affected the performance of judo in a similar way for both national and international level athletes. For this reason, it can be said that judoists should give more space to studies on technical practice, especially from the non-dominant side.

Keywords: functional aspect, application of technique, combat sports

SB28

Okçuluk Sporcularının ve Sedanter Bireylerin Vücut Kompozisyonu ile Statik – Dinamik Dengelerinin Karşılaştırılması

Feyza Nur SALMAN¹, Kaan Nazım NAZİK², Hayri ERTAN¹

¹*Eskişehir Teknik Üniversitesi, Eskişehir*

²*Eskişehir Anadolu Üniversitesi, Eskişehir*

Bu çalışmanın amacı; okçuluk sporu ile uğraşan katılımcıların vücut kompozisyonu ve statik- dinamik denge ölçümlerinin birbirleri arasında ve sedanter bireylerle karşılaştırılmasıdır. Okçulukta denge hareketi mevcut olan duruş postürünün temel uygulamalarındandır. Denge hem teknik gereksinimi hem de hareketin daha düzgün uygulanışı açısından ayrıştırılmıştır. Sporcunun kullandığı yayı daha sağlam çekmesi için aynı zamanda da teknik atışı sırasında rüzgâr dan vb. etmenlerden kaynaklı sarsılmaması büyük önem arz Okçuluk sporunda denge, sporcuların atış konforlarını daha yükseğe çıkararak başarılı atış oranına etkisi olabileceği düşünülen önemli bir etkidir. Çalışmaya aktif olarak müsabakalara katılan 70 ve 50 metrede 500 puan atmış, makaralı, olimpiik kadın-erkek okçular ve sedanter bireyler, yaş ortalaması kadın; 22.2 ± 2.11 , erkek; 22.7 ± 1.62 olan 23 Kadın, 37 Erkek toplam 60 kişi gönüllülük esasına göre katılım sağlamıştır. Sonuç olarak elde edilen veriler incelendiğinde kullanılan yay türü vecinsiyete göre katılımcıların denge ve vücut kompozisyonu verileri arasında anlamlı farklılıklar gözlemlenmiştir ($p < 0,05$). Bu doğrultuda denge egzersizleri okçuluk branşı sporcularına önerilebilir niteliktedir.

Anahtar Kelimeler: Okçuluk, denge, Dexa, Sportkat 4000, olimpiik okçuluk.

A Comparison of Body Composition and Static-Dynamic Balance of Archery Athletes

The purpose of this study is to compare the body composition and static-dynamic balance measurements of individuals engaged in archery with sedentary individuals and between each other. Balance is one of the fundamental practices of posture in archery, where balance movements are present. Balance has been differentiated in terms of technical requirement and smoother implementation of movement. In archery, balance is an important factor that can affect successful shooting rates by increasing athletes' shooting comfort and stability, particularly when pulling the bowstring more firmly and minimizing the effects of factors such as wind during technical shooting. A total of 60 participants, including 23 women (mean age: 22.2 ± 2.11) and 37 men (mean age: 22.7 ± 1.62), consisting of female and male recurve, compound, and Olympic archers who actively participate in competitions and have scored 500 points at 70 and 50 meters, and sedentary individuals, volunteered for the study. The results showed significant differences in the balance and body composition data of participants according to the type of bow used and gender ($p < 0.05$). In this regard, balance exercises can be recommended for archery athletes.

Keywords: Archery, balance, Dexa, Sportkat 4000, olympic archery.

SB29

Teniste Wimbledon ve Roland Garros Grand Slam Turnuvalarında Tek Erkekler Kategorisinde Ana-Tablo Maçlarında Vuruş İstatistiklerinin İncelenmesi

Mert ARABACI¹, Anıl YAMAÇ¹, Ramiz ARABACI¹

¹Bursa Uludağ Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü, Bursa.

Bu araştırmanın amacı Teniste Wimbledon ve Roland Garros Grand Slam turnuvalarında tek erkekler kategorisinde ana-tablo maçlarında vuruş istatistiklerinin incelenmesidir. 2021 yılı Roland Garros Grand Slam ve Wimbledon Grand Slam tenis turnuvalarında oynanan ana tablo maçları incelendi. Bu turnuvalarda her birinde oynanan 127 ve toplamda 254 ana tablo maç analiz edilip istatistikseli çıkarıldı. Maçlar Roland Garros ve Wimbledon Grand Slam turnuvalarının resmi internet siteleri; https://www.wimbledon.com/en_GB/scores/extrastats/index.html ve <https://www.rolandgarros.com/enus/matches?finished=true&tournamentDay=20210613&type=SM> bağlantılardan araştırılıp analiz edildi. Bu istatistiksel, zemine bağlı olarak değişen vuruş çeşitliliklerinde tercih edilen oran ve vuruşlardaki başarı yüzdesi incelendi. İncelenen vuruş çeşitleri sırasıyla; aces, çift hata, forehand winner, backhand winners, forehand basit hata, backhand basit hata, drop shots puan alma, drop shots puan verme, volleys puan alma, volleys puan verme, passing shots. Elde edilen veriler SPSS for Windows 27 istatistik ve SigmaPlot 14.5 grafik paket programlarında değerlendirildi. Verilerin karşılaştırılmasında aritmetik ortalama, standart sapma ve frekans değerleri hesaplandı. Veriler hesaplandıktan sonra tablo ve grafik şeklinde ifade edildi. Elde edilen verilerin değerlendirilmesi Student t testi ve Çok Değişkenli Varyans Analizi testleri kullanıldı. Anlamlılık değeri olarak $p < 0.05$ kabul edildi. Sonuç olarak Rolland Garross ve Wimbledon Grand Slam turnuvalarında tenisçilerin temel vuruşlar, puan alma-kaybetme ve hata açısından önemli farklılıklar olduğu belirlenmiştir. Özellikle, Wimbledon'da ace sayısı Roland Garros'a göre daha fazla olduğu, Forehand Winner ve Backhand Winner vuruşları her iki turnuvada birbirine yakın olduğu, Drop Shot Puan Alma ve Verme, Volley Puan Alma ve Verme ile Passing Shot sayısı ise Roland Garros'ta daha fazla olduğu söylenebilir. Ayrıca yarı final ve final maçlarında diğer turlardaki maçlara göre daha fazla puan alan vuruşlar yapıldığı gibi hata sayısı da arttığı görülmektedir. Teniste temel vuruşlardan puan alma ve hata sayısı maçı oynandı kortun zemininden kaynaklandığı tahmin edilmektedir. Bu sonuçlara göre tenisçilerin antrenman programlarını maçları oynayacakları zeminlere göre planlamalarının önerebiliriz.

Anahtar Kelimeler: Tenis, Performans Analizi, Elit sporcular

Investigation of Strokes Statistics in Main-Draw Matches in Men's Singles Category in Wimbledon and Roland Garros Grand Slam Tournaments in Tennis

The aim of present study was to examine the stroke statistics in the main-draw matches in the men's singles Wimbledon and Roland Garros Grand Slam tournaments in tennis. The main-draw matches played in the 2021 Roland Garros Grand Slam and Wimbledon Grand Slam tournaments were examined. A total of 254 matches ($n = 127$ in each tournaments) were analysed. Official websites of the Roland Garros and Wimbledon Grand Slam tournaments were examined from the links in https://www.wimbledon.com/en_GB/scores/extrastats/index.html and <https://www.rolandgarros.com/enus/matches?finished=true&tournamentDay=20210613&type=SM>. These statistics, the preferred rate and the percentage of success in strokes that vary depending on the clay or crass court, were examined. The examined stroke types are aces, double fault, forehand winner, backhand winners, forehand unforced errors, backhand unforced errors, drop shot earn point, drop shot lose point, volleys earn points, volley lose points, passing shots, respectively. The obtained data were evaluated in SPSS for Windows 27 statistical and SigmaPlot 14.5 graphics package programs. In comparison of the data, mean, standard deviation and frequency values were calculated. After the data were calculated, they were expressed in the form of tables and graphs. Student's t test and Multivariate Analysis of Variance tests were used to evaluate the obtained data. $P < 0.05$ was accepted as the significance value. As a result, it has been determined that there are significant differences in terms of basic strokes, scoring-losing and errors in the Rolland Garross and Wimbledon Grand Slam tournaments. Especially, it can be said that the number of aces in Wimbledon is higher than in Roland Garros, the Forehand Winner and Backhand Winner strokes are close to each other in both tournaments, and the number of Drop Shot Points and Scores, Volley Points and Passing Shots is higher in Roland Garros. In addition, it is seen that the number of errors has increased in the Semi-Final and Final matches, as well as the strokes with more points than the matches in the other rounds. Scoring from basic strokes and the number of errors in tennis are estimated to originate from the court (clay or crass) where the match was played. According to these results, we can suggest that tennis players plan their training programs according to the grounds on which they will play the matches.

Keywords: Tennis, Performance Analysis, Elite Athlete

SB30

**1924-2020 Olimpiyat Oyunları'nda Yüzme Performansının Tarihsel Değişimi:
Geriye Dönük Bir Çalışma**

Ayça ANAMERİÇ¹, Elif CENGİZEL², Burcu ERTAŞ DÖLEK³, Hacı Ahmet PEKEL²

¹ Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara, Türkiye

² Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Ankara, Türkiye

³ Ankara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Ankara, Türkiye

Giriş ve Amaç: Olimpiyat Oyunları'nda geçmişten günümüze birçok değişim ve gelişim sağlanmıştır. Sporcuların performansı artmakta eski dereceler değişmekte, ulaşılamaz olarak görülen rekorlar kırılmaktadır. Bu araştırmanın amacı 1924-2020 yılları arasında yapılan Olimpiyat Oyunları'nda yüzme performansının tarihsel değişiminin incelenmesidir. **Yöntem:** Bu retrospektif çalışmada Olimpiyat Oyunları'nda yüzme disiplininde final etabında yarışan 1457 kadın ve 1545 erkek yüzücünün; (a) serbest stil, (b) sırtüstü, (c) kelebek ve (d) kurbağalamada yüzme süreleri, yüzme hızları ve reaksiyon zamanları incelendi. Her Olimpiyatta dört farklı teknikte yüzülen her mesafeye ait (50 m, 100 m, 200 m, 400 m, 800 m, 1500 m) final etabı performans verileri, FINA (Uluslararası Yüzme Federasyonu) resmi web sayfasında açık erişimde sunulan yüzme performansı verileri üzerinden ulaşıldı. Kadınlar ve erkeklerde ayrı ayrı olmak üzere her yüzme tekniğinde Olimpiyat Oyunları arası karşılaştırma yapmak için tek yönlü varyans analizi kullanıldı. Anlamlılık seviyesi 0.05 olarak belirlendi. **Bulgular:** Yüzücülerin 1924 Olimpiyatlarından 2020 Olimpiyat Oyunları'na doğru yüzme süreleri ve reaksiyon sürelerinde anlamlı düşüş ve yüzme hızlarında anlamlı artış belirlendi. Dramatik farklılıkların gerçekleştiği Olimpiyat Oyunları'nın 1956-1972-1976 ve 2008 yılları olduğu tespit edildi. **Tartışma ve Sonuç:** Yüzme performansında dramatik farklılıkların gerçekleştiği yılların teknolojik gelişmelerin gerçekleştiği yıllara denk geldiği görülmektedir. Bunlar sırasıyla 1956 Olimpiyat Oyunları'nda takla dönüşün kullanılması, 1972 Olimpiyat Oyunları'nda havuz gözlüklerinin kullanılmaya başlanması, 1976 Olimpiyat Oyunları'nda havuz kenarı oluklarının uygulanması, 2008 Olimpiyat Oyunları'nda nanoteknoloji mayoların kullanılmasıdır. 1924 Olimpiyat Oyunları'ndan 2020 Olimpiyat Oyunları'na yüzme sürelerindeki anlamlı düşüş ve yüzme hızındaki anlamlı artış teknolojik gelişmelerden kaynaklı olabilir.

Anahtar Kelimeler: Yüzme, Olimpiyat Oyunları, Yüzme Süresi, Yüzme Hızı, Reaksiyon Süresi

Historical Changes of Swimming Performance in the 1924-2020 Olympic Games: A Retrospective Study

Introduction and Aim: Many changes and developments have been achieved in the Olympic Games from past to present. The performance of the athletes is increasing, the old grades are changing, and the records that are seen as unattainable are broken. The aim of this research is to examine the historical change of swimming performance in the Olympic Games held between 1924-2020. **Methods:** In this retrospective study, swimming times, swimming speeds and reaction times in (a) freestyle, (b) backstroke, (c) butterfly and (d) breaststroke of 1457 female and 1545 male swimmers competing in the final stage of swimming discipline in the Olympic Games were examined. Final stage performance data for each distance (50 m, 100 m, 200 m, 400 m, 800 m, 1500 m) in four different techniques in each Olympics were accessed via open access swimming performance data on the official website of FINA (Fédération Internationale de Natation). One-way analysis of variance was used to compare between the Olympic Games in each swimming technique, separately for men and women. The significance level was set as 0.05. **Results:** A significant decrease in swimming times and reaction times of swimmers and a significant increase in swimming speeds were determined from the 1924 Olympics to the 2020 Olympic Games. It was determined that the Olympic Games, in which dramatic differences occurred, were 1956-1972-1976 and 2008. Discussion and Conclusion: It is seen that the years of dramatic differences in swimming performance coincide with the years of technological developments. These are the use of flipturn in the 1956 Olympic Games, the use of pool goggles in the 1972 Olympic Games, the application of gutters in the 1976 Olympic Games, the use of nanotechnology swimsuits in the 2008 Olympic Games. The significant decrease in swimming times and the significant increase in swimming speed from the 1924 Olympic Games to the 2020 Olympic Games may be due to technological developments.

Keywords: Swimming, Olympic Games, Swimming Time, Swimming Speed, Reaction Time

SB31

Bedens Eğitimi Öğretmen Adaylarının Zihinsel Engelli Bireylere Yönelik Tutumlarının İncelenmesi

Sedanur BAYRAM¹ Pelin USTAOĞLU HOŞVER²

¹Düzce Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, Düzce

²Düzce Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Bedens Eğitimi ve Öğretmenlik Bölümü Anabilim Dalı, Düzce

Bu araştırma bedens eğitimi öğretmeni adaylarının zihinsel engelli bireylere yönelik bilgi tutumlarını belirlemek amacıyla yapılmıştır. Araştırma grubunu 2021-2022 eğitim-öğretim yılında Düzce ve Iğdır Üniversitesi Bedens Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümünde öğrenim gören 180 (80 Kadın, 100 Erkek,) öğrenci oluşturmaktadır. Verilerin toplanmasında ölçek tercih edilmiş olup, ölçeğin ilk bölümünde öğrencilerin demografik bilgileri içeren "Kişisel Bilgi Formu", Bedens eğitimi öğretmenlerinin zihinsel engelli çocuklara (ZEC) yönelik tutumlarının belirlendiği anket formu uygulanmıştır. Veriler SPSS paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Anlamlılık $p < 0,05$ olarak kabul edilmiştir. Araştırma neticesinde öğrencilerin cinsiyet, öğrenim görülen üniversite, engelli yakını durumu, özel-kamu ZEC okulunda çalışma isteği ve engelli bireylerle çalışma deneyimi durumu ile ZEC ölçek toplam puanı arasında anlamlı farklılık olduğu ($p < 0,05$) ve kadınların erkek öğrencilere göre puan ortalamasının daha yüksek olduğu görülmüştür. Katılımcıların büyük çoğunluğunun, engelli bireylerle çalışma deneyiminin olmadığı ve okulda engelli bireylere yönelik ders almadığını ifade etmişlerdir. Sonuç olarak; araştırma grubunun engelli bireylerle çalışma deneyiminin yetersiz ve engelli bireylere yönelik bilgi ve tutumlarının orta düzeyde olduğu görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Öğrenci, Zihinsel Engelli, Eğitim

Mental Educators of Physical Education Teachers Candidate Examining Attitudes towards Persons with Disabilities

This research was conducted to determine the knowledge attitudes of physical education teacher candidates towards individuals with mental disabilities. The research group consists of 180 (80 female, 100 male) students studying at Düzce and Iğdır University, Department of Physical Education and Sports Education in the 2021-2022 academic year. The scale was preferred in collecting the data, and in the first part of the scale, a "Personal Information Form" containing the demographic information of the students, and a questionnaire form in which the attitudes of physical education teachers towards mentally retarded children (SEC) were determined. The data were analyzed using the SPSS package program. Significance was accepted as $p < 0.05$. As a result of the research, there was a significant difference between the students' gender, the university they attended, their relatives with disabilities, their desire to work in a private-public FIT school, and their experience of working with disabled individuals ($p < 0.05$) and that the mean score of women was higher than that of male students. was found to be high. The majority of the participants stated that they had no experience of working with disabled people and that they did not take lessons for disabled people at school. In conclusion; It was seen that the experience of the research group working with disabled individuals was insufficient and their knowledge and attitudes towards disabled individuals were moderate.

Keywords: Student, Mentally Disabled, Education

SB32

İlkokul Öğrencilerinde Fair Play Kavramına Yönelik Algıların Kelime İlişkilendirme Testi ve Çizme Yazma Tekniği ile Belirlenmesi

Ayşegül Gamze CEREN¹, Gülfem SEZEN BALÇIKANLI¹

¹Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği ABD, Ankara

Giriş ve Amaç: Bu çalışmada; ilkökul öğrencilerinin fair play algısının kelime ilişkilendirme testi ve çizme yazma yöntemi aracılığıyla incelenmesi amaçlanmıştır. **Yöntem:** Araştırmada, temel nitel araştırma yöntemlerinden biri olan fenomenoloji (olgu bilim) deseni kullanılmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu, Ankara ilinde ilkökul 3. Sınıfta öğrenim gören 20 öğrenci oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından oluşturulan bir adet kişisel bilgi formu ve iki veri toplama aracı kullanılmıştır. Bunlar: Bağımsız Kelime İlişkilendirme Testi ve Çizme-Yazma Testidir. Çizme tekniği için 2 beden eğitimi öğretmeni, 1 PDR uzmanı, 2 görsel sanatlar öğretmeni, 1 sınıf öğretmeni ve 1 resim analizi uzmanı olmak üzere 7 uzman görüşü alınarak kategorilere ayrılmıştır. Araştırmada toplanan veriler içerik analizi yöntemiyle analiz edilmiştir. Bu testlerin sonuçları tablo oluşturularak ana tema ve alt temalar altında toplanmıştır. **Bulgular:** Araştırma sürecinde öğrencilerin kelime ilişkilendirme testi ile bilişsel yapılarına ait elde edilen verilerin analizi sonucunda, belirtilen kelimelerden toplamda 5 kategori oluşturulmuştur. Bunlar, “fair play tanımı”, “ilişkilendirilen spor branşları”, “değerler”, “ilişkilendirilen sportif terimler” ile “oyun ve oyun türleri” şeklinde sıralanmıştır. Çizme ve yazma tekniği ayrı olarak incelenmiştir. Sonuç olarak fair play kavramıyla ilişkili geriye kalan 76 farklı kelime 5 kategoriye bölünmüştür. Bunlar sırasıyla çizimler kategorisinde “değerler (f=8)” ve “oyun ile ilişkilendirme (f=5)” şeklinde belirlenirken, yazma testinde ise; “değerler (f=19)” ve “oyun ile ilişkilendirme (f=6)” olarak belirlenmiştir. **Sonuç:** Sonuç olarak, öğrencilerin fair play hakkında bilişsel yapılarında farklılıklar olduğu saptanmıştır. Öğrencilerin genel olarak fair play kavramı hakkında Türkçe anlamı dışında bir bilgileri olmadığı gözlemlenmiştir. Özellikle çizim ve yazıların birbirinden farklı olduğu, çizimlerin genelde oyun odaklı resimler olduğu görülmüştür. Bir diğer sonuç ise fair play kavramının öğrencilerde daha çok spor branşlarının isimlerini çağrıştırdığıdır. Buradan yola çıkarak fair play kavramına yönelik bir farkındalık oluşturulması ve fair play anlayışının kazandırılması için bu doğrultuda eğitim verilmesi gerektiği düşünülmektedir. Özellikle ahlaki davranış kazandırma sürecinde eğitime ne kadar erken başlanırsa o kadar iyi olacaktır.

Anahtar Kelimeler: Fair play, yazma çizme testi, bağımsız kelime ilişkilendirme testi

Determining the Perceptions Regarding Fair Play Concept in Primary School Students by Word Association Test and Drawing and Writing Technique

Introduction and Purpose: In this study; it is aimed to examine the fair play perception of primary school students through word association test and drawing and writing method. **Method:** In the research, phenomenology (phenomenology) design, which is one of the basic qualitative research methods, was used. The study group of the research consists of 20 students studying in the 3rd grade of primary school in Ankara. A personal information form and two data collection tools created by the researchers were used as data collection tools. These are: Independent Word Association Test and Drawing-Writing Test. For the drawing technique, it was divided into categories by taking the opinion of 7 experts, including 2 physical education teachers, 1 PDR specialist, 2 visual arts teachers, 1 classroom teacher and 1 painting analysis specialist. The data collected in the research were analyzed by content analysis method. The results of these tests were gathered under the main theme and sub-themes by creating a table. **Results:** As a result of the analysis of the data obtained from the students' cognitive structures with the word association test during the research process, a total of 5 categories were created from the specified words. These are listed as "definition of fair play", "associated sports branches", "values", "associated sporting terms" and "games and game types". Drawing and writing techniques were studied separately. As a result, the remaining 76 different words related to the concept of fair play were divided into 5 categories. While these were determined as "values (f=8)" and "association with the game (f=5)" in the drawing category, respectively, in the writing test; "values (f=19)" and "association with the game (f=6)" were determined. **Conclusion:** In line with the prominent results of the research, it was observed that there were differences in the cognitive structures of the students about fair play. It has been observed that the students generally do not have any knowledge about the concept of fair play other than its Turkish meaning. It has been found out that especially the drawings and texts are different from each other, and that the drawings are generally game-oriented pictures. Another result is that the concept of fair play reminds students of the names of sports branches more. From this point of view, it is thought that education should be given in order to raise awareness about the concept of fair play and to gain the understanding of fair play. The earlier the education starts, the better, especially in the process of gaining moral behavior.

Keywords: Fair play, writing-drawing test, independent word association test

SB33

Spor Yapan ve Yapmayan Bireylerde Şiddet Davranışı Sıklığının İncelenmesi

Deniz KAPTAN¹, Alparslan Gazi AYKIN¹, Hilal İCİ¹, Elmirhan SİNAN¹

¹Mustafa Kemal Üniversitesi, BESYO, Hatay

Giriş ve Amaç: Günümüz dünyasında spor, insanların daha barışçı ortamlarda kendilerini kanıtlamalarına ve başarıya ulaşmalarına imkan sağlayan bir araç olarak görülmektedir. İnsanlar, günlük hayat içerisinde daha huzurlu ve mutlu bir toplumda şiddetten uzak, barış içerisinde yaşamayı arzularlar. Şiddet sarmalında ya da şiddeti hayatından çıkarmış bir toplum olma ayrımında; gerek toplumu oluşturan bireyler, gerekse toplumu yöneten bireyler açısından, sporun şiddetten uzak, birlik ve kardeşlik içerisinde bir toplum yaratmada etkili bir araç olarak kullanılabileceği yönünde yaygın bir algı söz konusudur. Bu bağlamda, bu çalışmanın amacı; spor yapan ve yapmayan bireylerde şiddet davranışı sıklığı açısından bir farklılık olup olmadığını ortaya koymaktır. **Yöntem:** Bu araştırma; elde edilen verilerin SPSS paket programında değerlendirildiği, %95 güven aralığında, $p < 0,05$ düzeyinde anlamlılık aranan betimsel bir araştırmadır. Anket soruları, Hatay ilinde yaşayan 18 yaş ve üstü 300 yetişkin bireye gönüllülük ilkesi doğrultusunda uygulanmıştır. Anket, kişisel bilgilerin yanı sıra Taşkesen ve Özpolat (2020) tarafından geliştirilen ve tek boyuttan oluşan Şiddet Davranışı Sıklığı Ölçeğini içermektedir. **Bulgular:** Katılımcıların %64'ü erkek, %36'sı kadındır. Spor yapma durumuna, cinsiyete ve spor yapma sıklığına göre şiddet davranışı sıklıkları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilememiştir ($p > 0,05$). Ankete katılan bireylerin spor yapma yılı açısından şiddet davranışı sıklıkları arasında anlamlı fark olduğu belirlenmiştir ($p < 0,05$). **Sonuç ve Öneriler:** İstatistiksel olarak 5 yıl ve üzeri spor yapan bireylerin şiddet davranışı sıklıklarının 1-2 yıl spor yapan bireylerle oranla daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Spor yapan ve yapmayan bireylerin şiddet davranışı sıklığına ilişkin puan ortalamalarının birbirine çok yakın olması ve aralarında istatistiksel bir farkın olmayışı; istatistiksel bir fark olmasa da, spor yapma sıklığı en yüksek sporcuların şiddet davranışı sıklıklarına ilişkin puan ortalamalarının diğer sporculara oranla daha yüksek olması; anlamlı bir fark olmasa da, erkeklerde şiddet davranışı sıklığına ilişkin puan ortalamalarının kadınlardan yüksek olması, sporun şiddeti önlemede yeterince etkin bir araç olarak kullanılmadığına işaret etmektedir. Spor yapan bireyleri şiddete teşvik eden psikolojik ve çevresel faktörlerin neler olduğuna ilişkin yapılan ve yapılacak çalışmalar doğrultusunda elde edilen bilgilerin antrenörler tarafından teoriden gerçeğe aktarılması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Spor, sporcu, şiddet davranışı.

Investigation of the Frequency of Violent Behavior in Individuals Who Play and Do Not Play Sports

Introduction and Aim: In today's world, sports are seen as a tool that allows people to prove themselves and achieve success in more peaceful environments. People desire to live in peace, away from violence, in a more peaceful and happy society in daily life. In the spiral of violence or in the distinction of being a society that has removed violence from its life; There is a widespread perception that sports can be used as an effective tool in creating a society free from violence and in unity and brotherhood, both for the individuals who make up the society and for the individuals who manage the society. In this context, the aim of this study is; to reveal whether there is a difference in the frequency of violent behavior in individuals who do and do not play sports. **Method:** This is a descriptive study in which the obtained data were evaluated in the SPSS package program, and the significance was sought at the $p < 0.05$ level at the 95% confidence interval. The survey questions were applied to 300 adult individuals aged 18 and over living in the province of Hatay, in accordance with the principle of voluntariness. In addition to personal information, the questionnaire includes a one-dimensional Violent Behavior Frequency Scale developed by Taşkesen and Özpolat (2020). **Results:** 64% of the participants were male and 36% were female. No statistically significant difference was found between the frequency of violent behavior according to the status of doing sports, gender and frequency of doing sports ($p > 0.05$). It was determined that there was a significant difference between the frequency of violent behavior in terms of the years of doing sports of the individuals participating in the survey ($p < 0.05$). **Conclusion and Suggestions:** Statistically, it was concluded that the frequency of violent behavior of individuals who do sports for 5 years or more is higher than those who do sports for 1-2 years. The fact that the mean scores of the individuals who do and do not play sports regarding the frequency of violent behavior are very close to each other and there is no statistical difference between them; although there is no statistical difference, the mean score of the athletes with the highest frequency of doing sports is higher than the other athletes; Although there is no significant difference, the fact that the mean score for the frequency of violent behavior in men is higher than that of women indicates that sports cannot be used as an effective tool in preventing violence. It is suggested that the information obtained in line with the studies conducted and to be carried out on the psychological and environmental factors that encourage individuals doing sports to violence should be transferred from theory to reality by the coaches. At this point, coaches have great responsibilities.

Keywords: Sport, athlete, violent behavior.

SB34

Spora Yönelik Tutumun Sürekli Kaygı Üzerine Etkisi

Seyfettin YILMAZ¹, Serkan KURTİPEK², Nuri Berk GÜNGÖR³, Ersan TOLUKAN⁴

¹Bartın Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Bartın

²Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

³Balıkesir Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Balıkesir

⁴ Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Bu çalışmanın amacı, lise öğrencilerinin spora yönelik tutumlarının sürekli kaygıları üzerine etkisini belirlemektir. Araştırmanın çalışma grubunu, 2021-2022 eğitim öğretim yılında Ankara ilindeki bir Anadolu Lisesi'nde öğrenim görmekte olan 173'ü kadın (%66.5), 87'si (%33.5) erkek toplam 260 katılımcı oluşturmaktadır. Araştırmada model olarak ilişki tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak; Şentürk (2012) tarafından geliştirilen Spora Yönelik Tutum Ölçeği ile Spielberger ve arkadaşlarının (1966) literatüre kazandırdığı Sürekli Kaygı Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde; betimsel istatistikler, T-Testi, One-Way ANOVA, Korelasyon Analizi ve Regresyon Analizi kullanılmıştır. Araştırma bulguları incelendiğinde, katılımcıların spora yönelik tutumlarının ve sürekli kaygı durumlarının ortalama düzeyde olduğu söylenebilir. Katılımcıların spora yönelik tutumlarının cinsiyet ve sınıf düzeyi değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir. Katılımcıların sürekli kaygı durumu sınıf düzeyi değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermezken, cinsiyet değişkenine göre erkekler lehine istatistiksel olarak farklılaşmaktadır. Araştırmada yer alan değişkenler arası ilişki incelendiğinde düşük düzeyde pozitif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir ($r=.23$). Buna ek olarak, spora yönelik tutumun sürekli kaygı durumunu %5 oranında açıkladığı sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Spora yönelik tutum, sürekli kaygı, öğrenci

The Effect of Attitude to Sports on Trait Anxiety

The aim of this study is to determine the effect of high school students' attitudes towards sports on their trait anxiety. The study group of the research consists of 260 participants, 173 women (66.5%) and 87 (33.5%) men, studying at an Anatolian High School in Ankara in the 2021-2022 academic year. The relational survey model was used as a model in the research. As a data collection tool in the research; The Attitudes towards Sports Scale developed by Şentürk (2012) and the Trait Anxiety Scale that Spielberger et al. (1966) brought to the literature were used. In the analysis of data; descriptive statistics, T-Test, One-Way ANOVA, Correlation Analysis and Regression Analysis were used. When the research findings are examined, it can be said that the attitudes of the participants towards sports and their trait anxiety are at an average level. It was determined that the attitudes of the participants towards sports did not show a significant difference according to the variables of gender and class level. While the trait anxiety status of the participants does not show a significant difference according to the class level variable, it differs statistically in favor of men according to the gender variable. When the relationship between the variables in the study was examined, a low-level positive relationship was detected ($r=.23$). In addition, it was concluded that the attitude towards sports explains the state of trait anxiety by 5%.

Keywords: Attitude towards sports, trait anxiety, student

SB35

Fiziksel Aktiviteye Katılan Bireylerin Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutumlarının İncelenmesi: Çorum İli Örneği

Muhammet ÇANCILAR¹, Gamze DERYAHANOĞLU¹, Sedanur CILIZ¹

¹Hitit Üniversitesi, Çorum

Bu araştırmada; Çorum ilinde yaşayan ve fiziksel aktiviteye katılan bireylerin çeşitli değişkenlere göre sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumlarının incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın örneklem grubunu Çorum ilinde yaşayan ve fiziksel aktivite yapan 295 katılımcı (112 Kadın, 183 Erkek) oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak kişisel bilgi formu ve "Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Ölçeği (SBİTÖ)" kullanılmıştır. Elde edilen verilerin analizinde SPSS 22 programı kullanılmıştır. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini tespit etmek için Kolmogorov-Smirnov testi uygulanmıştır. Analizlerde anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ olarak kabul edilmiştir. Elde edilen veriler analiz edildiğinde; katılımcıların cinsiyet değişkenine göre olumlu beslenme alt boyutunda, atıştırma alışkanlığı sorusuna verdikleri cevaplarına göre beslenmeye yönelik duygu ve kötü beslenme alt boyutunda anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p < 0.05$). Katılımcıların eğitim durumu değişkenine göre alt boyutları incelendiğinde herhangi bir anlamlı farklılık bulunamamıştır ve uyku problemi durumuna göre beslenmeye yönelik duygu alt boyutunda anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir ($p > 0.05$). Araştırmada elde edilen sonuçlar değerlendirildiğinde; çalışma grubumuza sorulan cinsiyet, atıştırma alışkanlığı ve uyku problemi sorularının sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum ölçeğinin alt boyutları ile anlamlı farklılık yarattıkları söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Fiziksel Aktivite, Sağlıklı Beslenme, Tutum

Investigation of Attitudes of Individuals Participating in Physical Activity towards Healthy Eating: The Case of Çorum Province

Abstract: In this research; It is aimed to examine the attitudes of individuals living in Çorum, who participate in physical activity, towards healthy nutrition according to various variables. The participants of the study consisted of 295 participants (112 women, 183 men) living in Çorum and engaged in physical activity. Personal information form and "Attitude Scale towards Healthy Eating (SBITO)" were used as data collection tools in the study. SPSS 22 program was used in the analysis of the data obtained. Kolmogorov-Smirnov test was applied to determine whether the data showed normal distribution. The level of significance in the analyzes was accepted as $p < 0.05$. When the obtained data is analyzed; a significant difference was found in the positive nutrition sub-dimension according to the gender variable of the participants, and in the feelings towards nutrition and malnutrition sub-dimension according to the answers given to the question of snacking habits ($p < 0.05$). When the sub-dimensions of the participants were examined according to the variable of educational status, no significant difference was found and it was determined that there was no significant difference in the sub-dimension of emotion towards nutrition according to the sleep problem status ($p > 0.05$). When the results obtained in the research are evaluated; It can be said that the questions of gender, snacking habits and sleep problems asked to our study group make a significant difference with the sub-dimensions of the attitude scale towards healthy eating.

Keywords: Physical Activity, Healthy Eating, Attitude

SB36

Yükseköğretimde Sürdürülebilir Gelişme: Spor Bilimleri Fakültelerinde Görev Yapan Akademisyenlerin Görüşlerine Göre Örgütsel Sürdürülebilirliğinin İncelenmesi

¹Semih AKKAYA, ¹Funda KOÇAK

¹ Ankara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Giriş: Bir örgütün bugünkü paydaşlarının ihtiyaçlarını, gelecekteki paydaşlarının ihtiyaçlarını karşılayabilme olanağını tehlikeye atmadan karşılaması örgütsel sürdürülebilirlik olarak tanımlanabilir. Günümüzde örgütlerin yaşamlarını devam ettirebilmeleri için hayati öneme sahip olan örgütsel sürdürülebilirlik, ekonomik, çevresel ve sosyal sürdürülebilirlik ilkelerine uygun davranışları temel almaktadır. Bu araştırmanın amacı da akademisyenlerin

görüşlerine göre yükseköğretimde sürdürülebilir kalkınma için Spor Bilimleri Fakültelerine (SBF) yönelik olarak örgütsel sürdürülebilirliğinin incelenmesidir. **Yöntem:** Tarama modelindeki araştırmanın çalışma grubunu Yükseköğretim Kurulu'na bağlı üniversitelede görev yapan kolayda örnekleme yöntemi ile seçilmiş 143 kadın (Ort yaş =40.17±7.30), 195 erkek (Ort yaş=42.16±8.90) olmak üzere toplam 338 SBF akademik personeli oluşturmaktadır. Çalışma kapsamında kişisel bilgi formu ve Örgütsel Sürdürülebilirlik Ölçeği (ÖSÖ) kullanılmıştır. Araştırmada öncelikle verilerinin normal dağılıp dağılmadığı çarpıklık ve basıklık değerleri ile incelenmiş, ayrıca ölçekten elde edilen verilerin güvenilirlik katsayısına ilişkin Cronbach's Alfa değerleri hesaplanmıştır. Veriler betimsel istatistiksel tekniklerin yanı sıra MANOVA ve tek yönlü ANOVA, bağımsız örneklemler için t-testi ve Pearson korelasyon istatistiksel yöntemleri ile analiz edilmiştir. Ölçeğin bu çalışma kapsamında hesaplanan güvenilirlik katsayıları ölçeğin beş alt boyutu için 0.78-0.92 arasında bulunmuştur. **Bulgular:** MANOVA sonuçlarına incelendiğinde, cinsiyet değişkenine göre ÖSÖ'nün tüm alt boyutlarında katılımcıların ortalama puanları arasında "ekonomik sürdürülebilirlik" boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0.05$). Akademik unvan değişkenine göre yapılan analiz sonuçları, ÖSÖ'nün "sosyal sürdürülebilirlik" ve "yönetel sürdürülebilirlik" alt boyut ortalama puanlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğunu göstermiştir ($p<0.05$). Katılımcıların ÖSÖ ortalama puanlarının idari görev değişkenine göre "sosyal sürdürülebilirlik", "ekonomik sürdürülebilirlik", "yönetel sürdürülebilirlik" alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0.05$). Akademisyenlerin ÖSÖ puanları ile yaş arasında "sosyal sürdürülebilirlik" alt boyutu hariç diğer tüm alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı negatif yönde ve düşük düzeyde ilişkiler olduğu, görev süresi değişkenine göre ise tüm boyutlarda istatistiksel olarak anlamlı düşük düzeyde negatif bir ilişki olduğu görülmüştür ($p<0.05$). **Sonuç:** Sonuç olarak, spor bilimleri fakültelerinde görev yapan akademisyenlerin örgütsel sürdürülebilirlik ortalama puanlarının orta düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Öğretim elemanlarının örgütsel sürdürülebilirlik algısı öğretim üyelerine göre daha yüksektir. Ayrıca akademisyenlerin yaşları ve görev süresi arttıkça örgütsel sürdürülebilirlik ortalama puanları düşmektedir.

Anahtar Kelimeler: Spor bilimleri, sürdürülebilir kalkınma, yükseköğretim kurumu.

Sustainable Development in Higher Education: An Investigation of Organizational Sustainability According to the Opinions of Academicians Working in Faculties of Sports Sciences

Introduction: Organizational sustainability can be defined as the ability of an organization to meet the needs of its current stakeholders without compromising its ability to meet the needs of future stakeholders. Organizational sustainability, which are of vital importance for organizations to continue their lives today, is based on behaviors in accordance with economic, environmental and social sustainability principles. The purpose of this research is to examine the organizational sustainability of the Faculties of Sports Sciences (FSS) for sustainable development in higher education, according to the opinions of academicians. **Method:** The study group of the research in the screening model consists of a total of 338 FSS academics, 143 women ($M_{age}=40.17\pm7.30$) and 195 men ($M_{age}=42.16\pm8.90$), selected by a convenience sampling method, working in state and foundation universities affiliated to the Council of Higher Education. Within the scope of the study, personal information form and Organizational Sustainability Scale (OSS) were used. In the research, first of all, it was examined whether the data were normally distributed or not, with skewness and kurtosis values, and also Cronbach's Alpha values related to the reliability coefficient of the data obtained from the scale were calculated. Data were analyzed with descriptive statistical techniques as well as MANOVA and One-way ANOVA, t-test for independent samples and Pearson correlation statistical methods. The reliability coefficients calculated within the scope of this study were found to be between .78 and .92 for the five dimensions of the scale. **Findings:** According to the MANOVA results were examined, a statistically significant difference was found between the average scores of the participants in all sub-dimensions of OSS according to the gender variable in the dimension of "economic sustainability" ($p<0.05$). The results of the analysis according to the variable of academic title showed that there was a statistically significant difference in the mean scores of the "social sustainability" and "administrative sustainability" dimensions of the "OSS" ($p<0.05$). A statistically significant difference was found in the dimensions of "social sustainability", "economic sustainability", "managerial sustainability" according to the administrative task variable of the participants' mean scores of OSS ($p<0.05$). There is a statistically significant, negative and low level correlation between the academicians' OSS scores and age, except for the "social sustainability" sub-dimension. Also, there was a statistically significant and low level negative relationship in all dimensions according to the term of seniority variable ($p<0.05$). **Result:** As a result, it has been determined that the average organizational sustainability scores of the academicians working in the faculties of sports sciences are at a moderate level. The perception of organizational sustainability of the lecturer is higher than that of the academics. In addition, as the duration of the academicians increases and age, the mean scores of organizational sustainability decrease.

Keywords: Sports sciences, sustainable development, higher education institution

SB37

Fitness Merkezlerine Katılan Bireylerin Algıladıkları Hizmet Kalitesi Düzeylerinin İncelenmesi

Murat TUNCBİLEK¹, Baki Yılmaz¹

¹Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Ankara

Araştırmada fitness merkezlerine katılan bireylerin algıladıkları hizmet kalitesi düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu kolay ulaşılabilir örnekleme yöntemiyle Ankara ilinde özel fitness merkezlerine katılan 277 kişi oluşturmaktadır. Araştırmada araştırmacılar tarafından oluşturulan “Kişisel Bilgi Formu” ile Uçan (2007) tarafından geliştirilen “SporFitness Merkezleri Algılanan Hizmet Kalitesi Ölçeği” kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 25.00 paket programı kullanılmıştır. Veri toplama aşamasından sonra elde edilen bulgular bilgisayar ortamına aktarılmış, verilerin normal dağılım gösterip göstermediği çarpıklık ve basıklık değerlerinin ± 2 arasında olmasına bağlı olarak karar verilmiştir. Verilerin çözümünde ve yorumlanmasında betimsel istatistikler, t-testi, One Way ANOVA Pearson korelasyon testi kullanılmıştır. Bulgulara bakıldığında, cinsiyet ve medeni durum ile algılanan hizmet kalitesi arasında herhangi bir farklılık görülmemiştir. Ayrıca katılımcıların hizmet kalitesi algıları ile eğitim durumları arasında bir ilişki olmadığı görülmüştür. Yaş değişkenine bakıldığında ise, algılanan hizmet kalitesi arasında negatif yönde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Sonuç olarak; fitness merkezlerindeki katılımcıların hizmet kalitesi algılarının ortalama seviyenin üzerinde olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Hizmet, Hizmet Kalitesi, Fitness

Investigation of Service Quality Levels Perceived by Individuals Attending Fitness Centers

In the study, it was aimed to examine the perceived service quality levels of individuals participating in fitness centers. The study group of the research consists of 277 people who attend private fitness centers in Ankara with easily accessible sampling method. In the research, the "Personal Information Form" created by the researchers and the "Perceived Service Quality Scale of SportFitness Centers" developed by Uçan (2007) were used. SPSS 25.00 package program was used in the analysis of the data. The findings obtained after the data collection phase were transferred to the computer environment, and it was decided whether the data showed a normal distribution, depending on whether the skewness and kurtosis values were between ± 2 . Descriptive statistics, t-test, One Way ANOVA Pearson correlation test were used in the analysis and interpretation of the data. Considering the findings obtained as a result of the research, no difference was observed between gender and marital status and perceived service quality. In addition, it was observed that there was no relationship between the service quality perceptions of the participants and their educational status. Considering the age variable, a negative significant relationship was found between perceived service quality. In conclusion; It has been determined that the service quality perceptions of the participants in the fitness centers are above the average level.

Keywords: Service, Service Quality, Fitness

SB38

Ankaragücü Futbol Kulübü Yöneticilerinin Sponsorluk Anlaşmalarına Bakış Açılarının İncelenmesi (Nitel Bir Çalışma)

Harun GÜRKAN¹, Gözde ALGÜN DOĞU¹

¹Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi

Giriş: Sporun özellikle futbolun spor endüstrisi içerisindeki hacmi düşünülecek olursa böyle büyük bir sektörün toplumdaki karşılıklarını değerlendirmek ve bu karşılıklara bir yönetici portföyünü oturtmak elbette akıllıca olacaktır. Bu noktada futbolun yöneticiler düzeyinde bir reklam ve sponsorluk çalışmalarının ve süreçlerinin marka değerlerini yükseltme çabalarının olması kaçınılmazdır. Bu nedenle sponsorluk çalışmalarına bakış açılarını incelemek elbette ki kulüp yöneticilerinin perspektifinden önem arz etmektedir. **Amaç:** Bu çalışmada Ankaragücü futbol kulübü yöneticilerinin sponsorluk anlaşmalarına bakış açılarının incelenmesi amaçlanmaktadır. **Yöntem:** Araştırma nitel bir çalışma olup, ilgili verilerin toplanmasında yüz yüze soru-cevap yöntemi kullanılmıştır. Sorular Ankaragücü Futbol Kulübü genel sekreteri, genel müdürü, disiplin kurulu üyeleri ve kulübün yetkili kişilerine uygulanmıştır. Bu

çalışmaya, 30-59 yaş aralığında Ankaragücü Futbol Kulübünde yöneticilik yapan 10 erkek spor yöneticisi katılmıştır. Örneklem grubunun öncelikle ilgili araştırma konusunu yeterince deneyim kazanmış kişiler olması gerektiği değerlendirilerek ilk olarak ölçüt örneklem tekniği kullanılmıştır. Çalışmaya veri toplamak amacıyla, araştırmacı tarafından oluşturulmuş ve 6 sorudan oluşan (spor kulübü yöneticilerinin spor sponsorluğuna dair genel görüşlerini içeren) Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu kullanılmıştır. Verilerinin analizinde betimsel analiz tekniğinden yararlanılmıştır. Çözümlemelerde görüşüne başvuru spor yöneticilerine birer kod numarası verilerek (A1, A2, A3, ...) açıklamalar yapılmıştır. **Bulgular:** Çalışmaya 30-59 yaş aralığında toplamda 10 erkek spor yöneticisi katılmıştır. Katılımcıların görüşlerine göre genel olarak, kendilerine gelen sponsorluk teklifleri içerisinde öncelik durumun kulübe maddi destek sağlamak, başarılı sporcular yetiştirmek, kamu ve özel sektör desteğini almak, devlet politikaları ve medyanın ilgisini çekmek olarak görüşlerini ifade etmişlerdir. Katılımcılar sponsorluk anlaşmalarının kulüp beklentilerini tam olarak karşılamadığını ifade etmişlerdir. Katılımcılar firmaların sponsorluk faaliyetlerinin daha etkin ve verimli kullanılması için başarılı sporcuların desteklenmesi, firmalar arası iş birliği ve vergi düzenlemesi yapılması, sponsorlarla iletişim sağlanması, sponsorlukların yerinde kullanılması, sosyal sorumluluk amacının gerçekleştirilmesi ve hedef kitleye hitap edilmesi gerektiğini ifade etmişlerdir. Katılımcılar kulüpte sponsorluk çalışmalarından sorumlu departmanın reklam ve pazarlama birimi olduğunu ifade etmişlerdir. **Sonuç:** Spor yöneticilerinin sponsorluk anlaşmalarına bakış açılarının incelendiği bu çalışmada, sponsorluğun mevcut kitleye hitap eden bir branşta ve kurumun karlılığını ve imajını artırmaya yönelik yapılması gerektiği vurgulanmıştır. Yapılan sponsorluğun ticari boyutunun dışında, duygulara ve hislere hitap eden ve bundan fayda elde edilen yönleri öne çıkarılarak, taraftarlara hitap eden reklamlar, kampanyalar, etkinlikler yapılması belirtilmiştir. **Öneriler:** Araştırmacıların rakip takım sponsorlarına karşı taraftarların tutumlarını belirleyici araştırmalar da yapmaları önerilir.

Anahtar kelimeler: Futbol, Sponsorluk, Yönetici

Examination of Ankaragücü Football Club Executives' Perspectives to Sponsorship Agreements (A Qualitative Study)

Introduction: Considering the volume of sports, especially football, in the sports industry, it would of course be wise to evaluate the responses of such a large industry in societies and to place a managerial portfolio on these responses. At this point, it is inevitable that football's efforts to increase the brand values of advertising and sponsorship studies and processes at the level of managers. For this reason, it is of course important to examine the perspectives of sponsorship studies from the perspective of club managers. **Objective:** In this study, it is aimed to examine the perspectives of Ankaragücü football club managers on sponsorship agreements. **Method:** The research is a qualitative study and face-to-face question-answer method was used to collect the relevant data. The questions were applied to the general secretary of Ankaragücü Football Club, the general manager, the members of the disciplinary committee and the authorized persons of the club. Ten male sports managers, aged between 30 and 59, who worked as managers in Ankaragücü Football Club, participated in this study. First of all, criterion sampling technique was used, considering that the sample group should be people who have gained enough experience in the relevant research subject. In order to collect data for the study, a Semi-Structured Interview Form consisting of 6 questions (containing the general opinions of sports club managers about sports sponsorship) and created by the researcher was used. Descriptive analysis technique was used in the analysis of the data. Explanations were made by giving a code number (A1, A2, A3, ...) to the sports managers whose opinions were consulted in the analysis. **Results:** A total of 10 male sports managers between the ages of 30-59 participated in the study. According to the opinions of the participants, the priority among the sponsorship offers they received was to provide financial support to the club, to train successful athletes, to receive public and private sector support, to attract the attention of government policies and the media. Participants stated that their sponsorship agreements did not fully meet the club's expectations. Katılımcılar firmaların sponsorluk faaliyetlerinin daha etkin ve verimli kullanılması için başarılı sporcuların desteklenmesi, firmalar arası iş birliği ve vergi düzenlemesi yapılması, sponsorlarla iletişim sağlanması, sponsorlukların yerinde kullanılması, sosyal sorumluluk amacının gerçekleştirilmesi ve hedef kitleye hitap edilmesi gerektiğini ifade etmişlerdir. Participants stated that the department responsible for sponsorship activities in the club is the advertising and marketing unit. **Conclusion:** In this study, which examines the perspectives of sports managers on sponsorship agreements, it is emphasized that sponsorship should be done in a branch that appeals to the current audience and to increase the profitability and image of the institution. Apart from the commercial dimension of the sponsorship, the aspects that appeal to emotions and feelings and benefit from it are highlighted, and it is stated that advertisements, campaigns and events that appeal to the fans are made. **Suggestions:** It is recommended that researchers also conduct research that determines the attitudes of fans towards rival team sponsors.

Keywords: Football, Sponsorship, Manager

SB39

Akademisyenlerinin Görüşlerine Göre Spor Bilimlerinde Örgütsel Sürdürülebilirlik: Nitel Bir Araştırma

Semih AKKAYA¹, Funda KOÇAK¹

¹Ankara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı, spor bilimleri fakültelerinde (SBF) görev yapan akademik personelin örgütsel sürdürülebilirliğe ilişkin görüşlerini derinlemesine incelemektir. Araştırmada, akademisyenlerin görüşlerine göre SBF'lerin sürdürülebilirlik uygulamalarının ne derece hayata geçirildiğinin belirlenmesi, Türkiye'deki SBF'ler açısından sürdürülebilir gelişmeyi kavramsallaştırma, sürdürülebilir gelişme açısından spor alanındaki yükseköğretim kurumlarının karşılaştıkları temel sorunların belirlenmesi hedeflenmiştir. **Yöntem:** Nitel araştırma yaklaşımındaki bu çalışma yorumlayıcı paradigma üzerine kurgulanmıştır. Durum çalışması desendeki çalışmada amaçlı örnekleme yöntemlerinden maksimum çeşitlilik örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Devlet ve vakıf üniversitelerinde görev yapan en az üç yıl çalışma deneyimine sahip 3 kadın ve 7 erkek olmak üzere 10 akademik personel çalışma grubunu oluşturmuştur. Veriler yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılarak toplanmıştır. Görüşmeler sırasında katılımcılara kişisel bilgi formu soruları ve çalışmanın kuramsal çerçevesine göre alan yazın incelenerek oluşturulmuş 8 adet açık uçlu soru yöneltilmiştir. Elde edilen verilerin analizinde içerik analizi yöntemi kullanılmıştır. Araştırmada geçerlik ve güvenilirliği sağlamak amacıyla inandırıcılık, aktarılabilirlik, güvenilebilirlik ve doğrulanabilirlik stratejileri temel alınmıştır. **Bulgular:** Yapılan analizler sonucunda kuramsal çerçeveye uygun olarak çevresel sürdürülebilirlik, kültürel sürdürülebilirlik, sosyal sürdürülebilirlik, ekonomik sürdürülebilirlik yönetsel sürdürülebilirlik olmak üzere beş tema oluşturulmuştur. Özellikle sosyal sürdürülebilirlik temasında tüm akademisyenler kurumlarında eşitliğin sağlanmadığını ifade etmişlerdir. Kültürel sürdürülebilirliğin de kurum imajı açısından oldukça önemsendiği ancak bazı kurumlarda henüz kurum kimliğinin oluşturulamadığı belirtilmiştir. **Sonuç:** Katılımcıların görüşlerinden hareketle Spor Bilimleri fakültelerinde örgütsel sürdürülebilirliğin sağlanması için özellikle çevresel sürdürülebilirlik ve yönetsel sürdürülebilirlik ile ilgili ilgi bazı sistemlerin kurulması ya da geliştirilmesi gerekliliği özellikle dikkat çekmiştir. Ayrıca çalışmaya katılan akademisyenler kurumlarındaki sosyal sürdürülebilirlik ve kültürel sürdürülebilirliğin geliştirilmesi durumunda daha verimli çalışacaklarını düşünmektedirler.

Anahtar Kelimeler: Akademik personel, örgütsel sürdürülebilirlik, spor bilimleri fakültesi

Organizational Sustainability with Regard to the Views of Academics in Sport Sciences: A Qualitative Research

Introduction and Aim: The aim of this study is to examine in depth the views of academics at Faculties of Sports Sciences (FSS) on organizational sustainability. In the research, it was aimed to determine to what extent the sustainability practices of FSS's were implemented according to the opinions of faculty members, to conceptualize sustainable development in terms of in Turkey, and to determine the main problems faced by higher education institutions in the field of sports in terms of sustainable development. **Method:** This study in the qualitative research approach is built on the interpretive paradigm. In the study in the case study, the maximum diversity sampling method, which are among the purposive sampling methods, were used. The study group consisted of 10 academics, 3 women and 7 men, who are working universities for at least three years. Data were collected using a semi-structured interview form. During the interviews, the participants were asked personal information form questions and 8 open-ended questions created by examining the literature according to the theoretical framework of the study. Content analysis method was used in the analysis of the obtained data. In the research, credibility, transferability, reliability and verifiability strategies were used to ensure validity and reliability. **Findings:** As a result of the analyzes, five themes were established in accordance with the theoretical framework: environmental sustainability, cultural sustainability, social sustainability, economic sustainability and managerial sustainability. Especially in the theme of social sustainability, all academicians stated that equality could not be achieved in their institutions. It has been stated that cultural sustainability is also very important in terms of corporate image, but corporate identity has not yet been formed in some institutions. **Conclusion:** Based on the opinions of the participants, the necessity of establishing or developing some systems related to environmental sustainability and managerial sustainability in order to ensure organizational sustainability in Sports Sciences faculties attracted particular attention. In addition, the academicians participating in the study think that they will study more efficiently if social sustainability and cultural sustainability in their institutions are improved.

Keywords: Academics, organizational sustainability, faculty of sports sciences

SB40

Futbol ve Ragbi Oyuncularının Zihinsel Dayanıklılık Düzeylerinin Karşılaştırılması

Benhur ÜNLÜGÜZEL¹, Hamza Kaya BEŞLER¹, Azize BİNGÖL DİEDHİOU²

¹Pamukkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi Spor Yöneticiliği Bölümü, Denizli

²Şırnak Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Şırnak

Giriş: Sporcuların zihinsel olarak zorlandığı durumlarla rakiplerinden daha iyi başa çıkması olarak tanımlanan zihinsel dayanıklılık kavramı, sporda başarıya ulaşmak için önemli bir kavramdır. Zihinsel dayanıklılık yaşa, spor yılına, branşa, cinsiyete ve birçok faktöre göre farklılık gösterebilmektedir. Futbol branşı her ne kadar dünyada en popüler branş olsa da çıkış noktası ragbi ile aynı döneme gelmektedir. Son yıllarda ülkemizde ragbi branşına olan ilginin artması ve Türk ragbi takımlarının uluslararası platformlarda gösterdikleri başarılar da dikkat çeken bir unsurdur. **Amaç:** Araştırmanın amacı, futbolcuların ve ragbicilerin zihinsel dayanıklılığını karşılaştırmaktır. **Yöntem:** Bu araştırmada nicel araştırma yöntemi tercih edilmiştir. Araştırmanın örneklemini 119 futbolcu, 81 ragbiciden amaca yönelik gönüllülük esasına dayalı olarak oluşturulmuştur. Ulaşılan 200 sporcuya Google forms üzerinden ‘Sporda Zihinsel Dayanıklılık’ envanteri uygulanmıştır. Elde edilen veriler SPSS 24 paket programı ile analiz edilmiştir.

Bulgular: Araştırmanın sonuçlarına göre futbolcuların zihinsel dayanıklılıklarının ragbicilerden yüksek olduğu ortaya çıkmıştır ($p<0.05$). Buna ek olarak sporcuların yaş, spor yaşı ve spor yapma nedenleri bağlamında zihinsel dayanıklılıklarında anlamlı farklar tespit edilmiştir. **Sonuç:** Sonuç olarak futbolcuların ragbicilerden zihinsel olarak daha dayanıklı olduğu ortaya çıkmıştır. Ayrıca bazı demografik etkenlerde zihinsel dayanıklılık üzerinde farklılık yaratmaktadır. Ragbi her ne kadar futbol kadar eski bir branş olsa da 2016 yılında Olimpiyatlarda oynanmaya başlanmış ve ülkemizde halen gelişmekte olan bir spor branşdır. Ülkemizde yeni sayılabilecek bir branş olması sebebiyle, alt yapıdan yeterli sporcu yetiştirilememesinden kaynaklı olarak araştırmamıza katılan ragbicilerin spor geçmişlerinin futbolcular kadar uzun olmadığı düşünüldüğünde, futbolcuların zihinsel olarak daha dayanıklı olmasının sebebinin bu olduğu düşünülmektedir. **Öneriler:** Bu araştırma daha büyük örneklem gruplarına ulaşılarak yapılabilmenin yanında ragbinin gelişmiş olduğu ülkelerdeki ragbicilere ulaşarak daha farklı sonuçlar elde edilebilir.

Anahtar Kelimeler: Futbol, Ragbi, Zihinsel Dayanıklılık.

Comparison of Mental Endurance Levels of Football and Rugby Players

Introduction: Mental toughness is defined as the ability of athletes to cope with situations mentally challenging better than their opponent. Mental toughness is an essential tool for achieving success in sports. Mental toughness may differ according to age, year of sport, branch, gender and many factors. Although the football branch is the most popular in the world, the starting point of football and rugby comes from the same period. Rugby may be less prevalent in Turkey compared with other countries. However, in recent years the popularity of rugby has been increasing in Turkey. **Purpose:** The research aims to compare the mental toughness levels of football and rugby players in Turkey. **Method:** In this study, the quantitative research method was preferred. The research sample consisted of 119 football players and 81 rugby players voluntarily. The 'Sports Mental Toughness Questionnaire' was applied to 200 athletes on Google Forms. The data were analyzed with SPSS 24 package program. **Results:** According to the results of the research, it was revealed that the mental toughness of football players was higher than that of rugby players ($p<0.05$). In addition, significant differences were found in the athletes' mental toughness in age, sports age and reasons for doing sports. **Conclusion:** As a result, it has been revealed that football players are mentally more challenging than rugby players. In addition, some demographic factors make a difference in mental toughness. **Suggestions:** This research can be done on larger sample groups. Reaching rugby players in foreign countries where rugby is popular could give different results.

Keywords: Football, Rugby, Mental Endurance

SB41

Yetişkin Dağcılarda Antropometrik Ölçümler ve Somatotip Belirlenmesi

Murat BAŞLI¹, Murat TUTAR²

¹Nişantaşı Üniversitesi, Hareket ve Antrenman Bilimleri, İstanbul

²Nişantaşı Üniversitesi, Antrenörlük Eğitimi, İstanbul

Dağcılık sporunda Alpin stil tırmanıcılar, ekspedisyon tırmanıcılar, kaya tırmanıcıları gibi ayrı tekniklerde tırmanış yapılmaktadır. Bu çalışmanın amacı spor yapan yetişkinlerden, dağcılık branşında Alpin stil tırmanış yapan bireylerin antropometrik ölçüm parametrelerinin karşılaştırılması ve vücut somatotipinin belirlenmesidir. Çalışmanın örneklemini aktif olarak dağcılık sporcusu, Alpin stil tırmanış yapan, yaşları ortalama 27,05±2,891 yıl olan 40 erkek oluşturmaktadır. Araştırma kapsamında çalışmaya katılan sporcuların yaş, boy uzunluğu, vücut ağırlığı, deri kıvrım kalınlığı (triceps, subscapular, supraspinal, calf, suprailiac, biceps, thigh, chest), çevre (biceps, calf, forearm, waist circumference) ve çap (femur, humerus) ölçümleri alınmıştır. Vücut yağ yüzdesi Jackson ve Pollock formülü ile hesaplanırken somatotip özellikler Heath-Carter yöntemi kullanılarak belirlenmiştir. Verilerin analizinde SPSS 29.0.1.0 (SPSS, SPSS Inc, Chicago, IL, USA) paket programından yararlanılmış, Bağımsız Örneklerde T-Testi kullanılmıştır. Analiz sonucunda çalışmaya katılan dağcılarda normal vücut kütle indeksine (24.59±2.12), normal vücut yağ yüzdesine (12.77±4.29) ve mezomorfik endomorf (4.56-4.15-1.99) özelliklere sahip oldukları ortaya çıkmıştır. Literatür taramada bulgular arasında yapılan T-Test sonucunda tırmanışçıların endomorfik (t=5.086; p<.001) ve ektomorfik (t=-8.386; p<.001) özelliklerinde istatistiksel açıdan anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir. Sonuç olarak Alpin tırmanışçıların mezomorfik endomorf vücut yapısının özelliklerini sergiledikleri, normal yağ yüzdesine ve vücut kütle indeksine sahip oldukları belirlenirken somatotip özellikleri bakımından daha önceki çalışmalara göre Alpin tırmanıcıların 4.4.3 Dengeli Somatotip değerlendirmesinin, 5.4.2 Mezomorfik – Endomorfik özelliği yönüne değiştiği belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Alpin Tırmanış, Dağcılık, Antropometri, Somatotip

Anthropometric Measurements and Somatotype Determination in Adult Climbers

In mountaineering sport, climbing is performed in separate techniques such as alpine style climbers, expedition climbers, rock climbers. The aim of this study is to compare the anthropometric measurement parameters and to determine the body somatotype of the adults who do sports and the individuals who do Alpine style climbing in the mountaineering branch. The sample of the study consists of 40 men who are active mountaineering athletes, Alpine style climbers, with an average age of 27.05±2,891 years. Age, height, body weight, skin fold thickness (triceps, subscapular, supraspinal, calf, suprailiac, biceps, thigh, chest), circumference (biceps, calf, forearm, waist circumference) and diameter (femur, humerus) measurements of the athletes participating in the study were taken as part of the research. While body fat percentage was calculated by Jackson and Pollock formula, somatotype characteristics were determined by using Heath-Carter method. In the analysis of the data, SPSS 29.0.1.0 (SPSS, SPSS Inc, Chicago, IL, USA) package program was used and T-Test was used in Independent Samples. As a result of the analysis, the climbers participating in the study had normal body mass index (24.59±2.12), normal body fat percentage (12.77±4.29) and mesomorphic endomorph (4.56-4.15-1.99) it has been revealed that they have characteristics. As a result of the T-Test performed among the findings in the literature review, the endomorphic Deceleration of climbers (t=5.086; p<.001) and ectomorphic (t=-8.386; p<.001) it was found that there was a statistically significant difference in their characteristics. As a result, it was determined that Alpine climbers exhibit the characteristics of mesomorphic endomorphic body structure, have normal fat percentage and body mass index, while in terms of somatotype characteristics, it was determined that the 4.4.3 Balanced Somatotype assessment of Alpine climbers has changed to the 5.4.2 Mesomorphic – Endomorphic characteristic direction according to previous studies.

Keywords: Alpine Climbing, Mountaineering, Anthropometry, Somatotype

SB42

Fransız Kontrast Yönteminin Aktivasyon Sonrası Performans Artışına Etkisi

Bürhan SOYUGÜR¹, Fatma GÖZLÜKAYA GİRGİNER¹, Bilal Utku ALEMDAROĞLU¹

¹Pamukkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Denizli, Türkiye

Giriş ve Amaç: Futbol, kısa süreli yüksek şiddetli aktiviteleri içeren aerobik temelli anaerobik bir spordur. Bir müsabaka sırasında futbolcular kısa toparlanma aralıklarıyla hızlanma, yavaşlama, yön değiştirme ve sıçrama gibi 1000 ila 1400 arasında aktiviteyi gerçekleştirirler. Futbolda, bu aktiviteleri hızlı ve patlayıcı bir şekilde gerçekleştirebilme kapasitesi, atletik performans düzeyini artırmak için kazanılması gereken en önemli özelliklerden biri olduğu bilinmektedir. Bu bağlamda patlayıcılığı geliştirmek için birçok yöntem bulunmaktadır. Bu yöntemlerden bazıları; geleneksel pliometrikler, olimpik kaldırışlar ve pliometrik tabanlı kombine (bileşik, kompleks, kontrast, Fransız Kontrast) antrenman yöntemleridir. Literatür incelendiğinde pliometrik tabanlı kombine antrenman yöntemlerinin kronik olarak performansı diğer yöntemlerden daha fazla etkilediği gözlemlenmektedir. Ancak bu antrenman yöntemleri hakkında akut olarak gerçekleştirilen çok az sayıda çalışma bulunmaktadır. Buna ek olarak Fransız kontrast yönteminde akut olarak gerçekleştirilen bir çalışma bulunmamaktadır. Bu nedenle bu çalışmanın amacı Fransız kontrast yönteminde Aktivasyon Sonrası Performans Artışı (ASPA) etkisini farklı dinlenme sürelerinde analiz etmek ve Fransız kontrast yönteminin futbolcuların maksimal kuvvet seviyelerine göre uygulanabilirliğinin yorumlanmasıdır.

Yöntem: Bu çalışmaya U16 kategorisinde oynayan 19 genç erkek futbolcu (Ortalama \pm SS: Ortalama yaş: $15,47 \pm 0,51$ yıl; vücut ağırlığı: $59,58 \pm 7,36$ kg; boy uzunluğu: $171,06 \pm 6,67$ cm; 1TM skuat: $88,15 \pm 14,85$ kg) katılmıştır. Çalışma, aralarında 48 saat olan 2 günde tamamlanmıştır. Çalışmanın birinci gününde antropometrik ölçümler ve skuat egzersizi üzerinden bir tekrar maksimum ölçümü gerçekleştirilmiştir. Daha sonrasında sporcular maksimal kuvvet seviyelerine göre iki gruba (Yüksek 1 tekrar maksimum: 1TM Skuat > vücut ağırlığının 1,5 katı; Düşük 1 tekrar maksimum: 1TM Skuat < vücut ağırlığının 1,5 katı) ayrılmıştır. Çalışmanın ikinci gününde ise Fransız kontrast yöntemi uygulanmıştır. Fransız kontrast uygulamasının öncesinde ve sonrasında 4, 8 ve 12. dakikalarda aktif sıçrama ölçümleri kaydedilmiştir.

Bulgular: Yapılan tekrarlı ölçümlerde varyans analizi sonucunda sıçrama değerleri üzerinde önemli bir zaman etkisi gözlemlenmiştir ($F = 4.370$, $p = 0.008$, $\eta^2 = 0.204$, $ICC = 0.984$, büyük etki boyutu). Yapılan post hoc Bonferroni sonuçlarına göre ön test sıçrama değerleri (33.28 ± 4.72) ile 4. dakikadaki sıçrama değerleri (34.6 ± 5.69 cm) arasında anlamlı fark ($p = 0,037$) bulunmuştur. Ancak 8. (33.54 ± 5.88 cm) ve 12. (33.29 ± 5.69 cm) dakikalardaki sıçrama değerlerinde anlamlı fark bulunmamıştır. Buna ek olarak yapılan analiz sonucunda sıçrama değerleri üzerinde önemli bir ($F = 2.876$, $p = 0.045$, $\eta^2 = 0.145$, büyük etki boyutu) grup* zaman etkisi gözlemlenmiştir. Yapılan post hoc Bonferroni sonuçlarında düşük maksimal kuvvet seviyesine sahip grubun ön test ($30,67 \pm 4,08$ cm), 4 ($30,97 \pm 5,01$ cm), 8 ($30,4 \pm 5,33$ cm) ve 12. ($29,54 \pm 5,31$ cm) dakikalardaki sıçrama yükseklikleri arasında anlamlı fark ($p > 0,05$) gözlemlenmemiştir. Maksimal kuvvet seviyesi yüksek olan grupta ise ön test değerleri ($35,63 \pm 4,11$ cm) ile 4. dakikadaki sıçrama değerleri ($37,87 \pm 4,16$ cm) arasında anlamlı fark ($P < 0,05$) gözlemlenmiştir. Ancak 8. (36.37 ± 5.03 cm) ve 12. (36.68 ± 3.58 cm) dakikalardaki sıçrama değerlerinde anlamlı fark bulunmamıştır ($p > 0,05$).

Sonuç: Sonuç olarak, bu çalışma genç erkek futbolcularda Fransız kontrast yöntemi sonrasında dört dakikalık dinlenme süresinde PAPE etkisini gösterirken bu etkinin maksimal kuvvet seviyesi daha yüksek olan futbolcularda daha önemli olduğunu göstermektedir. **Öneriler:** Araştırmamız sonucunda, spor bilimcilere ve antrenörlere Fransız kontrast yönteminden sonra PAPE etkisini ortaya çıkarmak için en uygun dinlenme süresi olan 4 dakikayı kullanmaları önerilebilir. Ayrıca Fransız kontrast yöntemi yüksek maksimal kuvvet seviyesi gerektirdiğinden uygun dönemlerde kullanılması önerilebilir. Son olarak literatürde PAPE etkisini ve Fransız kontrast yöntemini değerlendiren çok az sayıda çalışma bulunmaktadır. Bu nedenle ileriki çalışmalarda bu konu değerlendirilebilir.

Anahtar Kelimeler: Fransız Kontrast, Aktivasyon Sonrası Performans Artışı, CMJ

The Effect of French Contrast on Post Activation Performance Enhancement

Introduction and Purpose: Football is an aerobic-based anaerobic sport that includes short-term high-intensity activities. During a match, football players perform between 1000 and 1400 activities such as acceleration, deceleration, change of direction and jumping with short recovery intervals. In football, it is known that the capacity to perform these activities quickly and explosively is one of the most important characteristics that must be acquired to increase the level of athletic performance. In this context, there are many methods to develop explosiveness. Some of these methods are traditional plyometrics, olympic lifts and plyometric-based combined training (Compound, Complex, Contrast, French Contrast). When the literature is examined, it is observed that plyometric-based combined training methods affect performance chronically more than other methods. However, there are very few studies performed acutely on these training methods. In addition, there is no study performed acutely on the French contrast method. Therefore, the aim of this study is to analyze the effect of Post-Activation Performance Enhancement (PAPE) in the French contrast method at different resting times and to interpret the applicability of the French contrast method according to the maximal strength levels of football players. **Method:** In this study, 19 young male football players in playing U16 category were included (Average \pm SD: Average Age: $15,47 \pm 0,51$ year; body weight: $59,58 \pm 7,36$ kgs; body height: $171,06 \pm 6,67$ cm; 1TM squat: $88,15 \pm 14,85$ kgs). The study was completed in 2 days at 48-hour interval. In this context, on the first day of the study through anthropometric measurements and one repetition maximum measurements in squat exercise. Then, the football players were divided into two groups by their maximal strength level (High one repetition maximum: 1RM Squat $> 1,5$ times of their body weight; Low one repetition maximum: 1RM Squat $< 1,5$ times of their body weight). On the second day of the study the French contrast method was applied. The French Contrast method, countermovement jumping measurements were also recorded in the minutes 4, 8 and 12. **Results:** In the repeated measurement anova, a remarkable time effect was observed concerning the countermovement jump rates based on the analysis ($F = 4.370$, $p = 0.008$, $\eta^2 = 0.204$, $ICC = 0.984$, large effect size). According to post hoc Bonferroni results, there is a remarkable difference between the pre countermovement jumping rates in the (33.28 ± 4.72) and the countermovement jumping rates in the minute 4 (34.6 ± 5.69 cm). However, there aren't any meaningful difference between the minute 8 (33.54 ± 5.88 cm) and the minute 12 (33.29 ± 5.69 cm). In addition to these results, the analysis on countermovement jumping rates showed an important group*time effect on countermovement jumping rates ($F = 2.876$, $p = 0.045$, $\eta^2 = 0.145$, large effect size). According to the post hoc Bonferroni analysis, for the group which has low maximal strength, the pre-test ($30,67 \pm 4,08$ cm) during the minute 4 ($30,97 \pm 5,01$ cm) and the minute 8 ($30,4 \pm 5,33$ cm) and the minute 12 ($29,54 \pm 5,31$ cm). There is not a meaningful difference ($p > 0,05$) between their countermovement jumping rates. Concerning the group whose maximal strength level is high, it is pre-test values ($35,63 \pm 4,11$ cm) and the countermovement jumping there is a remarkable difference between values during the minute 4 ($37,87 \pm 4,16$ cm). However, there aren't any meaningful difference between the minute 8 ($36,37 \pm 5,03$ cm) and the minute 12 ($36,68 \pm 3,58$ cm). **Conclusion:** As a result, this study indicates that PAPE shows its effect on the young male football players during the 4-minute relaxation period after the French Contrast Method and this effect is more important for the football players whose maximal strength level is higher. **Suggestions:** As a result of this study, it is suggestible that sport scientist and coaches make use of the 4-minute recovery time as the most ideal period to enhance the PAPE effect following the French Contrast Method. In addition, they can benefit from the French Contrast Method in suitable periods because it is an also experience of strength training. Last, there are very few studies. Into the PAPE effect and French Contrast Method; therefore, this study could be used in following studies.

Key Words: French Contrast, Post Activation Performance Enhancement, CMJ

SB43

Voleybolcularda Farklı Isınma Protokollerinin Patlayıcı Kuvvet Üzerine Etkileri

Safa İlkin MERİÇLİ¹, Murat TUTAR¹

¹Nişantaşı Üniversitesi, Hareket ve Antrenman Bilimleri, İstanbul

Voleybol, içerdiği dikey sıçrama, ileriye sıçrama ve baş üstü top fırlatma gibi patlayıcı kuvvet hareket paternlerini temel alan bir spor branşıdır. Bu araştırma kadın voleybolcularda inhibisyon ve mobilizasyon tekniklerinin patlayıcı kuvvet çıktıları üzerine etkilerini belirlemeyi amaçlamıştır. Çalışmaya İstanbuldaki bir voleybol takımının 18-27 yaş aralığındaki 13 kadın gönüllü sporcu katılmıştır. Gönüllüler randomize olarak belirlenmiş ve Foam Roller Grubu (FRG, n=7) ve Aktivasyon Grubu (AG, n=6) olmak üzere ikiye ayrılmıştır. Sporculara uygulanan hareketler hem FRG hemde AG'de voleybolda sürekli kullanılan kas grupları dikkate alınarak seçilmiştir. Foam roller grubu, tek set ve 30 saniyeden oluşan, yumuşak silindir köpük ile gastrocnemius, biceps femoris, TFL (band), Piriformis ve latissimus dorsi kas gruplarına yönelik doku uygulanması yapmıştır. Aktivasyon grubu ise; 2 set 20 saniye süren, 4 hareketten oluşan mini band abduksiyon, swiss ball prone cobra, swiss ball lying leg ekstensiyon, mini band tibialis pull hareketlerini uygulamıştır. Tüm sporculara çalışmadan bir gün önce ölçüm olarak dikey sıçrama (DS), ileriye sıçrama (İS) ve baş üstü top fırlatma (BF) uygulanmıştır. Her iki grup için de FRG ve AG çalışmaları tamamlandıktan sonra patlayıcı kuvvet çıktıları üzerindeki etkilerini belirleyebilmek için ön testte uygulanan DS, İS ve BF tekrar uygulanarak ölçümler kaydedilmiştir. Çalışmanın istatistiksel analizi SPSS 25.0 programı ile yapılmış anlamlı farklılık bulunamamıştır (DS 0.086; İS 0.886; BF 0.174). Fakat İS testinde FRG'de ön-son test ölçümünde ise istatistiksel olarak negatif sonuç bulunmuştur FRG (ön $2,12 \pm 0,16$; son $1,99 \pm 0,14$). Sonuç olarak sportif performans öncesi kısa süreli FR ve aktivasyon uygulamalarının yapılmasında herhangi bir sakınca görülmemekle birlikte, sakatlık risklerinin minimize edilebilmesi için yapılması sonucuna varılabilir.

Anahtar kelimeler: Patlayıcı kuvvet, İnhibisyon, Mobilizasyon, Voleybol

Effect of Different Warm-Up Protocols on Explosive Power in Volleyball Players

Volleyball is a sport that is based on explosive power movement patterns such as vertical jump, horizontal and overhead ball throw. This study aimed to determine the effects of inhibition and mobilization techniques on explosive power outputs in female volleyball players. Thirteen female volunteer athletes aged between 18-27 years from a volleyball team in Istanbul participated in the study. Volunteers were randomly assigned to two groups: the Foam Roller Group (FRG, n=7) and the Activation Group (AG, n=6). The movements applied to the athletes were selected considering the muscle groups used in volleyball in both the FRG and AG. The Foam Roller Group applied tissue massage to gastrocnemius, biceps femoris, TFL (band), piriformis, and latissimus dorsi muscle groups using a soft foam roller for one set of 30 seconds. The Activation Group applied mini band abduction, swiss ball prone cobra, swiss ball lying leg extension, and mini band tibialis pull exercises for 2 sets of 20 seconds. One day before the study, vertical jump (VJ), standing long jump (SLJ), and overhead ball throw (OBT) were applied to all athletes as measurements. After completing FRG and AG exercises for both groups, measurements were recorded by reapplying VJ, HJ and OBT in the pre-test to determine the effects of these exercises on explosive power outputs. Statistical analysis of the study was performed using the SPSS 25.0 program and no significant differences were found (VJ 0.086; SLJ 0.886; OBT 0.174). However, a statistically negative result was found in the pre- and post-test measurements of the HRJ test in the FRG (pre 2.12 ± 0.16 ; post 1.99 ± 0.14). As a result, it can be concluded that there is no harm in performing short-term foam rolling and activation exercises before sports performance, and it can be done to minimize the risk of injury.

Key Words: Explosive Power, Inhibition, Mobilization, Volleyball

SB44

Hentbolda Atış Hızı ve Atış İsabetine Etki Eden Parametrelerin İncelenmesi

Sezer TANRIÖVER¹, Kerem Can YILDIZ¹ Mehmet Ali KANI¹, Neslihan AKÇAY², Mustafa Şakir AKGÜL²

¹ Karabük Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

² Karabük Üniversitesi Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Hasan Doğan BESYO

Giriş: Hentbol güç, maksimal kuvvet, hız, dayanıklılık, denge gibi parametrelerin önemli olduğu bir takım sporudur. Şut ve isabetli şut hentbolda büyük önem taşımaktadır. Bunun içinde üst ve alt ekstremiteler arasındaki güç aktarımı dolayısıyla statik ve dinamik denge önemli bir faktördür. **Amaç:** Bu bağlamda çalışmanın amacı, hentbolcularda kuvvet, statik ve dinamik denge parametrelerinin atış hızına ve isabetine etkisinin değerlendirilmesidir. **Yöntem:** Çalışma ölçümleri iki günde tamamlanmıştır. Sporculara iki farklı günde 10 dakika dinamik ve statik ısınma protokolü uygulandıktan sonra, birinci gün vücut kompozisyonu, statik ve dinamik denge, el kavrama kuvveti, omuz rotasyon kuvvet testleri yapılmıştır. İkinci gün ise sporcular hentbol sahasında atış hızı ve isabet testlerine tabi tutulmuştur. Elde edilen parametreler arasında ilişkinin olup olmadığını tespit etmek için Spearman Rank Korelasyon uygulanmıştır. İstatistiksel olarak anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ olarak kabul edilmiştir. **Bulgular:** Vücut kompozisyonu, dinamik denge, kavrama kuvveti ve izokinetik kuvvet ile atış hızı arasında pozitif korelasyon görülmüştür. Statik denge ile atış hızı arasında negatif korelasyon görülmüştür. Vücut kompozisyonu, kavrama kuvveti ve izokinetik kuvvet ile atış isabeti arasında negatif korelasyon görülmüştür. **Sonuç:** Vücut kompozisyonu, statik denge, dinamik denge ile atış hızı arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmamıştır. El kavrama kuvveti, dominant ve nondominant kol omuz rotasyon kuvveti ile atış isabetinin anlamlı ilişkisi bulunmamıştır. Baskın kol yağı, vücut kompozisyonu, dominant el kuvveti ile atış hızı arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Dominant ve nondominant kol omuz internal rotasyon kuvveti ile atış hızı arasında anlamlı ilişki tespit edilmiştir ($p < 0.05$). **Öneri:** Gelecek çalışmalarda atış hızı ve isabetine etki edebilecek diğer parametreler çalışılabilir. **Anahtar Kelimeler:** Atış hızı, denge, hentbol, isabetli şut, kuvvet.

Investigation of Parameters Affecting Shooting Speed and Shot-making in Handball

Introduction: Handball is a team sport in which parameters such as power, maximal strength, speed, endurance and balance are important. Shooting and shot-making are of great importance in handball. In this, static and dynamic balance are important factors due to the power transfer between the upper and lower extremities. **Purpose:** The purpose of the study is to evaluate the effects of strength, static and dynamic balance parameters on shooting speed and shot-making in handball players. **Materials and Methods:** Study measurements were completed in two days. After 10 minutes of dynamic and static warm-up protocols were applied to the athletes on two different days, body composition, static and dynamic balance, hand grip strength, shoulder rotation strength tests were performed on the first day. On the second day, the athletes were subjected to shooting speed and shot-making tests in the handball field. Spearman Rank Correlation was applied to determine whether there is a relationship between the obtained parameters. The statistical significance level was accepted as $p < 0.05$. **Findings:** There was a positive correlation between body composition, dynamic balance, grip strength and isokinetic strength and shooting speed. Negative correlation was observed between static balance and shooting speed. Negative correlation was observed between body composition, grip strength and isokinetic strength and shot-making. **Results:** There was no statistically significant relationship between body composition, static balance, dynamic balance and shooting speed. No significant relationship was found between hand grip strength, dominant and nondominant arm shoulder rotation strength and shot-making. A significant relationship was found between dominant arm fat, body composition, dominant hand strength and shooting speed. A significant relationship was found between the dominant and non-dominant arm-shoulder internal rotation strength and the shooting speed ($p < 0.05$). **Suggestions:** In future studies, other parameters that may affect the shooting speed and shot-making can be studied.

Keywords: Balance, handball, shooting speed, shot-making, strength.

SB45

Çocuklarda Basketbola Yönelim Faktörleri

Burak ERDOĞAN¹, E. Levent İLHAN¹

¹Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi / Ankara

Çocukların spora yönelimine etki eden farklı unsurlar olabilmektedir. Bu araştırmanın amacı basketbol oynayan çocukların, bu spora yönelim nedenlerinin ebeveynlerin görüşleri doğrultusunda betimlenmesidir. Bu amaçla çocukları farklı kulüplerin alt yapılarında basketbol oynayan n=140 ebeveyn bu araştırmanın çalışma grubunu oluşturmaktadır. Araştırma, nitel araştırma yaklaşımlarından tarama modelinde tasarlanmıştır. Veri toplama aracı olarak, ebeveynlerin kişisel görüş ve yargılarının temeline inmek için yapılandırılmamış görüşme formu kullanılmıştır. Elde edilen veriler temelde çocuklar kaynaklı ve ebeveyn-çevre kaynaklı olmak üzere 2 genel kategoride toplanmıştır. Bu kategorilerin altında diğer faktörler sınıflandırılmıştır. Verilerin tanımlayıcı istatistikleri yapılarak [frekans (f) ve yüzde (%) değerleri] tablo ve şekillerle ifade edilmiştir. Araştırma sonucunda çocuklar kaynaklı yönelim nedenlerinin %35 , anne-babalar kaynaklı yönelim nedenlerinin %65 olduğu bulunmuştur. Anne babalar basketbolu çocuklarının gelişim boyutlarından en çok fiziksel gelişim ve sağlıklı yaşamla ilişkilendirmişlerdir. Araştırmaya katılan ebeveynlerin basketbolun tüm gelişimsel boyutlara olumlu katkısı konusunda farkındalık düzeylerinin yüksek olduğu; bu spora yatkınlık açısından ise çocukların isteklerinden çok anne-babaların yönlendirmeleri daha etkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar kelimeler: Basketbol, spora yönelim, çocuklar, gelişim

Children's Orientation Factors in Basketball

There may be different factors that affect children's orientation towards sports. The aim of this research is to describe the reasons for the children playing basketball, in line with the views of their parents. For this purpose n=140 parents whose children play basketball is the study group of this research. The research was designed in screening model in qualitative research approaches. As a data collection tool, unstructured interview form was used in order to get to the bottom of the personal opinions and judgments of the parents. The causes of children's tending to skating asked to parents. Answers were categorized into two main groups as the causes that are derived from parents and the causes derived from children. The other factors were categorized under these two main groups. Descriptives and frequencies of the data were shown on tables. It was discovered that % 35 of tending to skating was derived from children and % 65 of tending to skating was derived from parents. Parents associated swimming mostly with physical development and healthy life among the developmental dimensions of their children. It was concluded that the parents participating in the research have a relatively high awareness level with respect to the positive contribution of basketball to all the developmental dimensions; and in terms of the tendency to this sport, guidance of the parents is more effective than the desire of the children.

Keywords: Basketball, sports orientation, children, development.

SB46

Öğretmen Kimliğinin Instagram Yansıması: Netnografik bir Araştırma

Esra KILIC¹, Kıvanç SEMİZ²

¹Giresun Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor ABD, Giresun

²Giresun Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Giresun

Giriş ve Amaç: Sosyal medya; kişisel profil oluşturma, içerik oluşturma ve sosyalleşme olanaklarıyla eğitim programına doğru bir şekilde uyarlandığında öğretmenler ile öğrenciler arasındaki mesafeyi azaltarak katılımın artırılmasını sağlayabilmektedir. Etkileşimler sonucu ortak paydada birleşen toplulukların sanal dünyada yeni bir kültür meydana getirdiği bilinmektedir. Bu bağlamda sosyal medyadaki eğitim içeriklerini kültür analizi de denilen etnografi ile dijital araçların özelliklerini bir araya getiren yeni bir nitel araştırma türü olan netnografi çalışmaları ile incelemek mümkündür. Bu çalışmanın amacı, Instagram uygulamasını aktif bir şekilde kullanan bir beden eğitimi öğretmenin, öğretmenlik kimliği oluşturma sürecinin incelenmesidir. **Yöntem:** Bu araştırmada etnografya (kültür bilim) ve teknoloji ilişkisinin harmanlandığı netnografi araştırma türü temel alınmıştır. Dijital etnografya da denilen netnografi; görünürde sanal dünyada meydana gelen etkileşimlerin yansıması gibi adlandırılrsa da, küresel seviyede incelenen farklı toplulukların gerçek kültür öğelerini internet ağları aracılığı ile gözlemlendiği bir araştırma türüdür. Araştırma kapsamında yaklaşık 50 bin takipçi sayısı ile beden eğitimi ve eğitsel oyunlar kapsamında Instagram platformunda varlık gösteren bir öğretmen çalışmaya katılmıştır. Yapılandırılmış görüşme ile toplanan verilerin çözümlemesi yapılmıştır. MaxQDA programı kullanılarak alanında uzman ikinci bir araştırmacı ile tematik içerik analizi gerçekleştirilmiştir. **Bulgular:** Tematik içerik analizi sonucu dört ana tema ortaya çıkmıştır. Bunlar sırasıyla Profil Kapsamı, Gereklikler, Reaksiyon Yolları ve Öğretmenlik İlkeleri ve Tutumları'dır. **Sonuç:** Araştırma kapsamında sosyal medya üzerinden öğretmenlik kimliğini inşaa eden bir beden eğitimi öğretmenin, teknoloji çağında öğrencilere rol model olarak çeşitli oyun tasarımları ve ders içerikleri sunumunun yansımalarına yer verilmiştir. **Öneriler:** Son yıllarda sosyal medyada göze çarpan öğretmen sosyal medya fenomenlerinin (Influencer) gözünden öğretmenlik kimliğinin dijital ortamlara yansıması üzerine hedef kitle ile iletişim, sponsorluk gibi maddi konular ve mesleki gelişim motivasyonu açısından çevrimiçi platformların rolü üzerinde düşünülmesi gerekmektedir.

Anahtar Kelimeler: Sosyal medya, öğretmenlik kimliği, netnografi

Teacher Identity Reflection on Instagram: A Netnographic Research

Introduction and Purpose: Creating an online profile and content, and socialization opportunities, social media can increase participation by reducing the distance between teachers and students when education programs properly adapted. Communities unite on a common ground as a result of interactions, which creates a new culture in the virtual world. In this context, it is possible to examine the educational content in social media with netnography studies, which is a new type of qualitative research that combines the characteristics of ethnography and digital tools, also called cultural analysis. The purpose of this study is to examine the process of creating a teaching identity of a physical education teacher who actively uses the Instagram for professional purposes. **Method:** This research is based on a netnography research, which blends the relationship between ethnography (cultural science) and technology. Netnography, also called digital ethnography; is a reflection of the interactions that occur in the virtual world, in which the real cultural elements of different communities examined at the global level through internet networks. Within the scope of the research, a teacher who has a presence on the Instagram platform within the scope of physical education and educational games with approximately 50 thousand followers participated in the study. The data were collected through structured interviews. Using the MaxQDA program, thematic content analysis was carried out with a second researcher who is an expert in his field. **Findings:** According to the results of the thematic content analysis, four main themes emerged as the scope of teacher profile, Necessities, Reaction Paths, and Teacher Principles and Attitudes. **Conclusion:** Within the scope of the research, the reflections of a physical education teacher were presented who built his teaching identity through social media, presenting various game designs and course contents as a role model to students in the age of technology. **Recommendations:** It is necessary to think about the role of online platforms such as communication with the target audience, sponsorship and professional development motivation, teaching identity on digital environments from the perspective of teacher influencers who have been prominent in social media in recent years.

Keywords: Social media, teacher identity, netnography

SB47

Sporcu Öğrencilerin Empati Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi

Salih KARA¹, Selinay YILDIRIM¹

¹*Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği*

Bu araştırma sporcu öğrencilerin spor ortamında empati düzeylerini bazı değişkenler açısından incelemek amacıyla hazırlanmıştır. Araştırma nicel araştırma yöntemleri arasında yer alan tarama modeli benimsenerek tasarlanmıştır. Araştırma kapsamında araştırmacılar tarafından hazırlanan demografik bilgi formu ile spor ortamında empati (SEM) ölçeği veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Araştırma grubu 217'si erkek (%72,8), 81'i kadın (%27,2) olmak üzere toplam 298 sporcu öğrenciden oluşmaktadır. Araştırma kapsamında öğrencilerinden elde edilen verilerin istatistiki işlemlerinin gerçekleştirilmesi için IBM SPSS 25.0 paket programından faydalanılmıştır. Araştırma bulgularına bakıldığında cinsiyete göre ölçek alt boyutlarından olan sporda tahmin boyutunda anlamlı farklılık tespit edilmemiş sporda duygusal empati boyutunda anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Sporcu öğrencilerin daha önce kaptanlık yapma durumları ile sporda tahmin boyutu arasında anlamlı farklılık tespit edilirken, sporda duygusal empati boyutunda anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Sporcu öğrencilerin eğitim durumları, branşları ve yaşları ile ölçek alt boyutları arasında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Sonuç olarak sporda tahmin boyutunda erkek sporcu öğrencilerin puan ortalamasının daha yüksek olduğu sporda duygusal empati boyutunda ise kadın sporcu öğrencilerin daha yüksek puan ortalamasına sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Daha önce kaptanlık yapmayan sporcu öğrencilerin sporda tahmin ve sporda duygusal empati boyutlarında kaptanlık yapan sporculara göre daha yüksek puan ortalamasına sahip olduğu tespit edilmiştir. Diğer yandan lisans düzeyinde öğrenim gören sporcu öğrencilerin daha yüksek puan ortalamasına sahip olduğu, ortaöğretim öğrencilerinin ise sporda duygusal empati boyutunda daha yüksek puan ortalamasına sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Sporda tahmin ve sporda duygusal empati boyutlarında taekwondo branşı ile ilgilenen sporcu öğrencilerin en yüksek puan ortalamasına sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar kelimeler: Sporcu öğrenci, sporda tahmin, sporda duygusal empati

Examination of Athlete Students' Empathy Levels According to Some Variables

This research was prepared to examine the empathy levels of athlete students in the sports environment in terms of some variables. The research was designed by adopting the screening model, which is among the quantitative research methods. Within the scope of the research, the demographic information form prepared by the researchers and the empathy scale in the sports environment (SEM) scale were used as data collection tools. The research group consists of a total of 298 student-athletes, of which 217 (72.8%) are male and 81 (27.2%) are female. Within the scope of the research, IBM SPSS 25.0 package program was used to perform the statistical operations of the data obtained from the students. Considering the research findings, no significant difference was found in the estimation dimension in sports, which is one of the sub-dimensions of the scale according to gender, and a significant difference was found in the dimension of emotional empathy in sports. While a significant difference was found between the previous captainship status of the athlete students and the prediction dimension in sports, no significant difference was found in the dimension of emotional empathy in sports. No significant difference was found between the education levels, branches, and ages of the athlete students and the sub-dimensions of the scale. As a result, it was concluded that male athlete students had a higher average score in the prediction dimension in sports, and female athlete students had a higher average score in the emotional empathy dimension in sports. It has been determined that the athlete students who have not been captains before have a higher average score in the dimensions of prediction in sports and emotional empathy in sports than the athletes who have been captains in sports. On the other hand, it was concluded that the athlete students studying at the undergraduate level had a higher average score, while the secondary school students had a higher average score in the dimension of emotional empathy in sports. It has been concluded that the students who are interested in taekwondo have the highest average score in the dimensions of prediction in sports and emotional empathy in sports.

Keywords: Athlete student, prediction in sports, emotional empathy in sports

SB48

Antrenör Sosyal Medya Fenomenlerinin E-mentorluk Deneyimleri

Batuhan SEZEN¹, Kıvanç SEMİZ¹

¹Giresun Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Giresun, Türkiye

Giriş ve Amaç: Sosyal medya platformları, tüketicilerin belirli markalarla ilgili satın alma davranışlarını, deneyimlerini, beğenilerini ve tercihlerini ifade ettikleri güncel bir iletişim aracı haline gelmiştir. Gençler internet üzerinden ulaşabildikleri bedenlerini, sağlıklarını ve fiziksel zindeliklerini nasıl arttırabilecekleri hakkındaki bilgileri kullanmaktadırlar. Teknoloji ile birlikte sosyal medyanın da yaygınlaşması, sporda mentorluk gibi kavramların da internet üzerinden sağlanmasına yol açmıştır. E-mentorluk genellikle bir mentor ve danışanın belirli bir sosyal ağ üzerinden öğrenme, tavsiye, deneyim aktarma, teşvik etme tarzında karşılıklı yararlı bir ilişki olarak tanımlanır. Bu çalışmanın amacı, Instagram üzerinden antrenörlük hizmeti veren sosyal medya fenomenlerinin deneyimlerini incelemektir. **Yöntem:** Sosyal medya üzerinden antrenörlüğün sunumu konusunda benzer özellikler gösteren bireylere odaklanan bu çalışmada nitel araştırma yöntemlerinden bütüncül tek durum çalışması (Örnek Olay/Vaka Analizi) deseni temel alınmıştır. Amaçsal örnekleme yöntemi kullanılarak, Instagram üzerinden uzaktan antrenörlük (e-mentorluk) hizmeti verme ve belirli takipçi sayısı ile geniş kitleye hitap etme kriterleri ile seçilen toplam 7 vücut geliştirme (body building) antrenörü sosyal medya fenomeni çalışmaya katılmıştır. Yapılandırılmış görüşmeler yoluyla toplanan verilerin çözümlemesi yapılarak, MaxQDA programı aracılığıyla tematik içerik analizi gerçekleştirilmiştir. İnanırcılık (trustworthiness) için Alanda uzman ikinci bir araştırmacı ile analiz yapıldığından araştırmacı üçlemesi (triangulation) sağlanmıştır. Ayrıca katılımcı teyidi alınmıştır. **Bulgular:** Antrenörler ile yapılan görüşmeler sonrasında yapılan veri analizi sonucu bulgular dört ana tema altında sıralanmıştır: Maddi Kaygı, Psikolojik Zindelik, Etik Kaygılar ve İnfomal Uzaktan Eğitim. **Sonuç:** Instagram üzerinden uzaktan eğitim veren antrenörlerle yapılan görüşmelerde; beden sunumu ile öne çıkan kariyer planlaması ve maddi kaygı konusunda sosyal medya üzerinden iletişimin önemini vurguladıkları, antrenörlük hizmeti alan bireylere kimlik ve beceri gelişimi konularında katkı sağlarken etik kaygıların da göz önünde bulundurulması gerektiği görülmüştür. **Öneriler:** Sosyal medya üzerinden antrenörlük hizmeti veren bireylerin maddi kaygılar ön plana çıkmadan, antrenörlük hizmeti alan bireylerin ihtiyaçlarına odaklanması, sporcu-antrenör ilişkisinin infomal bir ortamda da sürdürülebilirliği için önem arz etmektedir.

Anahtar Kelimeler: Sosyal medya, e-mentorluk, antrenörlük

Coach Social Media Influencers' E-mentoring Experiences

Introduction and Purpose: Social media platforms have become a current communication tool where consumers express their purchasing behaviors, experiences, likes and preferences regarding certain brands. Young people use the information available on the internet about how they can increase their knowledge about health and physical fitness. The spread of social media usage along with technology has led to the concepts such as mentoring in sports offered over the internet. E-mentoring, a mutually beneficial relationship between a mentor and a client in the way of learning, advice, transferring experience, encourages people through a particular social network. The purpose of this study is to examine the experiences of social media influencers who provide sports coaching on Instagram. **Method:** As the study focuses on individuals with similar characteristics who provides coaching through social media, a holistic single case study design, one of the qualitative research methods, is implemented. Using the purposive sampling method, a total of 7 body building coaches were selected with the criteria of providing distance coaching (e-mentoring) service on Instagram and having a large audience with a certain number of followers. The data were collected through structured interviews. Thematic content analysis was carried out through the MaxQDA program. For trustworthiness, the researcher triangulation was provided with having a second researcher who is an expert in the field. In addition, member checking was obtained after each interview. **Findings:** As a result of the data analysis made after the interviews with the body building coaches, the findings were listed under four main themes: Financial Anxiety, Psychological Wellness, Ethical Concerns and Infomal Distance Education. **Conclusion:** Looking from the perspectives of coaches who provide distance education via Instagram; the importance of communication over social media in terms of career planning and financial anxiety, which stand out with body presentation, and that ethical concerns should also be taken into consideration while contributing to the identity and skill development of individuals who receive coaching services are important factors. **Recommendations:** It is important for the sustainability of the athlete-coach relationship in an infomal environment that the individuals who provide coaching services through social media focus on the needs of the individuals who receive coaching services without bringing financial concerns to the fore.

Keywords: Social media, e-mentoring, coaching

SB49

Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin İş Bulma Kaygısının Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi

Salih KARA¹, Selinay YILDIRIM¹

¹*Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği*

Bu araştırma spor bilimleri öğrencilerinin iş bulma kaygılarını bazı değişkenler açısından incelemek amacıyla hazırlanmıştır. Araştırma nicel araştırma yöntemleri arasında yer alan tarama modeli benimsenerek tasarlanmıştır. Araştırma kapsamında araştırmacılar tarafından hazırlanan demografik bilgi formu ile spor bilimleri öğrencilerinin iş bulma kaygısı ölçeği veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Araştırma grubunu spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören 94'ü erkek (%53,7), 81'i kadın (%46,3) olmak üzere toplam 175 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırma kapsamında öğrencilerinden elde edilen verilerin istatistiki işlemlerinin gerçekleştirilmesi için IBM SPSS 25.0 paket programından faydalanılmıştır. Araştırma bulgularına bakıldığında öğrencilerin iş bulma kaygısı ölçeğinden elde ettikleri puan ortalamasının cinsiyet, öğrenim türü, spor türü, aktif sporculuk durumu, bölümden memnun olma durumu, öğrencilerin bölümü isteyerek seçip/seçmeme durumu, sınıf, bölüm, kariyer planı, yaş ve bölümü tercih etme nedenleri arasında anlamlı farklılık tespit edilmezken öğrencilerin mezuniyet sonrası kamu sektöründe iş bulabilme düşüncesi, kariyer alanlarında eğitim/panellere katılma durumu, gelecek kaygısı hissetme durumu ile iş bulma kaygısı ölçeğinde elde ettikleri puan ortalaması arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Sonuç olarak erkek öğrencilerin kadın öğrencilere göre iş bulma kaygısının daha yüksek olduğu, öğrenim türüne göre ikinci öğretim eğitim gören öğrencilerin örgün öğretim gören öğrencilere göre iş bulma kaygısının daha yüksek olduğu, sporu bırakan öğrencilerin aktif spor yapan öğrencilere göre iş bulma kaygısının daha yüksek olduğu, bireysel spor yapan öğrencilerin takım sporu ile ilgilenen öğrencilere göre iş bulma kaygısının daha yüksek olduğu, okuduğu bölümden memnun olmayan öğrencilerin bölümden memnun olan öğrencilere göre iş bulma kaygısının daha yüksek olduğu, kariyer alanında eğitim/panellere katılmayan öğrencilerin eğitim/panellere katılan öğrencilere göre iş bulma kaygısının daha yüksek olduğu görülmüştür.

Anahtar kelimeler: Öğrenci, kaygı, iş bulma kaygısı

Investigation of Job Finding Anxiety of Faculty of Sports Sciences According to Some Variables

This research has been prepared to examine the job anxiety of sports science students in terms of some variables. The research was designed by adopting the screening model, which is among the quantitative research methods. Within the scope of the research, the demographic information form prepared by the researchers and the job anxiety scale of sports science students were used as data collection tools. The research group consists of 175 students, 94 (53.7%) male and 81 (46.3%) female, studying at the faculty of sports sciences. Within the scope of the research, IBM SPSS 25.0 package program was used to perform the statistical operations of the data obtained from the students. A significant difference was found between the students' idea of being able to find a job in the public sector after graduation, their participation in education/panels in their career fields, their feeling of future anxiety, and the average score they obtained in the job anxiety scale. As a result, male students have higher job-finding anxiety than female students, secondary education students have higher job-finding anxiety than formal education students, and students who quit sports have higher job-finding anxiety than students who actively do sports. Students who do sports have higher job-finding anxiety than students who are interested in team sports, students who are not satisfied with the department they study have higher job-finding anxiety than students who are satisfied with the department, students who do not attend training/panels in the field of career have higher job-finding anxiety than students who do participate in education/panels was found to be high.

Keywords: Student, anxiety, job-finding anxiety

SB50

Derslerinde Eğitsel Oyun Yöntemini Kullanan Çeşitli Branş Öğretmenlerinin Dersten Aldıkları Verimlilik Hakkındaki Görüşleri

Meryem ÇELİK¹ Meryem ALTUN EKİZ²

¹Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Yüksek Lisans Öğrencisi

²Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğretim Üyesi

Bu çalışmanın amacı; derslerinde eğitsel oyun yöntemini kullanan çeşitli branş öğretmenlerinin dersten aldıkları verimlilik hakkındaki görüşlerinin incelenmesidir. Bu araştırmada nitel araştırma desenlerinden durum çalışması kullanılmıştır. Veriler araştırmacı tarafından geliştirilen yarı yapılandırılmış görüşme formu ile toplanmıştır. Araştırmanın katılımcılarını 26-62 yaş aralığında ilkokul ile ortaokul kademelerinde görev yapan çeşitli branşlardan gönüllü 20 öğretmen oluşturmaktadır. Sorular, ders anlatım yöntemleri, derslerde eğitsel oyun kullanımı ve eğitsel oyunların etkilerine yönelik hazırlanmıştır. Yüz yüze görüşmeler yapılmış, ses kaydına izin vermediklerinden dolayı cevaplar araştırmacı tarafından not alınmıştır. Verilerin analizi için öncelikle katılımcıların cevapları araştırmacı tarafından bilgisayar ortamına aktarılmıştır. Daha sonra içerik ve betimsel analiz yapılmıştır. Sonuç olarak; öğretmenlerin derslerinde eğitsel oyun, örnek olay, tartışma, gösterip yaptırma gibi öğrencileri derste aktif kılan öğretim yöntemlerini kullandıkları görülmüştür. Öğretmenlerin tamamının derslerinde eğitsel oyun kullandığı ve bu öğretmenlerin neredeyse tamamının eğitsel oyunlar aracılığıyla kalıcı öğrenmeleri sağladıklarını ayrıca eğitsel oyunların derslerin verimliliğini, ders başarısını ve motivasyonu artırdığını belirtmişlerdir. Son olarak da öğretmenlerin derslerde dramatizasyon, ritmik oyunlar, dijital oyunlar, deneysel etkinlikler, kelime oyunları gibi öğrencilerin yaparak yaşayarak öğrenebilmelerini sağlayacak eğitsel oyunlar tercih ettikleri görülmüştür. Bu sonuçlara göre; eğitimde eğitsel oyunların kullanımını tüm branş öğretmenleri tarafından artırılmasını sağlayacak eğitimler, uygulamalar, plan ve programlar yapılabilir. Eğitsel oyun yöntemi ile kazandırılan sosyal becerilerin öğrenciler tarafından diğer derslere transfer edilme düzeyleri incelenebilir.

Anahtar kelimeler: Eğitsel oyunlar, ders verimliliği, branş öğretmenleri, sınıf öğretmenleri

Opinions of Various Branch Teachers Using the Educational Game Method in Their Lessons on the Efficiency They Get from the Lessons

The aim of this study; The aim of this study is to examine the opinions of various branch teachers who use the educational game method in their lessons about the efficiency they receive from the lesson. In this study, case study, one of the qualitative research designs, was used. Data were collected with a semi-structured interview form developed by the researcher. The participants of the study consist of 20 volunteer teachers from various branches who work at primary and secondary school levels between the ages of 26-62. The questions were prepared for the teaching methods, the use of educational games in the lessons and the effects of educational games. Face-to-face interviews were made and the answers were noted by the researcher since they did not allow audio recording. For the analysis of the data, the answers of the participants were first transferred to the computer environment by the researcher. Then, content and descriptive analysis were made. In conclusion; It has been observed that teachers use teaching methods such as educational games, case studies, discussion, demonstration and demonstration that make students active in the lesson. They stated that all of the teachers use educational games in their lessons and that almost all of these teachers provide permanent learning through educational games, and that educational games increase the efficiency, success and motivation of the lessons. Finally, it has been observed that teachers prefer educational games such as dramatization, rhythmic games, digital games, experimental activities, word games, which will enable students to learn by doing and experiencing. According to these results; trainings, practices, plans and programs can be made to increase the use of educational games in education by all branch teachers. The level of transferring the social skills gained by the educational game method to other courses by the students can be examined.

Keywords: Educational games, lesson efficiency, branch teachers, classroom teachers

SB51

Arama Kurtarma Dersi Perspektifinden Türkiye’de Spor Bilimleri Eğitimi

Fikret KAYHALAK¹ Mehmet GÜÇLÜ¹

¹Yozgat Bozok Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

Bu araştırmanın amacı Türkiye’deki mevcut üniversiteleri çeşitli değişkenler üzerinden analiz edip, müfredatında arama kurtarma dersi bulunan spor bilimleri bölümlerinin arama kurtarma derslerine ne sıklıkta yer verildiğini tespit etmek amaçlanmıştır. Araştırma 2022 yılı Yükseköğretim Bilgi Sistemi, YÖK Atlas ve üniversitelerin Bologna sürecine kayıtlı ders müfredatları aracılığı ile toplanan verilere betimsel analiz yöntemi uygulanmıştır. Yapılan analiz neticesinde; ülkemiz sınırları içerisinde 121’i devlet 82’si vakıf olmak üzere toplam 203 adet üniversite bulunmaktadır. 203 üniversitenin 105’inde spor bilimine dair bölüm bulunur iken 98’inde herhangi bir lisans eğitimi veren spor bilimleri bölümüne rastlanamamıştır. 84 Devlet üniversitesi özel yetenek sınavı ile öğrenci alır iken 24 devlet üniversitesi merkezi yerleştirme ile öğrenci almaktadır. Hem özel yetenek sınavı hem de merkezi yerleştirme ile öğrenci alan üniversite sayısı 19’dur. Devlet üniversitelerinde özel yetenek sınavı ile öğrenci alan üniversitelerin kontenjanı 11881 iken merkezi yerleştirme kontenjanı 1959’dur. Vakıf üniversitelerinde merkezi yerleştirme ile öğrenci alınmaz iken özel yetenek sınavı ile aldıkları öğrenci sayısı 2483 olup; devlet ve özel üniversitelerin toplam kontenjanı 16323’tür. 105 üniversitenin Spor bilimine dair bölümlerinin müfredatı incelendiğinde sadece 8 üniversitede arama kurtarma dersinin seçmeli ders olarak okutulduğu görülmüştür. Deprem ülkesi olan Türkiye’de afet bilincinin artması, afete müdahale de hızlı koordineli ve bilinçli olunması için fiziksel eforla ilişkili olan arama kurtarma faaliyetlerin Spor bilimleri bünyesinde zorunlu hale getirilmesi gerekmekte olup; afet anında kamu ile koordineli bir şekilde çalışılmasının sağlanması gerekmektedir.

Anahtar kelimeler: Arama kurtarma, Spor bilimleri, Üniversite

Sports Science Education in Turkey from the Perspective of Search and Rescue

The aim of this research is to analyze the existing universities in Turkey through various variables and to determine how often the search and rescue courses of sports science departments, which have search and rescue courses in their curriculum, are included. The descriptive analysis method was applied to the data collected through the 2022 Higher Education Information System, YÖK Atlas and the course curricula of the universities registered in the Bologna process. As a result of the analysis; There are a total of 203 universities, 121 of which are state universities and 82 are foundations, within the borders of our country. While 105 of 203 universities have departments on sports sciences, no undergraduate sports science departments could be found in 98 of them. While 84 state universities accept students with special talent exam, 24 state universities accept students with central placement. The number of universities that accept students with both special talent exam and central placement is 19. While the quota of the universities that admit students with a special talent exam in state universities is 11881, the central placement quota is 1959. While no students are admitted with central placement in foundation universities, the number of students they take with special talent exam is 2483; The total quota of public and private universities is 16323. When the curricula of sports science departments of 105 universities were examined, it was seen that search and rescue course was taught as an elective course in only 8 universities. In order to increase disaster awareness in Turkey, which is an earthquake country, and to be coordinated and conscious in disaster response, search and rescue activities related to physical effort should be made compulsory within the body of Sports Sciences; In the event of a disaster, it is necessary to work in coordination with the public.

Keywords: Search and rescue, Sports science, University

SB52

Öğrencilerin Bakış Açısıyla Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü: Bir SWOT Analizi

Hatice ÖNDER¹, Levent İLHAN¹

¹Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi / Ankara

Beden eğitimi ve sporun topluma yaygınlaşmasında belki de en önemli özne beden eğitimi ve spor öğretmenleridir. Öğretmen adaylarının lisans eğitimi süreçlerinde elde edecekleri kazanımlar, eğitim aldıkları bölümlerin ve mesleki beklentilerinin betimlenmesinin önemli olduğu düşünülmektedir. Bu araştırmada Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümünde lisans eğitimlerini sürdüren öğrencilerin bölümleri ile ilgili görüşlerinin SWOT analizi yaklaşımıyla ortaya konulması amaçlanmıştır. Araştırmada, derinlemesine ve ayrıntılı bilgi sağlama yönüyle ön plana çıkan nitel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Çalışma deseni ise, bir ya da birkaç özel durumu derinlemesine inceleyerek analiz etmek amacıyla kullanılan durum çalışması desenlerinden iç içe geçmiş durum çalışması modelidir. Araştırmanın çalışma grubunu 2022-2023 eğitim öğretim yılında Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümünde öğrenim gören toplam 53 öğrenci oluşturmaktadır. Çalışma grubunun oluşumunda kolay ulaşılabilir örnekleme kullanılmıştır. Araştırma verileri toplanmasında yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmış ve elde edilen verilerin betimsel analiz tekniği ile kategorik olarak bulgulanmıştır. Araştırmada öne çıkan bulgular doğrultusunda: En güçlü boyut olarak; bu meslek sayesinde gelecek nesillerin sağlıklı/zinde bir yapıda olmalarının sağlanması yönünde beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin etkili bir figür oldukları, zayıf yönlerin başında, devlet kadrolarına öğretmen olarak atanma zorluğunun belirginleştiği, antrenör olabilme ve farklı alanlarda iş bulabilme imkanının fırsat olarak algılandığı, beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümleri olan tercihin yıllara göre azalmasını ise tehdit olarak değerlendirdikleri görülmüştür. Sonuç olarak beden eğitimi ve spor öğretmen adaylarını güçlü, zayıf, fırsat ve tehdit boyutlarında mesleki yaklaşımların birinci planda yer aldığı görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, SWOT analizi, nitelik

Department of Physical Education and Sports with Students Perspective: A Swot Analysis

Physical education and sports teachers are possibly the most significant subject in the distribution of physical education and sports to society. It is believed that it is substantial to describe the benefits that teacher candidates would gain during their undergraduate studies, the departments they study in, and their aspirations for their careers. The purpose of this study is to use a SWOT analysis to uncover the opinions of students who continue their undergraduate studies in the Department of Physical Education and Sports regarding their departments. The research employed the qualitative research methodology, which stands out for offering in-depth and precise information. The nested case study model, which is one of the case study designs used to explore one or more specific instances in depth, is the study design employed in this research. The study group of the research consists of 53 students studying at Gazi University Faculty of Sports Sciences, Department of Physical Education and Sports in the 2022-2023 academic year. A simple sampling procedure was utilized to create the research group. The research data were gathered using a semi-structured interview form, and, the data were categorized by which using the descriptive analysis technique. According to the main conclusions of the study, physical education and sports teachers have been found to be a successful figure in guaranteeing that future generations are healthy and fit, thanks to this profession's strength. Furthermore, as a result of the findings, it was determined that the first weakness was that it became more difficult to be appointed as a teacher to the state staff. Another weakness was that it was perceived as a threat that the preference for physical education and sports teaching had been eroding over time. In conclusion, it has been determined that professional approaches are prioritised for candidates for the position of physical education and sports teacher in terms of strength, weakness, opportunity, and threat.

Keywords: Physical education and sports teaching, SWOT analysis, quality

SB53

Badminton Oyuncularında 6 Haftalık Antrenman Yüğü Takibi

Emre ARSLAN¹, Semra BIDİL¹, Serdar KOCAEKŞİ¹, Barış GÜROL¹

¹*Eskişehir Teknik Üniversitesi Hareket ve Antrenman Bilimleri Anabilim Dalı*

Giriş ve Amaç: Antrenman yüğü takibi, takım sporlarında bireysel sporlara oranla daha çok uygulanmaktadır. Özellikle futbol, basketbol ve voleybol antrenman yük takibi çalışmaları son yıllarda sıklıkla yapılırken, yapmış olduğumuz bu araştırmanın badminton sporunun antrenman yüğü takibi açısından önemli olduğu düşünülmektedir. Bu çalışmada badminton sporcularının 6 haftalık antrenman yük profillerinin objektif ve subjektif yöntemlerle belirlenmesi amaçlanmaktadır. **Yöntem:** Çalışmaya Eskişehir Gençlik Spor Kulübü sporcusu 7 erkek sporcu dahil edilmiştir (yaş: 14,5±1,27). Sporcular 6 hafta boyunca, haftanın 5 günü antrenmanlara dahil edilmiştir (30 seans). Çalışmamızda akut-kronik iş yüğü (AKİYO), zindelik durumu, nöromüsküler yorgunluk ve kalp atım hızı (KAH) değişkenleri arasındaki ilişki araştırılmıştır. Veri toplama araçları olarak boy uzunluğu ölçümü, vücut ağırlığı ölçümü, kalp atım hızı (KAH) ölçümü, dikey sıçrama ölçümü, zindelik anketi, algılanan zorluk derecesi (AZD) ölçümleri yapılmıştır. **Bulgular:** 6 haftalık süreçte yapılan ölçümlerde 3.haftada antrenman yükünün bir önceki haftaya göre %13,48'lik artış gösterdiği görülmüştür. Sporcuların 4.haftada zindelik (%10,54) ve dikey sıçrama (%3,79) verilerinde bir önceki haftaya göre düşüş görülmüştür. 4.ve 5.haftalarda antrenman yükünde %10,87'lik düşüş görülmüştür. Sporcuların 4. ve 5. haftalarda zindelik (%5,7) verilerinde artış görülmüştür. 6 haftalık KAH ölçümlerinde genel takım ortalaması Kah_{ort} 137 kah/dk (±3.71), KAH_{maks} genel ortalaması 189 kah/dk (±2,21) olarak ölçülmüştür. **Sonuç:** Genel olarak baktığımızda badmintonda antrenman yük takibinin yapılması sporcuların zindelik ve yorgunluk durumlarının belirlenmesi, optimum performans durumunun oluşması ve akut-kronik antrenman yüğü takibine göre sakatlıkların önüne geçilmesi açısından önemlidir. **Öneriler:** Araştırma grubu olarak daha üst yaş katılımcılar tercih edilebilir. Antrenman yük takibi süresi uzatılabilir.

Anahtar Kelimeler: Badminton, Antrenman Yüğü, Akut-Kronik İş Yüğü, Algılanan Zorluk Derecesi.

6-Weeks Training Load Monitoring in Badminton Players

Introduction and Purpose: Training load tracking is applied more in team sports than in individual sports. It is seen that there are very few training and competition follow-up studies related to badminton, which shows us that our work is extremely important. In this study, it is aimed to determine the 6-week training load profiles of badminton athletes by objective and subjective methods. **Method:** 7 male athletes from Eskişehir Youth Sports Club were included in the study (age: 14.5±1.27). Athletes were included in training 5 days a week for 6 weeks. In our study, the relationship between the variables of acute-chronic workload (ACWR), fitness status, neuromuscular fatigue and heart rate (HR) was investigated. As data collection tools, height measurement, body weight measurement, HR measurement, vertical jump measurement, vitality questionnaire, perceived difficulty level (RPE) measurements were made. **Results:** In the measurements made during the 6-week period, it was seen that the training load increased by 13.48% in the 3rd week compared to the previous week. A decrease was observed in the fitness (10.54%) and vertical jump (3.79%) data of the athletes in the 4th week compared to the previous week. In the 4th and 5th weeks, a 10.87% decrease was observed in the training load. There was an increase in the fitness (5.7%) data of the athletes in the 4th and 5th weeks. In the 6-week HR measurements, the overall team mean HR was 137 hr/min (±3.71), and the HR_{max} general average was 189 hr/min (±2.21). **Conclusion:** In general, it is important to follow the training load in badminton, to determine the fitness and fatigue status of the athletes, to get optimum performance and to prevent injuries. **Suggestions:** As the research group, older participants can be preferred. The training load tracking time can be extended.

Keywords: Badminton, Training Load, ACWR, Fitness Status, Rating of Perceived Exertion

SB54

Basketbolda Serbest Atışın Kinematik Analizi

Ali KAYA¹, Nusret RAMAZANOĞLU¹

¹Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri ve Sporcu Sağlığı Uygulama Araştırma Merkezi, İstanbul

Bu çalışmada basketbolda serbest atışın kinematik değerlerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma en az beş yıllık lisanslı basketbol özgeçmişleri olan beş erkek sporcu üzerinde yapılmıştır. Şut atışı sırasında dirsek ve el bileği eklemlerine ait kinematik değerlendirmeler notch wearable sensor cihazı ile ölçülmüştür. Eklem hareketinin düzlemsel konumlarını belirlemek için İpad Pro kamera (saniyede 240 kare çekim) yerleştirilerek hareketin simülasyonu eş zamanlı olarak sağlanmıştır. Hareketin gerçekleştiği düzlemde kalibrasyon işlemleri notch sensor kiti üreticisinin tavsiyelerine göre yapılmıştır. Araştırma sadece deneklerin çember ve potaya değmeden giren isabetli atışları dikkate alınmıştır. Notch wearable sensor aracılığıyla elde edilen veriler, BiomechTools yazılımı ile hareketin simülasyonu sayısallaştırılarak kayıt altına alınmıştır. Elde edilen değerler üzerinden sporcuların topu atış anına kadar olan dirsek eklem açıları, açılma hızları ve ivmeleri incelenmiştir. Araştırma sonucunda sporcular arasında serbest atışın dirsek eklem açıları arasında bir fark görülmemiştir. Bunun nedeni olarak serbest atışın statik düzlemde gerçekleşmesidir. Araştırma önerisi olarak basketbolda sıçrayarak atış (jump shoot) üzerinde yapılarak iki atış arasındaki kinematik ilişki incelenebilir.

Anahtar Kelimeler: Basketbol, Spor Biyomekaniği, Hareket Analizi, Kinematik Analiz

Kinematic Analysis of Free Throw in Basketball

In this study, it is aimed to investigate the kinematic values of free throw in basketball. The research was conducted on five male athletes with at least five years of licensed basketball resumes. Kinematic evaluations of the elbow and wrist joints during the shot were measured with the notch wearable sensor device. To determine the planar positions of joint movement, the Ipad Pro camera (shooting at 240 frames per second) was placed and the simulation of movement was simultaneously provided. Calibration operations in the plane where the movement takes place have been performed according to the manufacturer's recommendations of the notch sensor kit. The research only took into account the accurate shots of the subjects that entered the circle and crucible without touching. The data obtained through the Notch wearable sensor are recorded by digitizing the simulation of movement with BiomechTools software. The elbow joint angles, angular velocities and accelerations of the athletes up to the moment of throwing the ball were examined based on the obtained values. As a result of the research, there was no difference between the elbow joint angles of free throw among athletes. The reason for this is that the free throw takes place in the static plane. As a research proposal, the kinematic relationship between two shots can be examined by Deciphering the jump shot in basketball.

Keywords: Basketball, Sports Biomechanics, Motion Analysis, Kinematic Analysis

SB55

Farklı Dinlenme Aralıklarının Sprint Koşu Performansı Üzerine Etkilerinin İncelenmesi

Bedirhan Tolun¹, Aşkın Şentürk¹

¹Kocaeli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi, Kocaeli

Giriş: Isınma sonrası dinlenme zamanının bireye özgü olarak optimize edilmesi, farklı dinlenme aralıklarının anaerobik performansta sınanması çalışmamızın temel dayanağıdır. **Amaç:** Bu çalışmanın amacı sabit bir dinamik ısınma sonrası uygulanan farklı dinlenme aralıklarının sprint koşu performansına etkisini incelemektir. **Yöntem:** Çalışmamızda haftalık 4 saatten daha az egzersiz yapan 9 yetişkin erkek (ortalama; yaş $21,3 \pm 1,15$, boy uzunluğu $175,8 \pm 4,49$, vücut ağırlığı $72,2 \pm 7,61$, yağ yüzdesi $17,2 \pm 4,41$) yer almıştır. Katılımcılara 5 dakikalık aerobik ısınmayı takiben 9 hareketten oluşan bir dinamik ısınma protokolü uygulandı. Isınma sonrasındaki 0-60 saniye, 60-120 saniye ve 120-180 saniyelik dilimlerde, 30 saniye aralıklar ile 2 denemeden oluşan 30 metre sprint koşu testi gerçekleştirildi. 30 m sprint performansı içerisinde 10 m ve 20 m geçiş zamanları

da ölçüldü. Bu protokol, 24 saat dinlenme verilerek, 3 ayrı günde ve günün aynı saatinde randomize bir sırayla uygulandı. Analiz için her bir protokoldeki en iyi derece kayıt altına alındı. Katılımcıların yağ yüzdesi ve vücut ağırlığı Tanita BMI TBF-401A ile, boy uzunlukları SECA 213 stadyometre ile, 30 m sprint zamanları ise Sport Expert MPS501 telemetrik kronometre ile saptandı. Elde edilen veriler, IBM SPSS 25.0 programı kullanılarak analiz edildi. Verilerin normalliği Shapiro-Wilk testi ile sınıandı. Ardından Tekrarlayan Ölçümlerde ANOVA analizi ve Bonferroni düzeltmesi ile 3 farklı yöntem karşılaştırıldı. **Bulgular:** 0-60, 60-120 ve 120-180 saniyelik dinlenmelerin 30 m sprint dereceleri sırasıyla ort. $4,57\pm0,35$, $4,56\pm0,32$, $4,59\pm0,31$ saniye olarak ölçülmüştür. 30 m sprint performansı bakımından incelenen dinlenmeler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. **Sonuç:** Çalışmamız kapsamında sayısal bakımdan farklılıklar saptanmasına karşın istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar saptanmamıştır. **Öneriler:** Farklı dinlenme aralıkları ile farklı seviyelerdeki kişilere uygulanacak ısınma yöntemleri farklı sonuçlar oluşturabilir. Ayrıca ısınma bireysel bir durum olup, anaerobik uyarılma zamanı bireysel farklılıklar gösterebilir. Farklı zaman aralıkları denenerek, sporcular için de özellikle anaerobik performansa yönelik, ısınma sonrası en uygun dinlenme aralığı tayin edilebilir.

Anahtar kelimeler: dinamik ısınma, dinlenme aralığı, sprint performansı

Investigation of the Effects of Different Rest Intervals on Sprint Running Performance

Introduction: Optimizing the individual-specific rest time after warm-up and testing different rest times on anaerobic competition performance are the main basis of our study. **Aim:** This study aims to investigate the effect of different intermittent resting processes applied after a constant dynamic warm-up on sprint running performance. **Method:** 9 adult men (average; age 21.3 ± 1.15 , height 175.8 ± 4.49 , weight 72.2 ± 7.61 , fat percentage 17.2 ± 4.41) who exercised less than 4 hours per week took part in our study. A dynamic warm-up protocol consisting of 9 movements was applied to the participants after a 5-minute aerobic warm-up. After the warm-up, a 30 m sprint running test consisting of 2 attempts within 30 seconds was performed at 0-60 seconds, 60-120 seconds and 120-180 seconds. 10 and 20 meters of the sprints were recorded. This protocol was applied in a randomized order on 3 separate days and at the same time of the day, giving 24-hour rest. The best score in each protocol was recorded for analysis. The participants' fat percentage and body weight were measured with Tanita BMI TBF-401A, height was measured with SECA 213 stadiometer, and 30 m sprint times were measured with Sport Expert MPS501 telemetric stopwatch. The data were analyzed using IBM SPSS 25.0 program. The normality of the data was tested by Shapiro-Wilk test. Protocols were compared with Repeated Measures ANOVA analysis. **Results:** Participants' 0-60, 60-120 and 120-180 seconds of rest with 30 m sprints scores respectively mean $4,57\pm0,35$, $4,56\pm0,32$, $4,59\pm0,31$. There was no statistically significant difference between the rests examined in terms of 30 m sprint performance. **Conclusion:** Although there were numerical differences in our study, no statistically significant differences were found. **Recommendations:** Different rest intervals and warm-up methods to be applied to people at different levels may produce different results. In addition, warming up is an individual situation, and anaerobic stimulation time may show individual differences. By trying different time intervals, the most suitable rest interval can be determined for the athletes after warming up, especially for anaerobic performance.

Keywords: dynamic warm-up, rest intervals, sprint performance

SB56

Görme Engelli Bireylerde Karate Antrenmanlarıyla Birlikte Uygulanan PNF Germe Egzersizlerinin Oi Tsuki Chudan Teknik Performansı ve Gecikmiş Kas Ağrısı Üzerine Etkisinin İncelenmesi

Emre ÖZKAYA¹, Belma YAVASOĞLU², Sevde MAVİ VAR¹, Ceren SUVEREN ERDOĞAN³

¹Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Kırşehir.

²Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kırşehir.

³Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara.

Dünya Karate Federasyonu (WKF) engelli bireyleri karate sporuna teşvik etmek amacıyla karatenin uyarlanmış bir biçimi olarak para-karate disiplinini geliştirmiştir. Para-karatede 16 yaş ve üzeri görme engelli bireyler gerekli

uyarlamaların yapıldığı K-10 sınıfında kadın ve erkek ayrı olmak üzere iki kategoride müsabakalara sadece kata branşında katılım sağlayabilmektedir. **Amaç:** Bu çalışmada görme engelli bireylerde karate antrenmanlarıyla birlikte uygulanan PNF germe egzersizlerinin oi tsuki chudan teknik performansı ve gecikmiş kas ağrısı üzerine etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. **Materyal ve Yöntem:** Araştırmaya Mitat Enç Görme Engelliler Ortaokulunda öğrenim gören 10-12 yaş arasındaki görme engelli bireyler gönüllü olarak katılmıştır. Çalışma grubunda 4 katılımcı (1 kız - 3 erkek) ve kontrol grubunda 4 katılımcı (2 kız - 2 erkek) olmak üzere toplamda 8 kişi araştırmaya dahil edilmiştir. Araştırmada çalışma grubuna 12 hafta boyunca haftada 1 gün beden eğitimi derslerine ek olarak karate eğitimiyle birlikte PNF germe egzersizleri uygulatılırken, kontrol grubu sadece karate eğitimi almış ve beden eğitimi derslerine katılmıştır. 12 haftalık araştırmanın 6. haftasında ara ölçüm alınmış ve bu araştırmaya ön ölçüm ve ara ölçüm verileri dahil edilmiştir. Bu araştırma için Gazi Üniversitesi Etik Komisyonu'ndan 2023-356 sayılı izinler alınmıştır. Bu çalışmada gecikmiş kas ağrısı şiddetini ölçmek için numaralı ağrı skalası kullanılmıştır. Oi tsuki chudan teknik performansının analizi ise 5 farklı kriterin alınan görüntü kaydı üzerinden bir karate milli takım teknik kurul üyesi, bir milli karate hakemi, 2 yardımcı karate antrenörü ve araştırmacılar tarafından incelenerek değerlendirilmiştir. **Verilerin Analizi:** Verilerin Analizi için SigmaPlot 11.0 programı kullanılmış olup çalışma ve kontrol gruplarının, tanımlayıcı istatistikleri, normallik testleri, ön ve son test karşılaştırmaları bu programla yürütülmüştür. **Bulgular:** Elde edilen bulgulara göre çalışma grubunun teknik performans ve gecikmiş kas ağrısı ön test ve ara test karşılaştırmasındaki tüm parametrelerde anlamlı fark görülürken ($p<0,005$) kontrol grubunun ön-ara test karşılaştırması ve iki grubun ön test karşılaştırmasında anlamlı farka rastlanmamıştır. Çalışma ve kontrol grubunun ara test karşılaştırmasında çalışma grubu lehine anlamlı fark olduğu gözlemlenmiştir ($p<0,005$). **Sonuç ve Öneriler:** Sonuç olarak 6 haftalık ara ölçüm sonuçlarına yer verilen bu çalışmada kısa süreli karate antrenmanlarıyla birlikte uygulanmış PNF germe egzersizlerinin oi tsuki chudan teknik performansını geliştirdiği ve gecikmiş kas ağrısını azalttığı görülmüştür. Görme engelli bireylerin karate antrenmanlarına PNF germe egzersizlerinin eklenmesi önerilebilir.

Anahtar Kelimeler: Görme Engelli, Karate, Teknik Performans, Gecikmiş Kas Ağrısı

Investigation of the Effect of PNF Stretching Exercises with Karate Trainings on Oi Tsuki Chudan Technical Performance and Delayed Muscle Pain in Visually Disabled Individuals

The World Karate Federation (WKF) developed the discipline of para-karate as an adapted form of karate to encourage people with disabilities to the sport of karate. In para-karate, visually impaired individuals aged 16 and over can participate in kata in only two categories, women and men, in the K-10 class, where necessary adaptations are made. **Purpose:** In this study, it was aimed to examine the effect of PNF stretching exercises applied together with karate training on oi tsuki chudan technical performance and delayed muscle pain in visually impaired individuals. **Materials and Methods:** Visually impaired individuals between the ages of 10 and 12 studying at Mitat Enç Secondary School for the Visually Impaired participated in the research voluntarily. A total of 8 people were included in the study, including 4 participants in the study group (1 girl - 3 boys) and 4 participants in the control group (2 girls - 2 boys). In the study, while the study group applied PNF stretching exercises together with karate training in addition to physical education lessons 1 day a week for 12 weeks, the control group only received karate training and participated in physical education lessons. Interim measurements were taken in the 6th week of the 12-week study and pre-measurement and interim measurement data were included in this study. Permissions numbered 2023-356 were obtained from Gazi University Ethics Committee for this research. In this study, the numbered pain scale was used to measure the severity of delayed muscle pain. The analysis of Oi tsuki chudan's technical performance was evaluated by a karate national team technical committee member, a national karate referee, 2 assistant karate trainers and researchers over the video recording of 5 different criteria. **Analysis of Data:** SigmaPlot 11.0 program was used for data analysis and descriptive statistics, normality tests, pre- and post-test comparisons of study and control groups were carried out with this program. **Results:** According to the findings, there was a significant difference in all parameters of the technical performance and delayed muscle pain pre-test and mid-test comparison of the study group ($p<0.005$), while no significant difference was found in the pre-intermediate test comparison of the control group and the pre-test comparison of the two groups. It was observed that there was a significant difference in favor of the study group in the interim test comparison of the study and control groups ($p<0.005$). **Conclusion and Suggestions:** As a result, in this study, which included 6-week intermediate measurement results, it was seen that PNF stretching exercises applied together with short-term karate training improved oi tsuki chudan technical performance and reduced delayed muscle soreness. It can be recommended to add PNF stretching exercises to the karate training of visually impaired individuals.

Keywords: Visually Impaired, Karate, Technical Performance, Delayed Muscle Pain Soreness

SB57

Bölgesel Gelişim Ligi Futbolcularının Oyuncu Pozisyonuna Göre Fiziksel Performanslarının Değerlendirilmesi

Enes KOCABAY¹, Bahar ATEŞ¹

¹Uşak Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

Giriş ve Amaç: Dünya çapında yüksek popülaritesi nedeniyle, bir futbolcunun ihtiyaç duyduğu temel becerileri anlamak için çok sayıda çalışma yapılmaktadır. Futbolcular oynadıkları mevkilere göre kaleci, defans, orta saha ve forvet olmak üzere dört farklı gruba ayrılıyor. Çeşitli pozisyonlardaki bu oyuncular, farklı pozisyona özgü fiziksel performans ve başarı için gerekli antropometrik özelliklere sahiptir (Kubayi ve ark., 2017). Bu nedenle, bu çalışmanın amacı, oyun pozisyonlarına göre U19 Bölgesel Gelişim Ligi erkek futbolcuların fiziksel performans özelliklerini incelemektir. **Yöntem:** Çalışmaya, U19 Bölgesel Gelişim Ligi'nde yer alan bir futbol takımından 19 erkek futbolcu (ortalama yaş: 17,3±0,56 yıl, ortalama vücut ağırlığı: 69,3±5,89 kg, ortalama boy uzunluğu: 1,79±4,87 m, ortalama beden kitle indeksi (BKİ) 21,5±0,97 kg/m² ve ortalama antrenman yaşı: 6,5±2,29 yıl) gönüllü olarak katıldı. Sporcuların, 6x40 metre tekrarlı sprint, durarak uzun atlama (SLJ), T test, 505 çeviklik, esneklik ve Yıldız Gezi Denge performansları değerlendirildi. Oyuncular sahada kendilerinin bildirdiği en iyi pozisyona göre gruplandı ve Kruskal-Wallis H testi gruplar arasında farklılık olup olmadığını tespit etmek için kullanıldı. Parametrik olmayan testler kullanıldığı için veriler medyan ve çeyrekler arası aralıklar olarak sunuldu. **Bulgular:** Futbolcuların boy, kilo, BKİ değerlerine göre oyun pozisyonları açısından anlamlı bir farklılık tespit edilmedi (p> 0,05). Yine oyun pozisyonlarına göre seçilmiş fiziksel özellikler açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmedi (p> 0,05). **Sonuç:** Sonuç olarak U19 Bölgesel Gelişim Ligi oyuncularının antropometrik ve fiziksel özelliklerinin saha pozisyonlarına göre bir farklılık göstermediği tespit edildi. Sporcuların antrenman geçmişlerinin ve antrenman sürelerinin benzer olması bu duruma katkıda bulunmuş olabilir. Literatür incelendiğinde, farklı pozisyonlardaki oyuncuların farklı antropometrik ve fiziksel özelliklere sahip olduğu göz önüne alındığında, bu çalışmanın sonuçları, gelişim ligi futbolcuları için bireyselleştirilmiş koşullu antrenman programlarının önemini vurgulamaktadır. Oyuncu pozisyonlarına göre ayarlanmış bir fiziksel profil, sporcu performansını artırabilir.

Anahtar Kelimeler: Antropometri, Spor becerileri, Performans, Genç sporcular

Physical Fitness of U19 Regional Development League Soccer Players by Player Position

Introduction: Soccer is a popular team sport in the world. Fundamental skills that required by a soccer player have been conducted in multiple studies (Jadczak et al., 2018). Soccer players are categorized into four different groups (goalkeepers, defenders, midfielders, and forwards) according to their field positions (Kubayi et al., 2017). Physical fitness skills (Rebele et al., 2012) successfully discriminate soccer players by field position. Therefore, the purpose of this study was to examine the physical fitness of U19 Regional Development League male soccer players by player's position on the field. **Method:** Nineteen male soccer players from a U19 Regional Development League football team (mean age: 17,3±0,56 years, mean body mass: 69,3±5,89 kg, mean body height: 1,79±4,87 m, mean body mass index (BMI) 21,5±0,97 kg/m² and mean training age: 6,5±2,29 year) voluntarily participated in the study. The subjects performed 6x40 meters repeated sprint, standing long jump (SLJ), T-test, 505 agility, sit and reach, and Star Excursion Balance tests. Athletes were divided into 3 groups midfielders (n = 9), defenders (n = 6), and forwards (n = 4) according to their self-reported best position on the field. The Kruskal-Wallis H test was used to determine if there was a difference between the groups. Since nonparametric tests were used, data were presented as median and interquartile intervals (Scott et al., 2014). **Results:** The body height, body mass, and BMI of the players did not differ significantly in terms of field positions (p> .05). Similarly, there were no statically significant differences found between the physical fitness performance in terms of field positions (p > .05). **Conclusion:** As a result, it was determined that the anthropometric and physical fitness characteristics of the U19 Regional Development League players did not differ according to their playing positions. The similar training age and training time among players may have contributed to the observed similarities in physical fitness performance. The results of this study emphasize the importance of individualized conditional training programs for development league soccer players. Strength and conditioning coaches may have to need to consider the special requirements of playing positions when improving these capabilities. A physical profile adjusted for player positions can improve athletic performance.

Key Words: anthropometry, sports skills, performance, young athletes

SB58

Spor da Prososyal Antisosyal Davranışlar: Kişiliğin Belirleyici Rolü

Muhittin Selami ERMAN¹, Serkan KURTIPEK², Yunus Emre YARAYAN¹

¹*Siirt Üniversitesi, BESYO, Siirt*

²*Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara*

Bu araştırmanın amacı farklı takım sporu branşlardan profesyonel olarak spor yaşamına devam eden sporcularda kişiliğin prososyal antisosyal davranışlar üzerindeki belirleyici rolünü incelemektir. Bu amaç doğrultusunda araştırmaya 97 kadın %35,4 ve 177 erkek %64,6 olmak üzere toplam 274 sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Bu araştırma nicel araştırma modellerinden ilişkisel tarama modeliyle tasarlanmıştır. Araştırma kapsamında veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından oluşturulan Kişisel Bilgi Formu, On Maddeli Kişilik Ölçeği ve Spor da Prososyal Antisosyal Davranış Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde ilk olarak Mahalanobis uzaklığı göz önünde bulundurularak uç değer analizlerin değerlendirilmesi yapılmıştır. Ölçeklerin yapısı doğrulandıktan sonra ilk olarak normallik testi için çarpıklık basıklık değerlerine bakıldığında değerlerin -1,5 +1,5 arasında olması, Q-Q grafiğinin dağılımdan sapmalar göstermemesi neticesinde verilerin normal dağılıma uygun olduğu belirlenmiştir. Bu kapsamda kişilik tipleri ile prososyal ve antisosyal davranışlar arasındaki ilişkiyi belirlemek için Pearson Korelasyon Analizi, kişilik tiplerinin bu davranışlar üzerindeki belirleyici rolünü tespit etmek içinse YOL analizi kullanılmıştır. Araştırmadan elde edilen bulgular incelendiğinde, Kişilik tipleri ile prososyal davranışlar arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler tespit edilirken, anti sosyal davranışlar arasında ise negatif yönlü anlamlı ilişkilerin olduğu tespit edilmiştir. öz yeterliğin duygu düzenlemeye ilişkin bilişsel yeniden değerlendirme ve bilişsel esneklik değişkeninin bir belirleyicisi olduğu ifade edilebilir. YOL analizi sonuçları incelendiğinde ise, kişilik tiplerinin prososyal ve antisosyal davranışlar üzerinde belirleyici olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar kelimeler: Kişilik Tipi, Prososyal, Antisosyal, Spor

Prosocial Antisocial Behavior in Sport: The Determinant Role of Personality

The aim of this study is to examine the determinant role of personality on prosocial antisocial behaviors in athletes who continue their professional sports life from different team sports branches. For this purpose, a total of 274 athletes, 97 female 35.4% and 177 male 64.6%, participated in the study voluntarily. This research was designed with the relational survey model, one of the quantitative research models. Personal Information Form, Ten-Item Personality Scale and Prosocial Antisocial Behavior Scale in Sport were used as data collection tools. In the analysis of the data, firstly, the Mahalanobis distance was taken into consideration and extreme value analyses were evaluated. After the structure of the scales was verified, it was determined that the data were suitable for normal distribution as a result of the fact that the skewness kurtosis values for the normality test were between -1.5 and +1.5 and the Q-Q graph did not show deviations from the distribution. In this context, Pearson Correlation Analysis was used to determine the relationship between personality types and prosocial and antisocial behaviors, and PATH analysis was used to determine the determinant role of personality types on these behaviors. When the findings obtained from the research were examined, it was found that there were significant positive relationships between personality types and prosocial behaviors, while there were significant negative relationships between antisocial behaviors. it can be stated that self-efficacy is a determinant of cognitive reappraisal and cognitive flexibility variable related to emotion regulation. When the results of path analysis were examined, it was determined that personality types were determinants of prosocial and antisocial behaviors.

Key words: Personality Type, Prosocial, Antisocial, Sport

SB59

Duygu Düzenleme ile İmgeleme Yeteneğinizi Geliştirmenin Yolu: Sporcular Üzerinde Bir Araştırma

Yunus Emre YARAYAN¹, Özlem ÖZDEMİR¹, Varol TUTAL¹

¹Siirt Üniversitesi, BESYO, Siirt

Bu araştırmanın amacı farklı takım sporu branşlardan (Futbol, Basketbol ve Hentbol) sporcuların duygu düzenleme ile imgeleme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Bu doğrultuda araştırmaya profesyonel olarak spor yaşamına devam eden 153 kadın %51,5 ($X_{yaş}=18,31\pm3,41$) 144 erkek %48,5 ($X_{yaş}=19,08\pm3,26$) olmak üzere toplam 297 sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Bu araştırma ilişkisel tarama modeliyle dizayn edilmiştir. Araştırma kapsamında veri toplama aracı olarak "Kişisel Bilgi Formu", "Duygu Düzenleme Ölçeği" ve "Sporda İmgeleme Envanteri-SİE" kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen verilerin analizinde ilk olarak analizlerin uygunluğu ve varsayımların kontrolü için boş verilerin değerlendirilmesi yapılmıştır. Bu aşamadan sonra Mahalanobis uzaklığı göz önünde bulundurularak uç değer analizlerin değerlendirilmesi yapılmıştır. Ölçeklerin yapısı doğrulandıktan sonra ilk olarak normallik testi için çarpıklık basıklık değerlerine bakıldığında değerlerin -1,5 +1,5 arasında olması, Q-Q grafiğinin dağılımdan sapmalar göstermemesi neticesinde verilerin normal dağılıma uygun olduğu belirlenmiştir. Bu doğrultuda değişkenler arasındaki ilişkiyi belirlemek için pearson korelasyon analizi ve duygu düzenlemenin imgeleme becerilerini etkilemedeki düzeyini belirlemek için YOL analizi kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen bulgular incelendiğinde duygu düzenlemeye ilişkin bilişsel yeniden değerlendirme ve bastırma imgelemenin bir belirleyicisi olduğu ifade edilebilir. Standardize beta katsayıları incelendiğinde bilişsel yeniden değerlendirme alt boyutunda pozitif bastırma alt boyutunda ise negatif olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuçta bilişsel yeniden değerlendirme düzeyinin artmasıyla birlikte imgeleme yeteneğinin de artacağı, bastırma düzeyi arttıkça imgeleme yeteneğinin de düşeceği şeklinde yorumlanabilir.

Anahtar kelimeler: Spor, Duygu düzenleme, İmgeleme

**A Way to Improve Your Ability to Imagery with Emotion Regulation:
A Study On Athletes**

The aim of this study is to examine the relationship between emotion regulation and imagery skills of athletes from different team sports branches (Football, Basketball and Handball). In this direction, a total of 297 athletes, 153 female 51.5% ($X_{age}=18.31\pm3.41$) and 144 male 48.5% ($X_{age}=19.08\pm3.26$), who continue their professional sports life, participated in the study voluntarily. This study was designed with the relational survey model. Within the scope of the research, "Personal Information Form", "Emotion Regulation Scale" and "Imagery in Sport Inventory-SIS" were used as data collection tools. In the analysis of the data obtained in the study, firstly, blank data were evaluated to check the appropriateness of the analysis and assumptions. After this stage, extreme value analyses were evaluated by considering the Mahalanobis distance. After the structure of the scales was verified, firstly, when the skewness kurtosis values for the normality test were examined, it was determined that the data were suitable for normal distribution as the values were between -1.5 and +1.5 and the Q-Q graph did not show deviations from the distribution. In this direction, Pearson correlation analysis was used to determine the relationship between the variables and PAT analysis was used to determine the level of emotion regulation in affecting imagery skills. When the findings obtained in the study are examined, it can be stated that cognitive reappraisal and suppression related to emotion regulation are determinants of imagery. When the standardized beta coefficients were examined, it was found to be positive in the cognitive reappraisal sub-dimension and negative in the suppression sub-dimension. This result can be interpreted as that as the level of cognitive reappraisal increases, imagery ability will increase, and as the level of suppression increases, imagery ability will decrease.

Keywords: Sport, Emotion regulation, Imagery

SB60

Güdülenme ve Güdülenmeme Düzeyini Zihinsel Antrenman Beceri ve Teknikler ile Tahmin Etme

Yunus Emre YARAYAN¹¹, Tuba ŞENKAL¹, Doğukan Batur Alp GÜLŞEN¹, Ekrem Levent İLHAN²

¹*Siirt Üniversitesi, BESYO, Siirt*

²*Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara*

Bu araştırmanın amacı farklı spor branşında lisanslı olarak spor yaşamına devam eden farklı branşlarda (futbol, basketbol, tenis, hentbol)güdülenme ve güdülenmeme ile zihinsel beceri ve teknik düzeyleri arasındaki ilişkilerin incelenmesidir. Bu kapsam doğrultusunda araştırmaya farklı branşlarda spor yaşamına devam eden 162'i kadın (%52,3) (Xyaş=22,68±2,42) 148'i erkek (%47,7) (Xyaş=23,66±2,50) olmak üzere toplam 310 sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Araştırma, ilişkisel tarama modeli ile oluşturulmuştur. Araştırma kapsamında veri toplama aracı olarak "Kişisel Bilgi Formu", "Sporda Zihinsel Antrenman Envanteri", "Sporda Güdülenme Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen verilerin analizinde ilk olarak kayıp veri ve uç veri analizleri gerçekleştirilmiştir. Ayrıca normallik varsayımları için çarpıklık ve basıklık değerlerine bakılmış ve dağılımın normal olduğu tespit edilmiştir. Bu doğrultuda değişkenler arasındaki ilişkiyi belirlemek için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon analizi, bağımsız değişkenin (Zihinsel Antrenman Beceri ve Teknikleri) bağımlı değişkeni (güdülenme ve güdülenmeme) yordamadaki güçlerini belirlemek amacıyla Aşamalı Regresyon analizi kullanılmıştır. Araştırma kapsamında elde edilen bulgular incelendiğinde güdülenme alt boyutunda 2 aşamada, güdülenmeme alt boyutunda ise yine 2 aşamada tamamlanmıştır. Elde edilen bu sonuç doğrultusunda bu becerilerin güdülenme düzeyinin belirleyicisi olduğu söylenebilir. Kişilerarası beceriler olarak ifade edilen (Kimlik Kazanımı, Kişilerarası Yetkinlik) ve zihinsel teknik olan kendinle konuşmanın artmasıyla birlikte güdülenme düzeylerinin de artacağı şeklinde yorumlanabilir. Elde edilen bir diğer sonuç doğrultusunda bu becerilerin güdülenmeme düzeyinin belirleyicisi olduğu söylenebilir. Kişilerarası beceriler olarak ifade edilen (Kimlik Kazanımı, Kişilerarası Yetkinlik) ve zihinsel teknik olan kendinle konuşmanın artmasıyla birlikte güdülenmeme düzeylerinin düşeceği şeklinde yorumlanabilir.

Anahtar Kelimeler: Spor, Güdülenme, Güdülenmeme, Zihinsel Antrenman

Predicting Motivation and Demotivation Level with Mental Training Skills and Techniques

The aim of this research is to examine the relationships between motivation and unmotivation and mental skills and technical levels in different sports branches (football, basketball, tennis, handball). In line with this scope, a total of 310 athletes, 162 female (52.3%)(X age=22,68±2,42) and 148 male (47.7%) (X age=23,66±2,50), who continue their sports life in different branches, participated in the study voluntarily. The research was designed with relational screening model. Within the scope of the research, "Personal Information Form", "Mental Training Inventory in Sport", "Motivation Scale in Sport" were used as data collection tools. In the analysis of the data obtained in the study, missing data and extreme data analyses were performed first. In addition, skewness and kurtosis values were examined for normality assumptions and it was determined that the distribution was normal. In this direction, Pearson Product Moment Correlation analysis was used to determine the relationship between the variables, and Stepwise Regression analysis was used to determine the power of the independent variable (Mental Training Skills and Techniques) in predicting the dependent variable (motivation and lack of motivation). When the findings obtained within the scope of the research were examined, it was completed in 2 stages in the motivation sub-dimension and in 2 stages in the unmotivation sub-dimension. In line with this result, it can be said that these skills are the determinant of motivation level. It can be interpreted that the motivation levels will increase with the increase in self-talk, which is expressed as interpersonal skills (Identity Acquisition, Interpersonal Competence) and mental technique. In line with another result obtained, it can be said that these skills are the determinant of the level of amotivation. It can be interpreted that with the increase in self-talk, which is expressed as interpersonal skills (Identity Acquisition, Interpersonal Competence) and mental technique, the level of demotivation will decrease.

Keywords: Sport, Motivation, Amotivation, Mental Training

SB61

Bilinçli Farkındalık Bağlamında Depresyon, Kaygı ve Stres Faktörlerini Yol Analizi ile Tahmin Etme

Yunus Emre YARAYAN¹, Remzi CAN¹, Cemil BATUR¹, Ekrem Levent İLHAN²

¹*Siirt Üniversitesi, BESYO, Siirt*

²*Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara*

Sporcuların müsabakaya birçok yönden hazır olmaları daha iyi bir performans göstermeleri açısından önemli olabilir. Bu anlamda sporcunun performansını fiziki, psikolojik ve çevresel gibi birçok faktör etkileyebilir. Bu araştırmanın amacı farklı takım sporlarında profesyonel olarak spor yaşamına devam eden sporcularda bilinçli farkındalık bağlamında depresyon, kaygı ve stres faktörleri üzerindeki rolünü belirlemektir. Bu doğrultuda araştırmaya ortalama spor yılı ($X_{\text{yıl}}=9,97\pm 5,211$) olarak tespit edilen 212 kadın sporcu ($X_{\text{yaş}}=27,89\pm 5,81$) gönüllü olarak katılmıştır. Araştırma kapsamında veri toplama aracı olarak katılımcıların demografik bilgilerini içeren Kişisel Bilgi Formu, "Bilinçli Farkındalık Ölçeği (BİFÖ)" ve Depresyon, Anksiyete, Stres düzeylerini belirlemek için "Depresyon, Anksiyete ve Stres Skalası DASS 21" ölçeği kullanılmıştır. Araştırmada nicel araştırma modellerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Bu doğrultuda verilerin analizi için ise ilk olarak normallik ve varsayımlarının kontrolü için boş verilerin değerlendirilmesi yapılmıştır. Bu aşamadan sonra Mahalanobis uzaklığı göz önüne bulundurularak uç değer analizi yapılmıştır. Ölçeklerin yapısı doğrulandıktan sonra çarpıklık ve basıklık değerlerine bakıldığında değerlerin -1,5 +1,5 arasında olması, Q-Q grafiğinin dağılımdan sapmalar göstermemesi neticesinde verilerin normal dağılıma uygun olduğu belirlenmiştir. Bu kapsamda değişkenler arasındaki ilişkiyi belirlemek için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon analizi ile incelenmiş olup daha sonra da bilinçli farkındalığın depresyon, kaygı ve stres üzerindeki rolü YOL Analizi kullanılarak incelenmiştir. Araştırmadan elde edilen bulgular neticesinde bilinçli farkındalık depresyon, kaygı ve stres faktörlerini anlamlı düzeyde yordadığı tespit edilmiştir. Bu bağlamda bilinçli farkındalık; depresyon, stres ve kaygının belirleyicisi olduğu ifade edilebilmekle beraber standardize beta katsayıları incelendiğinde sonuçların negatif yönde olduğu görülmektedir. Bu sonuçta bilinçli farkındalık düzeyinin artmasıyla birlikte depresyon, stres ve kaygı düzeylerinin düşeceği şeklinde yorumlanabilir.

Anahtar kelimeler: Bilinçli Farkındalık, Stres, Kaygı, Depresyon, Spor

Predicting Depression, Anxiety and Stress Factors with Path Analysis in the Context of Mindfulness

It may be important for athletes to be ready for the competition in many ways in order to perform better. In this sense, many factors such as physical, psychological and environmental factors can affect an athlete's performance. The aim of this study is to determine the role of mindfulness on depression, anxiety and stress factors in the context of mindfulness in athletes who continue their professional sports life in different team sports. Accordingly, 212 female athletes ($X_{\text{year}}=27,89\pm 5,81$) with an average sport year ($X_{\text{year}}=9,97\pm 5,211$) participated in the study voluntarily. Within the scope of the study, Personal Information Form including demographic information of the participants, "Mindfulness Scale (MBAS)" and "Depression, Anxiety and Stress Scale DASS 21" scale were used as data collection tools. Relational survey model, one of the quantitative research models, was used in the study. In order to analyze the data in this direction, firstly, the blank data were evaluated to check normality and assumptions. After this stage, an extreme value analysis was performed considering the Mahalanobis distance. After the structure of the scales was verified, the skewness and kurtosis values were found to be between -1.5 and +1.5, and the Q-Q graph did not show deviations from the distribution, indicating that the data fit the normal distribution. In this context, Pearson Product Moment Correlation analysis was used to determine the relationship between the variables and then the role of mindfulness on depression, anxiety and stress was examined using PATH Analysis. As a result of the findings obtained from the research, it was determined that mindfulness significantly predicted depression, anxiety and stress factors. In this context, although it can be stated that mindfulness is a determinant of depression, stress and anxiety, the results are negative when the standardized beta coefficients are examined. This result can be interpreted as depression, stress and anxiety levels will decrease with the increase in the level of mindfulness.

Key words: Mindfulness, Stress, Anxiety, Depression, Sports

SB62

Beden Eğitimi Öğretmeni Adaylarının Çok Kültürlü Eğitime Yönelik Tutumlarının İncelenmesi

İlayda Nur DANDIL¹, Ömer ÖZSOY¹, Ebubekir BARAN¹, Berkan BOZDAĞ¹

¹Yozgat Bozok Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü

Bu araştırmada beden eğitimi öğretmeni adaylarının çok kültürlü eğitime yönelik tutumlarının incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya Yozgat Bozok Üniversitesinde 2022-2023 eğitim-öğretim yılında öğrenim gören 69 kadın, 73 erkek olmak üzere toplam 142 öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından geliştirilmiş Kişisel Bilgi Formu ve Anıl ve Yavuz (2010) tarafından geliştirilen “Öğretmen Adayları için Çok Kültürlü Eğitime Yönelik Tutum Ölçeği” kullanılmıştır. Verilerin dağılımı Kolmogorov-Smirnov testi ile incelenmiş olup basıklık ve çarpıklık değerleri dikkate alındığında verilerin normal dağılım gösterdiği belirlenmiştir. Verilerin analizinde Independent-Samples t testi ve One-Way ANOVA analizi kullanılmıştır. Bu doğrultuda yapılan analizler sonucunda yerleşim yeri değişkenine göre, ilçede yaşayan öğretmen adaylarının puan ortalamasının köyde yaşayan öğretmen adaylarının puan ortalamasından anlamlı derecede yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yapılan incelemeler sonucunda cinsiyet ve spor yapma değişkenine göre anlamlı bir farklılık bulunamamıştır.

Anahtar Kelimeler: Beden Eğitimi Öğretmeni Adayları, Çok Kültürlü Eğitim, Tutum

Investigation of Physical Education Teacher Candidates' Attitudes towards Multicultural Education

In this study, it was aimed to examine the attitudes of physical education teacher candidates towards multicultural education. A total of 142 students, 69 female and 73 males, studying at Yozgat Bozok University in the 2022-2023 academic year, participated voluntarily. The Personal Information Form developed by the researchers and the "Attitude Scale towards Multicultural Education for Pre-service Teachers" developed by Anıl and Yavuz (2010) were used as data collection tools in the study. The distribution of the data was examined with the Kolmogorov-Smirnov test, and when the kurtosis and skewness values were taken into account, it was determined that the data showed a normal distribution. Independent-Samples t-test and One-Way ANOVA analysis were used in the analysis of the data. As a result of the analyzes made in this direction, it was concluded that according to the settlement variable, the mean score of the pre-service teachers living in the district was significantly higher than the mean score of the pre-service teachers living in the village. As a result of the examinations, no significant difference was found in terms of gender and doing sports.

Keywords: Physical Education Teacher Candidates, Multicultural Education, Attitude

SB63

Fransa Spor Eğitim Sisteminin İncelenmesi

Ayşe Nur HANEDAR CÖMERT¹, Atilla PULUR²

¹Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı, Ankara

²Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Sportif faaliyetlerin insanların dengeli ve sağlıklı yaşamasına olan faydaları tartışılmazdır. Bu araştırmada, Fransa'daki spor sistemi, spor organizasyonlarına katkıda bulunan organlar ve spor eğitim sisteminin incelenmesi amaçlanmaktadır. Veri toplama tekniği olarak belge tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmada veri toplamak için "Spor, Olimpik ve Paralimpik Oyunlar Bakanlığı" ile "Milli Eğitim ve Gençlik Bakanlığı" kurumlarının resmi internet sitelerindeki bilgilerden ve konu ile ilgili kitap, dergi ve tezlerdeki bilgilerden yararlanılmıştır. Fransa devleti engelliler için spor konusunu öncelik haline getirmiştir ve engelliler için "HANDIGUIDE des sports" şeklinde adlandırılan spor rehberini geliştirmeye başlamıştır. Spor bakanlığı kadınlar için spora da önem vermiştir. Spor bakanı kadınların doğum öncesinde ve sonrasında fiziksel ve sportif faaliyetler uygulanması için bir kılavuz yayınlamıştır. Ayrıca anaokulu, ilkököl, ortaokul ve lise kurumlarında beden eğitimi derslerine büyük önem verilmektedir. Okullarda öğrenciler çeşitli spor dallarında eğitim almaktadır. Eğitim kurumlarında oluşturulan okul sporları derneği ders dışında spor yapmak isteyen öğrenciler için okullardaki beden eğitimi derslerinin tamamlayıcısıdır. Fransa'daki spor organizasyonlarına ulusal spor ajansı, devlet, Fransız ulusal olimpik spor komitesi, spor federasyonları ve ulusal grup, yerel yetkililer ve ulusal spor konseyinin katkı sağladığı görülmektedir. Sonuç olarak bu çalışmada Fransa'daki fiziksel aktivite, beden eğitimi ve spor ele alınmıştır. Fransa hükümetinin vatandaşlarının spor aktivitelerine katılımına ve eğitim sistemi içerisinde sporun yer almasına önem verdiği görülmektedir. Spor sistemindeki bu uygulamalarla okullardaki öğrenciler, spor kulüplerindeki sporcular ve ülke sporu gelişmiştir. Aynı zamanda dünyada önde gelen sporcular yetiştirilmiştir. Ülkede sporun daha çok gelişebilmesi için yeni uygulamalara gidilmesi önerilebilir.

Anahtar Kelimeler: Fransa, Beden eğitimi ve spor, Eğitim

Study of the French Sports Education System

The benefits of sports activities for people to live balanced and healthy lives are indisputable. In this research, it is aimed to examine the sports system in France, the organs contributing to sports organizations and the sports education system. Document scanning model was used as data collection technique. In the research, information from the official websites of the "Ministry of Sports, Olympic and Paralympic Games" and "Ministry of National Education and Youth" institutions and information from books, magazines and theses related to the subject were used to collect data. The French state has made sport for the disabled a priority and has started to develop a sports guide called "HANDIGUIDE des sports" for the disabled. The Ministry of Sports has also attached importance to sports for women. The Minister of Sports has published a guide for applying physical and sports activities during and after childbirth for women. In addition, physical education lessons are given great importance in kindergarten, primary school, secondary school and high school institutions. Students receive education in various sports branches at schools. The school sports association established in educational institutions is complementary to physical education lessons for students who want to do sports outside of class hours. It is seen that national sports agency, state, French national Olympic sports committee, sports federations and national group, local authorities and national sports council contribute to sports organizations in France. As a result, physical activity, physical education and sports in France have been discussed in this study. It is seen that the French government attaches importance to the participation of citizens in sports activities and the place of sports in the education system. With these practices in the sports system, students in schools, athletes in sports clubs and country's sport have developed. At the same time, leading athletes have been trained in the world. It may be recommended to implement new practices for more development of sport in the country.

Keywords: France, Physical education and sport, Education

SB64

Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Algılanan Beden Okuryazarlıklarının İncelenmesi

Sinem Şafak YAŞA¹, Özkan IŞIK¹

Balıkesir Üniversitesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Balıkesir

Amaç: Bu araştırmada spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin algılanan beden okuryazarlıklarının belirlenmesi amaçlanmıştır. **Yöntem:** Tarama modeli kullanılarak yapılan araştırmaya Balıkesir Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi'nin Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, Antrenörlük Eğitimi ve Spor Yöneticiliği bölümlerinde öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır. Örneklemi ise söz konusu evren içerisinde kolayda örnekleme yöntemiyle seçilen 209'u kadın, 202'si erkek toplam 411 spor bilimleri öğrencisi oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak "Kişisel Bilgi Formu" ve "Algılanan Fiziksel Okuryazarlık" ölçeği kullanılmıştır. Veriler tanımlayıcı istatistikler, bağımsız örneklem t-testi, tek yönlü varyans analizi ve Pearson korelasyon analizi kullanılarak çözümlenmiştir. **Bulgular:** Araştırma bulgularına bakıldığında algılanan beden okuryazarlığında cinsiyete göre anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Buna karşın yaşanan yer, spor geçmişi, aktif spor yapma ve öğrenim görülen bölümlere göre anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Ek olarak algılanan beden okuryazarlığı ile not ortalaması arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. **Sonuç:** Algılanan beden okuryazarlığı çeşitli değişkenlere göre farklılık göstermektedir. Buna ek olarak, akademik başarısı yüksek bireylerin beden okuryazarlığı düzeylerinin de yüksek olacağı düşünülmektedir. **Öneriler:** Gelecek çalışmalar daha geniş örneklem grupları üzerinde yürütülebilir. Spor bilimleri fakültesi öğrencileri ile diğer fakültelerden lisans öğrencilerinin beden okuryazarlık düzeyleri karşılaştırılabilir.

Anahtar Kelimeler: Algılanan beden okuryazarlığı, spor bilimleri, öğrenci.

Examining Faculty of Sports Sciences Students' Perceived Physical Literacy

Purpose: In this study, it was aimed to determine the perceived physical literacy of the students of the faculty of sports sciences. **Method:** A survey method was used in the research. The universe of the research consists of students studying in the Departments of Physical Education and Sports Teaching, Coaching Education, and Sports Management at the Faculty of Sports Sciences, Balıkesir University. The sample consists of a total of 411 sports science students (209 female and 202 male) selected by convenience sampling method from the population in question. The "Personal Information Form" and "Perceived Physical Literacy" scale were used as data collection tools. Data were analyzed using descriptive statistics, Independent samples t-test, One-way ANOVA, and Pearson correlation analysis. **Results:** Considering the research findings, no significant difference was found in perceived physical literacy according to gender. Despite that, there were statistically significant differences were determined according to the place of residence, sports history, active sports, and education departments. In addition, positive significant relationships were found between perceived physical literacy and grade point average. **Conclusion:** Perceived physical literacy varies according to several variables. In addition, it is thought that individuals with high academic success will have high levels of physical literacy.

Keywords: Perceived physical literacy, sports sciences, student.

SB65

Zihinsel Engelli Öğrenci Velilerinin ve Öğretmenlerinin Sporun Etkilerine Yönelik Farkındalık ve Tutum Düzeylerinin İncelenmesi (Yozgat İl Örneği)

Ayşenur AYYILMAZ¹, Ulviye BİLGİN², Fatma Filiz ÇOLAKOĞLU²

¹Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı, Ankara.

²Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara.

Bu araştırma; 2022-2023 eğitim-öğretim yılında Yozgat İl Milli Eğitim Müdürlüğü'ne bağlı özel eğitim okulları, özel eğitim sınıfları ve özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde görev yapan öğretmenlerin ve öğrenci velilerinin sporun etkilerine yönelik farkındalık ve tutum düzeylerinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Araştırmada genel tarama modellerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Veri toplama aracı olarak; araştırmacılar tarafından geliştirilen “Kişisel Bilgi Formu”, İlhan ve Esentürk (2015) tarafından geliştirilen “Zihinsel Engelli Bireylerde Sporun Etkilerine Yönelik Farkındalık Ölçeği (ZEBSEYFÖ)” ve İlhan, Esentürk ve Yarımkaya (2016) tarafından geliştirilen “Zihinsel Engelli Bireylerin Sportif Etkinliklerine Yönelik Tutum Ölçeği (ZEBSEYTÖ)” kullanılmıştır. Araştırmaya 130 öğretmen (82 kadın, 48 erkek) ve 321 veli (210 kadın, 111 erkek) olmak üzere toplamda 451 katılımcı gönüllü olarak katılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 22.0 ve AMOS 26 istatistik paket programları kullanılmıştır. Ölçme araçlarından elde edilen verilerin yapı geçerliliğine kanıt sağlamak amacıyla “Doğrulayıcı Faktör Analizi” yapılmıştır. Analizler sonucu ZEBSEYFÖ'nün güvenilirliğine yönelik Cronbach Alfa iç tutarlık değeri 0,98 olarak hesaplanırken, ZEBSEYTÖ'nün güvenilirliğine yönelik Cronbach Alfa iç tutarlık değeri 0,92 olarak hesaplanmıştır. Araştırmada bağımsız örneklem t testi ve ANOVA Post Hoc Tukey testi kullanılmıştır. Katılımcıların farkındalık ve tutum düzeyleri; cinsiyet, yaş, spor yapma durumu ve öğrenci tıbbi tanıları açısından karşılaştırılmıştır. Araştırmada; veli ve öğretmenlerin spora yönelik farkındalık ve tutum puanları arasındaki t testi sonuçlarına göre; farkındalık ($t_{449}:-5,303$; $p<0,01$), olumlu tutum ($t_{449}:-5,061$; $p<0,01$), olumsuz tutum ($t_{449}:-6,107$; $p<0,01$) ve toplam tutum ($t_{449}:-5,476$; $p<0,01$) puanlarında $p<0,01$ düzeyinde anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir. Farkındalık ve tutum puanlarına bakıldığında; öğretmenlerin velilere göre daha yüksek değerlere sahip olduğu görülmüştür. Yapılan araştırmada veli ve öğretmenlerin cinsiyete göre t testi karşılaştırmasında; öğretmenlerin farkındalık ve tutum düzeylerinde cinsiyete göre anlamlı farklılık bulunamamıştır ($p>0,05$). Velilerin cinsiyete göre değişkenler açısından karşılaştırılmasında ise olumlu tutum ($t_{319}: 3,77$; $p<0,01$), olumsuz tutum ($t_{319}: 2,18$; $p<0,01$) ve toplam tutum puanında ($t_{319}: 3,59$; $p<0,01$) istatistiksel açıdan anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Ayrıca erkek velilerin olumlu tutum ($\bar{x}=88,11$) ve toplam tutum ($\bar{x}=119,76$) puanları kadın velilere göre daha yüksek iken olumsuz tutum puanlarının ($\bar{x}=30,78$) daha düşük olduğu görülmüştür. Velilerin cinsiyete göre farkındalık düzeylerinde ise istatistiksel açıdan herhangi bir farklılık bulunamamıştır ($p>0,05$). Araştırmada velilerin ve öğretmenlerin düzenli spor yapma durumlarına göre farkındalık ve tutum puanları arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir ($p>0,05$). Yapılan araştırmada veli ve öğretmenlerin yaşlarına göre farkındalık ve tutum puanları arasında anlamlı fark olup olmadığı ANOVA testi ile incelenmiştir. Analiz sonucunda öğretmenlerde yaş ile farkındalık ve tutum puanları arasında herhangi bir anlamlı farklılık görülmemiştir ($p>0,05$). Ancak velilerin farkındalık ve tutum düzeylerinde, 51 yaş ve üzeri grubun diğer yaş gruplarıyla (20-30 yaş; 31-40 yaş; 41-50 yaş) aralarında anlamlı fark olduğu tespit edilmiştir ($p<0,01$). Ayrıca 51 yaş ve üzeri grup ortalama puanlarının diğer yaş gruplarına göre en düşük değerlerde (Farkındalık= 126,68; Toplam Tutum=107,40; Olumsuz tutum=29,58; Olumlu tutum=77,81) olduğu görülmüştür. Araştırmada veli ve öğretmenlerin tıbbi tanıli öğrenci grubuna göre farkındalık ve tutum puanları arasında anlamlı fark olup olmadığı ANOVA testi ile incelenmiştir. Analiz sonucunda velilerin farkındalık, olumlu tutum ve toplam tutum puanlarının; hafif, orta, ağır ve otizm tanıli çocuklara sahip velilerin çok ağır tanıli çocuklara sahip velilere göre anlamlı şekilde yüksek olduğu belirlenmiştir. Velilerin olumsuz tutum puanlarında tıbbi tanıli öğrenci grubuna yönelik anlamlı sonuç bulunamamıştır ($p>0,05$). Öğretmenler açısından analiz sonuçları değerlendirildiğinde, tıbbi tanıli öğrenci grubuna göre farkındalık ve tutum puanları arasında anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$). Sonuç olarak; öğretmenlerin velilere göre farkındalık ve tutum puanlarının daha yüksek olduğu; öğretmenlerde yaş, cinsiyet, düzenli spor yapma durumu ve tıbbi tanıli öğrenci gruplarına göre farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Ayrıca erkek velilerin toplam tutum ve olumlu tutum düzeylerinin kadınlara göre daha yüksek olduğu, velilerde yaş ilerledikçe farkındalık ve tutum düzeylerinin düştüğü, çok ağır tanıli çocuklara sahip olan velilerin farkındalık, olumlu tutum ve toplam tutum düzeylerinin istatistiksel olarak diğer gruplardan farklı ve puanlarının da düşük olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Zihinsel engelli, farkındalık, tutum, veli, öğretmen

Investigation of the Levels of Awareness and Attitude of Mentally Disabled Student Parents and Teachers on the Effects of Sports (Yozgat Province Example)

This research; it was conducted to examine the awareness and attitude levels of teachers and parents of students working in special education schools, special education classes and special education and rehabilitation centers affiliated to the Yozgat Provincial Directorate of National Education in the 2022-2023 academic year. Relational scanning model, one of the general scanning models, was used in the research. As a data collection tool; "Personal Information Form" developed by researchers, "Awareness Scale for the Effects of Sports on Individuals with Mentally Disabled Individuals (ZEBSEYFÖ)" developed by İlhan and Esentürk (2015), and "Attitude Scale for Sportive Activities of Individuals with Intellectual Disabilities (ZEBSEYTÖ)" developed by İlhan, Esentürk and Yarımkaya (2016) was used. A total of 451 participants, 130 teachers (82 women, 48 men) and 321 parents (210 women, 111 men) participated in the study voluntarily. SPSS 22.0 and AMOS 26 statistical package programs were used in the analysis of the data. "Confirmatory Factor Analysis" was conducted in order to provide evidence for the construct validity of the data obtained from the measurement tools. As a result of the analyzes, the Cronbach Alpha internal consistency value for the reliability of ZEBSEYFÖ was calculated as 0,98, while the Cronbach Alpha internal consistency value for the reliability of the ZEBSEYTÖ was calculated as 0,92. Independent sample t test and ANOVA Post Hoc Tukey test were used in the study. The awareness and attitude levels of the participants were compared in terms of gender, age, sports playing status and student medical diagnoses. In the research; according to the results of the t test between parents and teachers' awareness and attitude scores towards sports; awareness (t449: -5,303; p<0,01), positive attitude (t449: -5,061; p<0,01), negative attitude (t449: -6,107; p<0,01) and total attitude (t449: -5,476; p<0,01) It was determined that there were significant differences at the p<0,01 level in the scores of . Considering the awareness and attitude scores; it has been seen that teachers have higher values than parents. In the research, in the t-test comparison of parents and teachers by gender; no significant difference was found in the awareness and attitude levels of teachers according to gender (p>0,05). When parents were compared in terms of variables according to gender, positive attitude (t319: 3,77; p<0,01), negative attitude (t319: 2,18; p<0,01) and total attitude score (t319: 3,59; p <0,01) statistically significant differences were detected. In addition, the positive attitude (\bar{x} =88,11) and total attitude (\bar{x} =119,76) scores of the male parents were higher than the female parents, while the negative attitude scores (\bar{x} =30,78) were lower. There was no statistically significant difference in the level of awareness of the parents by gender (p>0,05). In the research, there was no significant difference between the awareness and attitude scores of parents and teachers according to whether they do sports regularly or not (p>0,05). In the research, whether there is a significant difference between the awareness and attitude scores of parents and teachers according to their age was examined with the ANOVA test. As a result of the analysis, no significant difference was found between the age of the teachers and their awareness and attitude scores (p>0,05). However, it was determined that there was a significant difference between the 51 and older age groups and the other age groups (20-30 years; 31-40 years; 41-50 years) in the awareness and attitude levels of the parents (p<0,01). In addition, the mean scores of the 51 years old and older group were the lowest compared to the other age groups (Awareness= 126,68; Total Attitude=107,40; Negative Attitude=29,58; Positive Attitude=77,81). In the research, whether there is a significant difference between the awareness and attitude scores of parents and teachers according to the medically diagnosed student group was examined with the ANOVA test. As a result of the analysis, the awareness, positive attitude and total attitude scores of the parents; it was determined that the parents with mild, moderate, severe and autistic children were significantly higher than the parents with very severe children. No significant results were found for the students with medical diagnosis in the negative attitude scores of the parents (p>0,05). When the analysis results were evaluated in terms of teachers, it was determined that there was no significant difference between the awareness and attitude scores of the medically diagnosed student group (p>0,05). As a result; teachers have higher awareness and attitude scores than parents; it has been determined that there is no difference in teachers according to age, gender, regular sports status and medically diagnosed student groups. In addition, the total attitude and positive attitude levels of the male parents are higher than the females; the awareness and attitude levels of the parents decrease as the age progresses; it has been determined that the awareness, positive attitude and total attitude levels of the parents who have very severely diagnosed children are statistically different from the other groups and their scores are lower.

Keywords: Mental disability, awareness, attitude, parent, teacher

SB66

Çocuk Judocuların Yüksek Şiddetli İnterval Uchi-Komi ve Ne-Waza Egzersizlerine Akut Fizyolojik ve Algısal Cevapları

Mehmet DURMAZ¹, Hasan Basri TAŞKIN², Bayram CEYLAN³

¹ Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Konya.

²Kastamonu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Antrenörlük Eğitimi, Hareket ve Antrenman Bilimleri.

³ Kastamonu Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi.

Giriş ve amaç: Çocuk judocuların farklı uygulamalarla yapılan yüksek şiddetli interval egzersizlere akut fizyolojik ve algısal cevaplarını inceleyen çalışma bulunmamaktadır. Dolayısıyla bu çalışmanın amacı çocuk judocuların yüksek şiddetli interval uchi-komi (UK) ve ne-waza (NW) egzersizlerine akut fizyolojik ve algısal cevaplarını incelemek idi. **Yöntem:** Çalışmaya yaş ortalamaları 10 ± 0.8 olan 14 adet çocuk judocu (5 kız) gönüllü olarak katılım sağlamıştır. Katılımcılara farklı günlerde iki farklı uygulama randomize bir şekilde gerçekleştirildi; ilkinde katılımcılar 4 x 20sn çalışma-20sn dinlenme oranları ile yüksek şiddetli UK (ippon-seoi-nage tekniği ile) egzersizi, ikincisinde ise 4 x 20sn çalışma-20sn dinlenme oranları ile NW (kesa-gatame tekniği ile) egzersizi gerçekleştirmişlerdir. Katılımcıların egzersizler öncesi dinlenme, egzersiz sonu ve 1dk kalp atım hızları (KAH), egzersiz sonrası algılanan zorluk derecesi skorları (AZD) alındı ve katılımcılara egzersiz sonrasında egzersiz keyif ölçeği gerçekleştirildi. **Bulgular:** Katılımcıların uygulamalar öncesi dinlenik KAH değerlerinde anlamlı bir farklılık gözlemlenmezken ($p=0.145$), farklı egzersizler sonrası KAH değerlerinde anlamlı farklılık gözlemlenmiştir ($p<0.001$; UK= 183.5 ± 9.9 , NW= 145.8 ± 19.4). Toparlanma KAH arasında ise yine UK uygulaması sonrası (KAH_{1dk}= 129.4 ± 15.8) NW egzersizi sonrasına göre (KAH_{1dk}= 106.8 ± 13.0) daha yüksek KAH değeri gözlemlenmiştir. AZD karşılaştırıldığında, katılımcılar UK egzersizi sonrası (AZD= 8.1 ± 1.0) NW egzersizine kıyasla (AZD= 5.5 ± 1.2) daha yüksek değer ortaya koymuştur ($p<0.001$). Ayrıca, katılımcıların egzersiz keyif anketi toplam puanı UK egzersizi sonrası (33.7 ± 3.7) NW egzersizi sonrasına (30.5 ± 2.9) göre daha yüksek bulunmuştur ($p=0.003$). **Sonuç:** Katılımcılar yüksek şiddetli UK egzersizleri sırasında yüksek şiddetli NW egzersizlerine göre KAH ve AZD değerlerine bakıldığında daha fazla fizyolojik yüke maruz kalmışlardır. Buna karşın katılımcılar UK uygulaması sırasında NW uygulamasına göre daha fazla keyif almışlardır. **Öneriler:** Çocuk judocularında yüksek şiddetli UK egzersizleri öncesi NW uygulamalarına yer verilerek sporcuların adaptasyonu sağlanabilir. Sporcuların egzersizden keyif alabilmesi için UK uygulamaları tercih edilebilir.

Anahtar Kelimeler: HIIT, Judo, Uchi-Komi, Ne-Waza

Acute Physiological and Perceptual Responses of Child Judo Athletes to High-Intensity Interval Uchi-Komi and Ne-Waza Exercises

Introduction and objective: There are no studies investigating the acute physiological and perceptual responses of child judoka to high-intensity interval training with different interventions. Therefore, the aim of this study was to examine the acute physiological and perceptual responses of child judokas to high-intensity interval uchi-komi (UK) and ne-waza (NW) exercises. **Method:** Fourteen child judokas (5 girls) with a mean age of 10 ± 0.8 years participated voluntarily in the study. The participants were randomized to two different interventions on different days; in the first one, the participants performed high-intensity UK (ippon-seoi-nage technique) exercise with 4 x 20 s work-20 s rest, and in the second one, they performed NW (kesa-gatame technique) exercise with 4 x 20 s work-20 s rest. Resting, post-exercise and 1-min heart rates (HRs) were monitored, post-exercise rate of perceived exertion (RPE) was obtained immediately after the exercises and participants completed an exercise enjoyment scale after the exercises. **Results:** While no significant difference was observed in resting HR before the interventions ($p=0.145$), a significant difference was observed in HR after different exercises ($p<0.001$; UK= 183.5 ± 9.9 , NW= 145.8 ± 19.4). Among recovery HR, a higher HR value was observed after UK exercise (HR_{1min}= 129.4 ± 15.8) than after NW exercise (HR_{1min}= 106.8 ± 13.0). When RPE was compared, participants showed a higher value after UK exercise (RPE= 8.1 ± 1.0) compared to NW exercise (RPE= 5.5 ± 1.2) ($p<0.001$). In addition, the participants' total exercise enjoyment questionnaire score was higher after UK exercise (33.7 ± 3.7) than after NW exercise (30.5 ± 2.9) ($p=0.003$). **Conclusion:** Participants were exposed to a higher physiologic load during high-intensity UK exercise compared to high-intensity NW exercise in terms of HR and RPE. On the other hand, the participants enjoyed the exercise more during the UK exercise than the NW exercise. **Conclusions:** Adaptation of athletes can be provided by including NW applications before high intensity UK exercises in pediatric judo athletes. UK applications may be preferred for athletes to enjoy the exercise.

Keywords: HIIT, Judo, Uchi-Komi, Ne-Waza

SB67

Yön Değişirme Hızı Testinde Yön Değişirme Açığı ve Lif Tipi Yüzdesi Arasındaki İlişkiler: Yön Değişirme Mesafesinin Etkisi

Gülce CENGİZ¹, Yunus Emre EKİNCİ¹, Tahir HAZİR¹

¹Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü, ANKARA

Amaç: Bu çalışmanın amacı 5-0-5 yön değişirme hızı testinde mesafeye bağlı olarak yön değişirme açığı ve lif tipi arasındaki ilişkiyi incelemektir. **Yöntem:** Bu çalışmanın araştırma grubu 19-28 yaş arasında aktif spor yapan 16 erkek gönüllüden oluşmaktadır. Katılımcılar laboratuvara geldiklerinde antropometrik ölçümlerden sonra, kapalı atletizm pistinde 5-0-5 yön değişirme hızı testi ve 20 m sürat testi gerçekleştirilmiştir. 5-0-5 testi içerisinde 2,5 metre mesafeye yerleştirilen fotosel kronometre ile 2,5-0-2,5 yön değişirme hızı performansı da belirlenmiştir. 20 m sürat testinde, 5 ve 10 m ara mesafelere yerleştirilen fotosel kronometreler ile 5 m ve 10m sürat performansı da belirlenmiştir. Sonrasında izokinetik dinamometrede 180°/sn açısal hızda sol bacakda 50 maksimal tekrar zirve tork değerleri ölçülmüştür. İlk ve son 5 zirve tork değerlerinden bir formül ile vastus lateralis kası için hızlı kasılan lif tipi yüzdesi tahmin edilmiştir. Yön değişirme açığı 5-0-5 için: 5-0-5 test zamanı ve 10 m sprint zamanı, 2,5-0-2,5 için: 2,5-0-2,5 test zamanı ve 5 m sprint zamanı ile belirlenmiştir. Değişkenler arasındaki ilişkiler Pearson Korelasyon Katsayısı ile belirlenmiştir. Korelasyon katsayıları; <0.10: önemsiz; 0.10-0.39: zayıf; 0,40-0,69: orta; 0,70-0,89: yüksek; 0,90-1.00: çok yüksek ilişki olarak kabul edilmiştir. **Bulgu:** 5-0-5 yön değişirme hız testinde yön değişirme açığı ile lif tipi arasında negatif yönlü anlamsız bir ilişki bulunmuştur ($r = -0,198$, $p = 0,462$). Benzer şekilde 2,5-0-2,5 yön değişirme hız testinde yön değişirme açığı ile lif tipi arasında da negatif yönlü anlamsız bir ilişki bulunmuştur ($r = -0,144$, $p = 0,594$). **Sonuç:** Bu çalışmanın bulguları, vastus lateralis kas lif tipi yön değişirme açığı ile ilişkili olmadığını ve bu ilişkinin yön değişirme mesafesinden etkilenmediğini göstermiştir.

Anahtar Kelimeler: Yön değişirme hızı testi, Yön değişirme açığı, Lif tipi, Yön değişirme mesafesi

Relationship between Direction Change Deficit and Fiber Type Percentage in Change of Direction Speed Test: The Effect of Change of Direction Distance

Aim: The aim of this study is to investigate the relationship between change of direction deficit and fiber type as a function of change of direction distance in change of direction speed test. **Method:** The research group consisted of 16 male volunteers aged between 19 and 28 who were active in sports. When the participants came to the laboratory, after anthropometric measurements were taken, the 5-0-5 change of direction speed test and 20m sprint test were performed on an indoor athletics track. In the 5-0-5 test, 2.5-0-2.5 change of direction speed performance was also determined with a photosensitive chronometer placed at a distance of 2.5 m. In 20m sprint test, 5m and 10m sprint test performance was also determined with photosensitive chronometers placed at 5 m and 10 m. Then 50-repetition maximum strength test on the left leg at an angular speed of 180°/sec using an isokinetic dynamometer. Percentage of fast twitch fiber type for vastus lateralis muscle was estimated with a formula using the first and last 5 peak torque values. Pearson correlation coefficients were used to determine the relationships between variables. Correlation coefficients were considered insignificant if <0.10, weak if 0.10-0.39, moderate if 0.40-0.69, high if 0.70-0.89, and very high if 0.90-1.00. **Results:** There was a non-significant negative relationship between direction change deficit and fiber type in the 5-0-5 change of direction speed test ($r = -0.198$, $p = 0.462$). Similarly, in the 2.5-0-2.5 change of direction speed test, there was also a non-significant negative relationship between direction change deficit and fiber type ($r = -0.144$, $p = 0.594$). **Conclusion:** The findings of this study showed that there is no relationship between fiber type and direction change deficit in the vastus lateralis muscle and that this relationship is not affected by direction change distance.

Keywords: Change of direction speed test, Change of direction deficit, Fiber type, Change of Direction Distance

SB68

5-0-5 Yön Değiştirme Hız Testinin Geçerliliği Yön Değiştirme Mesafesine ve Düz Sprint Mesafesine Bağlı mıdır?

Yusuf Ziya DOYMAZ¹, Yunus Emre EKİNCİ¹, Tahir HAZİR¹

¹Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü, ANKARA

Amaç: Bu çalışmanın amacı, yön değiştirme hızı testinin geçerliğinin yön değiştirme ve düz sprint mesafesine bağlı olup olmadığını belirlemektir. **Yöntem:** Araştırma grubu futbol, fitness ve tenis branşlarında aktif olarak antrenman yapan 18-29 yaş arasında 16 erkek sporcudan oluşmaktadır. Katılımcıların yön değiştirme hızı, kapalı atletizm pistinde 5-0-5 m ve 2.5-0-2.5 m yön değiştirme hızı testi ile ölçülmüştür. 2.5-0-2.5 m yön değiştirme hızı 5-0-5 m test parkurunun içine yerleştirilen fotosel kronometre ile belirlenmiştir. Katılımcılara 5 m ara zamanlı, 10 m sprint testi uygulanmıştır. Farklı yön değiştirme mesafeleri içeren yön değiştirme hızı testlerinin geçerliği Pearson Korelasyon Katsayısı ile değerlendirilmiştir. İstatistiksel yanılma düzeyi için $p < 0,05$ kullanılmıştır. Korelasyon katsayıları; $< 0,10$: önemsiz; $0,10-0,39$: zayıf; $0,40-0,69$: orta; $0,70-0,89$: yüksek; $0,90-1,00$: çok yüksek ilişki olarak kabul edilmiştir. **Bulgu:** 5-0-5 m yön değiştirme hızı süresi ile 10 m sprint süresi arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($r = 0,340$, $p = 0,200$). Benzer şekilde yön değiştirme mesafesi kısaltıldığında da yön değiştirme hızı süresi (2,5-0-2,5 m) ile 5 m sprint süresi arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($r = 0,140$, $p = 0,610$). **Sonuç:** Bu çalışmadan elde edilen bulgular, hem 5-0-5 m hem de 2.5-0-2.5 m yön değiştirme hızı testinin yön değiştirme hızı becerisini ölçmek için kullanılabilceğini göstermiştir.

Anahtar Kelimeler: Yön değiştirme hızı testi, Geçerlilik, Yön değiştirme mesafesi, Düz sprint

Is the Validity of the 5-0-5 Change of Direction Speed Test Dependent on the Change of Direction Distance and Straight Sprint Distance?

Aim: The aim of this study is to determine whether the validity of the change of direction speed test is dependent on the change of direction and straight sprint distance. **Method:** The research group consisted of 16 male athletes aged between 18-29 who actively train in football, fitness, and tennis. The participants' change of direction speed was measured using the 5-0-5 m and 2.5-0-2.5 m change of direction speed tests on an indoor athletics track. The 2.5-0-2.5 m change of direction speed was determined using a photoelectric timer placed within the 5-0-5 m test course. Participants were also administered a 5 m split-timed 10 m sprint test. The validity of change of direction speed tests with different change of direction distances was evaluated using the Pearson Correlation Coefficient. A statistical significance level of $p < 0.05$ was used. Correlation coefficients were considered as follows: < 0.10 : insignificant; $0.10-0.39$: weak; $0.40-0.69$: moderate; $0.70-0.89$: high; $0.90-1.00$: very high relationship. **Results:** There was no significant correlation between 5-0-5 m change of direction speed and 10 m sprint time ($r = 0.340$, $p = 0.200$). Similarly, when the change of direction distance was shortened, there was no significant correlation between change of direction speed (2.5-0-2.5 m) and 5 m sprint time ($r = 0.140$, $p = 0.610$). **Conclusion:** The findings of this study indicate that both the 5-0-5 m and 2.5-0-2.5 m change of direction speed tests can be used to measure change of direction speed skill.

Keywords: Change of direction speed test, Validity, Change of direction distance, Linear sprint

SB69

Ergenlik Öncesi Futbolcularda Reaksiyon Zamanı, Sürat ve İvmelenme Performansının Çeviklik ile İlişkisinin İncelenmesi

Mevlüt COBULOĞLU¹, Mehmet Gören KÖSE¹, Ayşe KİN İŞLER¹

¹Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü, Hareket ve Antrenman Bilimleri ABD, ANKARA

Giriş: Futbol içinde çok sayıda sprint, çeviklik, negatif ve pozitif ivmelenmeler barındıran bir takım spordur. Uyarının başladığı zaman ile tepkinin başladığı zaman aralığında geçen süre olarak tanımlanan

reaksiyon zamanı, karar verme süreciyle birlikte modern futbolda performans belirleyicilerindedir. Çeviklik, dışardan gelen bir uyarana, tüm bedeninin hızlı ve doğru reaksiyon hareketidir. Uyarana cevap bilişsel faktörlerin çeviklik performansında etkin olduğunu, bu bilişsel sürecin de reaksiyon süresi ve karar vermeyle doğrudan ilişkili olduğunu göstermektedir. **Amaç:** Bu araştırmanın amacı; ergenlik öncesi futbolcularda reaksiyon zamanı, ivmelenme ve sürat performansının çeviklik ile ilişkisinin incelenmesidir. **Yöntem:** Çalışmaya profesyonel bir futbol kulübünün alt yapısında oynayan 9-10 yaşları arasında 26 erkek sporcu katılmıştır. (Yaş: $9,46 \pm 0,582$ yıl, Boy Uzunluğu $140,25 \pm 5,07$ cm , Vücut Ağırlığı $34,35 \pm 4,23$ kg , Vücut Yağ %: $15,18 \pm 4,14$). Sporculara standart yöntemlerle sırasıyla boy uzunluğu, vücut ağırlığı ve vücut yağ % ölçümleri yapılmıştır. Katılımcılar testler öncesinde antrenör eşliğinde ısınmışlardır. Ardından sırasıyla Y Çeviklik Testi, reaksiyon zamanı ve 20m. sürat testi'ne tabi tutulmuşlardır. Sporcuların sürat testi sırasında hem ivmelenme (0-5m, 0-10m) hem de sürat (0-20m.) performansları değerlendirmeye alınmıştır. Her test ve tekrar 2 dakika arayla 2 kez uygulanmış, en iyi dereceler değerlendirmeye alınmıştır. Testlerden elde edilen verilere ait ortalama ve standart sapma değerleri hesaplandıktan sonra verilerin normal dağılım gösterdiği Shapiro-Wilk testi belirlenmiştir. Normal dağılım gösteren değişkenler arasındaki ilişki Pearson korelasyon analizi kullanılarak değerlendirilmiş ve anlamlılık düzeyi $p < 0,05$ olarak kabul edilmiştir. **Bulgular:** Pearson korelasyon analizi sonuçları reaksiyon zamanı ($p=0,057$), ivmelenme (0-5m; $p=0,321$, 0-10m; $p=0,074$) ve sürat (20m; $p=0,066$) ile çeviklik performansı arasındaki ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir ($p > 0,05$). **Sonuç:** Bu çalışmanın bulguları ergenlik öncesi futbolcularda çeviklik performansının reaksiyon zamanı, ivmelenme ve sürat bileşenlerinden daha çok karar verme ve yön değiştirme performansının baskın olduğu bir beceri olduğunu göstermektedir. **Öneriler:** Bu çalışma ergenlik öncesi futbolcularda uygulanmıştır farklı takım sporları ve yaş gruplarında da uygulanabilir.

Anahtar Kelimeler: Futbol, çeviklik, reaksiyon zamanı, ivmelenme, sürat

The Relationship Between Agility and Reaction Time, Acceleration and Speed Performance in Pre-Adolescent Football Players

Introduction: Football is a team sport that includes many sprints, agility, negative and positive accelerations. The reaction time is defined as the time between the onset of the stimulus and the time when the movement begins. Together with the decision-making process, it is one of the performance determinants in football. Agility is a rapid whole-body movement with change of velocity or direction in response to a stimulus. The stimulus response shows that cognitive factors are effective in agility performance, and this cognitive process is directly related to reaction time and decision making. **Purpose:** The aim of this study is to examine the relationship between reaction time, acceleration and speed performance with agility in pre-adolescent football players. **Method:** Twenty six male players between the ages of 9-10 participated playing in a professional football club in this study. (Age: 9.46 ± 0.582 years, Height: 140.25 ± 5.07 cm, Body Weight: 34.35 ± 4.23 kg, Body Fat %: 15.18 ± 4.14). Body weight and height, body fat percentage were measured by using standard methods. Participants warmed up with a trainer before the tests. Afterwards, Y-shaped agility test, reaction time and 20m. sprint test were applied respectively. Both acceleration (0-5m.; 0-10m.) and speed performances (0-20m.) of the players were evaluated during the speed test. The tests were applied 2 times with an interval of 2 minutes and the best values were evaluated. After calculating the mean and standard deviation values, the normality distribution was checked by using the Shapiro-Wilk test and the data was normally distributed. Pearson correlation analysis was used to relationship between normally distributed variables and the level of significance was accepted as $p < 0.05$. **Result:** Pearson correlation analysis results show that agility performance was not statistically significant with reaction time ($p=0.057$), acceleration (0-5m; $p=0.321$, 0-10m; $p=0.074$) and speed (20m; $p=0.066$) ($p > 0.05$). **Conclusion:** The findings of this study show that decision making and change of direction skills important than the reaction time, acceleration and speed components at agility performance in pre-adolescent football players. **Suggestions:** This study was applied to pre-adolescent football players and can be applied to different team sports and age groups.

Keywords: Football, agility, reaction time, acceleration, speed

SB70

Sporcularda Zihinsel Dayanıklılığın Profesyonelizme Etkisi

Aynur KARACA¹, Nuri Berk GÜNGÖR¹, Fikret SOYER¹

¹Balıkesir Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Bu çalışmanın amacı, sporcuların zihinsel dayanıklılık düzeyinin profesyonelizme etkisini belirlemektir. Araştırmanın çalışma grubunu, 2023 yılında Balıkesir ilinde lisanslı olarak müsabakalara katılan 124'ü (%61.7) kadın, 77'si (%38.3) erkek toplam 201 katılımcı oluşturmaktadır. Araştırmanın modeli ilişkisel tarama metodunda betimlenmiştir. Araştırmada veri toplama aracı olarak; Erdoğan (2016) tarafından geliştirilen Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği ve Güngör, Kurtipek & İlhan'ın (2022) geliştirdiği Sporcular için Profesyonelizm Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde; betimsel istatistikler, T-Testi, korelasyon analizi ve regresyon analizinden faydalanılmıştır. Araştırma bulguları dikkate alındığında, katılımcıların zihinsel dayanıklılık ve profesyonelizm düzeylerinin iyi bir seviyede olduğu ifade edilebilir. Buna ek olarak, katılımcıların zihinsel dayanıklılık ve profesyonelizm düzeylerinin cinsiyet, branş ve milli olma değişkenine göre istatistiksel olarak farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmada yer alan bağımlı ve bağımsız değişkenler arasındaki ilişkinin belirlenebilmesi amacıyla gerçekleştirilen korelasyon analizi sonuçları incelendiğinde ise katılımcıların zihinsel dayanıklılıkları ve profesyonelizm düzeyleri arasında yüksek seviyede pozitif yönlü bir ilişkinin olduğu görülmektedir, ($r=.76$). Bu noktadan hareketle, katılımcıların zihinsel dayanıklılık düzeyinin artmasıyla profesyonelizm düzeyinin de yükseldiği belirtilebilir. Buna ek olarak, zihinsel dayanıklılığın profesyonelizmi %58 oranında yordadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Zihinsel dayanıklılık, profesyonelizm, sporcu

The Effect of Mental Toughness on Professionalism in Athletes

The aim of this study is to determine the effect of mental toughness level of athletes on professionalism. The study group of the research consists of 201 participants, 124 (61.7%) female and 77 (38.3%) male, who participated in the licensed competitions in Balıkesir province in 2023. The model of the research is described in the relational screening method. As a data collection tool in the research; The Mental Toughness Scale developed by Erdoğan (2016) and the Professionalism Scale for Athletes developed by Güngör, Kurtipek & İlhan (2022) were used. In the analysis of data; descriptive statistics, T-Test, correlation analysis and regression analysis were used. Considering the research findings, it can be stated that the mental toughness and professionalism levels of the participants are at a good level. In addition, it was concluded that the mental toughness and professionalism levels of the participants did not differ statistically according to the gender, branch and nationality variables. When the results of the correlation analysis, which was carried out to determine the relationship between the dependent and independent variables in the study, are examined, it is seen that there is a high level of positive relationship between the mental toughness and professionalism levels of the participants ($r=.76$). From this point of view, it can be stated that the level of professionalism increases with the increase in the mental toughness level of the participants. In addition, it was concluded that mental toughness predicted professionalism by 58%.

Keywords: Mental endurance, professionalism, athlete.

SB71

Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Fiziksel Benlik Algısı ve Sosyal Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Öznur ŞAN¹, Kazim KÜÇÜKER², Fikret SOYER¹

¹*Spor Bilimleri Fakültesi, Balıkesir Üniversitesi, Balıkesir, Türkiye*

²*Mehmet Akif Ersoy İlkokulu, Milli Eğitim Bakanlığı, Balıkesir, Türkiye*

Amaç: Bu araştırmanın amacı spor bilimleri fakültesindeki öğrencilerinin fiziksel benlik algısı ve sosyal becerileri arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığını belirlemektir. **Yöntem:** Araştırmaya 164 Spor Bilimleri Fakültesi öğrencisi gönüllü olarak katılmıştır. Veriler 2022-2023 eğitim-öğretim yılının güz döneminde online anket yöntemi ile elde edilmiştir. Verilerin toplanmasında kişisel bilgi formunun yanı sıra Çağlar (2017) tarafından geliştirilen Fiziksel Benlik Ölçeği ve Yüksel (1997) tarafından Türkçeye uyarlanan Sosyal Beceri Envanteri kullanılmıştır. Normal dağılım gösteren verilerin analizinde, ikili karşılaştırmalar için independent samples t testi, ikiden fazla grubun karşılaştırılmasında ise One-way ANOVA kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkinin belirlenmesinde Pearson korelasyon kat sayısı analizi kullanılmıştır. **Bulgular:** Elde edilen bulgular incelendiğinde, araştırmaya katılan öğrencilerin fiziksel benlik algı puanlarının cinsiyet, yaş, bölüm, sınıf ve spor alan kategorisi değişkenleri üzerinde anlamlı farklılık oluşturmamıştır. Katılımcıların fiziksel benlik algı puanlarının ortalamasının üstünde olduğu görülmüştür. Öğrencilerin sosyal beceri envanteri üzerinden aldıkları toplam puanlarının yüksek olduğu, cinsiyet, yaş, bölüm ve sınıf değişkenleri üzerinde anlamlı bir farklılık oluşturmadığı görülmüştür. Bunun yanında, spor alanı değişkeni göre anlamlı bir farklılık oluşmuş ve bireysel spor yapan öğrencilerin takım sporu yapan öğrencilere göre sosyal becerilerinin yüksek olduğu belirlenmiştir. **Sonuç:** Sonuç olarak yapılan korelasyon analizine göre araştırmanın amacı doğrultusunda Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin fiziksel benlik algıları ile sosyal becerileri arasında ilişki incelenmiş ve aralarında düşük düzeyde ilişki tespit edilmiştir ($r=0.377$). **Öneriler:** Gelecek çalışmalarda katılımcı sayısı artırılabilir, farklı fakülte öğrencileri ile spor bilimleri fakülte öğrencileri arasında karşılaştırma yapılabilir.

Anahtar Kelimeler: Benlik, fiziksel benlik algısı, sosyal beceri, sosyallik

**Examination of the Relationship Between Physical Self Perception and Social Skills of Students
Faculty of Sports Sciences**

Purpose: The aim of this research is to determine whether there is a significant relationship between physical self-perception and social skills of students in the faculty of sports sciences. **Method:** One hundred and sixty-four Sports Sciences Faculty students participated in the research voluntarily. The data were obtained by online survey method in the fall semester of the 2022-2023 academic year. In addition to the personal information form, the Physical Self Scale developed by Çağlar (2017) and the Social Skills Inventory adapted to Turkish by Yüksel (1997) were used to collect the data. In the analysis of normally distributed data, independent samples t-test was used for pairwise comparisons, and One-way ANOVA was used for the comparison of more than two groups. Pearson correlation coefficient analysis was used to determine the relationship between variables. **Results:** When the findings were examined, the physical self-perception scores of the students participating in the research did not make a significant difference on the variables of gender, age, department, class and sports field category. It was observed that the physical self-perception scores of the participants were above the average. It was observed that the total scores of the students on the social skills inventory were high, and there was no significant difference in gender, age, department and class variables. In addition, there was a significant difference according to the sports field variable and it was determined that the social skills of the students who did individual sports were higher than the students who did team sports. **Conclusion:** As a result, according to the correlation analysis made, the relationship between the physical self-perceptions of the Faculty of Sport Sciences students and their social skills was examined in line with the purpose of the research, and a low-level relationship was found between them ($r=0.377$). **Suggestions:** In future studies, the number of participants can be increased, and comparisons can be made between students of different faculties and sports sciences faculty.

Keywords: Self, physical sense of self, social skills, sociability

SB72

Antrenör Adaylarının Mesleğe Yönelik Tutumlarının Akademik Motivasyonları Üzerine Etkisi

Senanur AKDAĞ¹, Yağmur Ece CİVAN¹, Kazım KÜÇÜKER², Özkan IŞIK¹

¹Spor Bilimleri Fakültesi, Balıkesir Üniversitesi, Balıkesir, Türkiye

²Mehmet Akif Ersoy İlkokulu, Milli Eğitim Bakanlığı, Balıkesir, Türkiye

Amaç: Bu araştırmanın amacı antrenör adaylarının mesleğe yönelik tutumlarının akademik motivasyonları üzerine etkisinin olup olmadığını belirlemektir. **Yöntem:** Araştırmaya 378 antrenör adayı gönüllü olarak katılmıştır. Veriler 2022-2023 eğitim-öğretim yılının güz döneminde online anket yöntemi ile elde edilmiştir. Verilerin toplanmasında kişisel bilgi formunun yanı sıra Koçak (2020) tarafından geliştirilen Antrenörlüğe Yönelik Tutumlar Ölçeği ve Ünal Karagüven (2012) tarafından Türkçeye uyarlanan Akademik Motivasyon Ölçeği kullanılmıştır. Normal dağılım gösteren verilerin analizinde, ikili karşılaştırmalar için independent samples t testi, ikiden fazla grubun karşılaştırılmasında ise One-way ANOVA kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkinin belirlenmesinde Pearson korelasyon kat sayısı ve basit doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır. **Bulgular:** Elde edilen bulgular incelendiğinde, akademik motivasyon ve alt boyutlarında cinsiyet, yaş, yaşadığı yer, öğrenim durumu, spor kategorisi ve yarışma kategorisi değişkenleri arasında anlamlı farklılık oluşturmuştur. Erkeklerin motivasyonsuzluğunun kadınlara göre yüksek, amatör sporcuların iç ve dış motivasyonlarının diğer sporculara göre düşük, 20-21 yaş aralığındaki katılımcıların motivasyonlarının diğer kategorilere göre daha yüksek, yüksek lisans mezunlarının motivasyonsuzluğunun lise ve lisans mezunlarına göre yüksek olduğu görülmüştür. Antrenörlüğe yönelik tutuma bakıldığında alınan sonuçlara göre cinsiyet, yaş, spor kategorisi, spor yaptığı toplam yıl ve yarışma kategorisi değişkenlerinde anlamlı farklılıklar görülmüştür. Kadınların antrenörlüğe karşı bilişsel tutum düzeyleri erkeklerden yüksek, 18-19 yaş grubundaki katılımcıların 20-21 yaş katılımcılara göre antrenörlüğe yönelik tutumları düşük, bireysel spor yapanların takım sporları yapanlara göre tutumları yüksek, 11 yıl ve üstü spor yapanların 6-10 yıl spor yapanlara göre antrenörlüğe yönelik tutumlarının yüksek olduğu anlaşılmıştır. **Sonuç:** Sonuç olarak, akademik motivasyonun antrenörlük mesleğine yönelik tutum yüksek düzeyde pozitif yönde bir ilişki tespit edilmiştir. Ayrıca antrenörlük mesleğine yönelik tutumun akademik motivasyonu %35 oranında etkilediği tespit edilmiştir. **Öneriler:** Antrenörlük mesleğine yönelik tutum ilişkisi yine etki edebileceği düşünülen farklı konularla incelenebilir.

Anahtar Kelimeler: Akademik motivasyon, antrenörlük, tutum

The Effect of Coach Candidates' Attitudes to the Profession on Their Academic Motivations

Purpose: The aim of this research was to determine whether the attitudes of the coach candidates towards the profession have an effect on their academic motivation. **Method:** Three hundred and seventy-eight coach candidates voluntarily participated in the research. The data were obtained by online survey method in the fall semester of the 2022-2023 academic year. In addition to the personal information form, the Attitudes Towards Coaching Scale developed by Koçak (2020) and the Academic Motivation Scale adapted to the Turkish language by Ünal Karagüven (2012) were used to collect the data. In the analysis of normally distributed data, independent samples t-test was used for pairwise comparisons, and One-way ANOVA was used for the comparison of more than two groups. Additionally, the Pearson correlation coefficient and simple linear regression analysis were used to determine the relationship between variables. **Results:** When the findings were examined, there was a significant difference between the variables of gender, age, place of residence, education level, sports category, and competition category in terms of academic motivation and its sub-dimensions. It was seen that the motivation of the men was higher than the women, the internal and external motivation of the amateur athletes was lower than the other athletes, and the motivation of the participants in the 20-21 age range was higher than the other age categories, and the unmotivation of the graduates was higher than the high school and undergraduate graduates. Considering the attitude towards coaching, according to the results obtained, significant differences were observed in the variables of gender, age, sports category, total years of sports, and competition category. Cognitive attitude levels of women towards coaching were higher than men, 18-19 age group participants was lower attitudes towards coaching compared to 20-21 age participants, individual sports players were higher attitudes than team sports, those who do sports for 11 years or more was a higher attitude towards coaching than those who do sports for 6-10 years. It was found that their attitudes towards. **Conclusion:** Finally, a high-level positive relationship was found between academic motivation and attitude toward the coaching profession. In addition, it has been determined that the attitude toward the coaching profession predicted academic motivation by 35%. **Suggestions:** The relationship of attitude towards the coaching profession can be examined with different subjects that are thought to have an impact.

Keywords: Academic motivation, coaching, attitude

SB73

Fitness Merkezi Kullanıcılarının Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutumları ile Kas Görünüm Memnuniyeti Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Metehan HACİBEBEKOĞLU¹, Berçem AKDÜZGÜN¹, İsmail Emre DENİZ¹, Özkan IŞIK¹

¹*Spor Bilimleri Fakültesi, Balıkesir Üniversitesi, Balıkesir, Türkiye*

Bu araştırma fitness merkezlerindeki kullanıcıların sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumlarını ve kas görünüm memnuniyetini belirlemek amacıyla yapılmıştır. Araştırmanın örneklemini fitness merkezine üye olan toplam 393 katılımcı oluşturmuştur. Veriler online anket yöntemi ile toplanmıştır. Verilerin toplanması amacıyla Kişisel Bilgi Formunun yanı sıra Tekkurşun Demir ve Cicioğlu (2019) tarafından geliştirilen "Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Ölçeği" ve Selvi ve Bozo (2020) tarafından geliştirilen "Kas Görünüm Memnuniyeti Ölçeği" kullanılmıştır. Normal dağılım gösteren verilerin analizinde, ikili karşılaştırmalar için independent samples t testi, ikiden fazla grubun karşılaştırılmasında ise One-way ANOVA kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkinin belirlenmesinde Pearson korelasyon analizi kullanılmıştır. Araştırma bulgularına göre, katılımcıların sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum puanları haftalık egzersiz günü sayısına göre anlamlı farklılık gösterirken, cinsiyet, eğitim durumu ve meslek değişkenine göre farklılık göstermemektedir. Ayrıca, kas görünüm memnuniyeti puanları, cinsiyet ve haftalık egzersiz günü sayısına göre anlamlı farklılık gösterirken, meslek ve eğitim değişkeni açısından anlamlı farklılık göstermemiştir. Korelasyon analizi sonucunda katılımcıların sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumları ile kas görünüm memnuniyeti arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır. Sonuç olarak, fitness merkezi kullanıcılarının sağlıklı beslenme konusunda bilinçlendirilmesi ve böylece daha iyi bir kas görünüm memnuniyetine sahip olabilecekleri düşünülebilir.

Anahtar Kelimeler: Sağlıklı beslenme, Fitness, Kas görünümü

Examination of the Relationship between Fitness Center Users' Attitudes to Healthy Nutrition and Muscle Appearance Satisfaction

This research was conducted to determine the attitudes of users in fitness centers towards healthy eating and their satisfaction with muscle appearance. The sample of the study consisted of a total of 393 volunteer participants who were members of the fitness center. Data were collected by online survey method. In addition to the Personal Information Form, the "Attitude Scale towards Healthy Eating" developed by Tekkurşun Demir and Cicioğlu (2019) and the "Muscle Appearance Satisfaction Scale" developed by Selvi and Bozo (2020) were used to collect the data. In the analysis of normally distributed data, independent samples t-test was used for pairwise comparisons, and One-way ANOVA was used for comparison of more than two groups. Pearson correlation analysis was used to determine the relationship between variables. According to the research findings, while the participants' attitudes toward healthy eating differ significantly according to the number of exercise days per week, they do not differ according to gender, educational status, and occupation. In addition, while muscle appearance satisfaction scores differed significantly according to gender and the number of exercise days per week, there was no significant difference in terms of occupation and education variables. As a result of the correlation analysis, no significant relationship was found between the participants' attitudes toward healthy eating and muscle appearance satisfaction. As a result, it can be thought that fitness center users should be conscious about healthy eating and thus they can have better muscle appearance satisfaction.

Keywords: Healthy eating, Fitness, Muscle appearance

SB74

Zihinsel Antrenman Beceri ve Teknikler ile Mücadele ve Tehdit Düzeyleri Arasındaki İlişki: Aşamalı Regresyon Analizi

Yunus Emre YARAYAN¹, Nurullah ERKUN¹, Alper SOĞUT¹, Mehdi ASLAN¹

¹*Siirt Üniversitesi, BESYO, Siirt*

Bu araştırmanın amacı farklı spor branşında lisanslı olarak spor yaşamına devam eden farklı branşlarda (futbol, basketbol, tenis, güreş) zihinsel antrenman beceri ve teknik düzeyleri ile mücadele ve tehdit düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Bu kapsam doğrultusunda araştırmaya spor yaşamına devam eden 131'i erkek (%44,9) ($X_{yaş}=21,07±1,81$), 161'i kadın (%55,1) ($X_{yaş}=21,73±2,39$) olmak üzere toplam 292 sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Araştırma, ilişkisel tarama modeli ile oluşturulmuştur. Araştırma kapsamında veri toplama aracı olarak "Kişisel Bilgi Formu", "Sporda Zihinsel Antrenman Envanteri", "Sporda Mücadele ve Tehdit Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen verilerin analizinde ilk olarak kayıp veri ve uç veri analizleri gerçekleştirilmiştir. Ayrıca normallik varsayımları için çarpıklık ve basıklık değerlerine bakılmış ve dağılımın normal olduğu tespit edilmiştir. Bu doğrultuda değişkenler arasındaki ilişkiyi belirlemek için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon analizi, bağımsız değişkenin (*Zihinsel Antrenman Beceri ve Teknikleri*) bağımlı değişkeni (*Mücadele ve Tehdit*) yordamadaki güçlerini belirlemek amacıyla Adımsal Regresyon analizi kullanılmıştır. Araştırma kapsamında elde edilen bulgular incelendiğinde mücadele alt boyutunda 2 aşamada, tehdit alt boyutunda ise 3 aşamada tamamlanmıştır. Elde edilen bu sonuç doğrultusunda bu becerilerin mücadele düzeyinin belirleyicisi olduğu söylenebilir. Zihinsel performans ve zihinsel temel beceriler olarak ifade edilen (*Öz-Farkındalık, Üretken Düşünme, Özgüven, Başarıyı Sürdürme, Algısal ve Bilişsel Beceriler, Dikkat, Odaklanma, Uyarılma*) değişkenlerin artmasıyla birlikte mücadele düzeylerinin de artacağı şeklinde yorumlanabilir. Elde edilen bir diğer sonuç doğrultusunda bu beceri ve tekniklerin tehdit düzeyinin belirleyicisi olduğu söylenebilir. Zihinsel performans, kendinle konuşma ve zihinsel temel beceriler olarak ifade edilen (*Öz-Farkındalık, Üretken Düşünme, Özgüven, Başarıyı Sürdürme, Algısal ve Bilişsel Beceriler, Dikkat, Odaklanma, Uyarılma*) değişkenlerin artmasıyla birlikte tehdit düzeylerinin de azalacağı şeklinde yorumlanabilir.

Anahtar Kelimeler: Spor, Zihinsel Antrenman, Mücadele Tehdit

Investigation of the Relationship between Mental Training Skills and Techniques of Individual and Team Athletes, and Levels of Challenge and Threat

The aim of this research is to examine the relationship between mental training skill and technique levels and challenge and threat levels in different sports branches (football, basketball, tennis, wrestling). In line with this scope, a total of 292 athletes, 131 of whom were male (44.9%) ($X_{age}=21.07±1.81$) and 161 of whom were female (55.1%) ($X_{age}=21.73±2.39$), participated in the study voluntarily. The research was designed with relational screening model. Within the scope of the research, "Personal Information Form", "Mental Training Inventory in Sport", "Challenge and Threat Scale in Sport" were used as data collection tools. In addition, skewness and kurtosis values were examined for normality assumptions and it was determined that the distribution was normal. In this direction, Pearson Product Moment Correlation analysis was used to determine the relationship between the variables, and Stepwise Regression analysis was used to determine the power of the independent variable (Mental Training Skills and Techniques) in predicting the dependent variable (Challenge and Threat). When the findings obtained within the scope of the research are analysed, it was completed in 2 stages in the struggle sub-dimension and in 3 stages in the threat sub-dimension. In line with this result, it can be said that these skills are determinants of the level of struggle. It can be interpreted that as the variables expressed as mental performance and mental basic skills (Self-awareness, Productive Thinking, Self-confidence, Sustaining Success, Perceptual and Cognitive Skills, Attention, Focus, Arousal) increase, the level of struggle will also increase. In line with another result obtained, it can be said that these skills and techniques are determinants of threat level. It can be interpreted that the threat levels will decrease with the increase in the variables expressed as mental performance, self-talk and mental basic skills (Self-awareness, Productive Thinking, Self-confidence, Sustaining Success, Perceptual and Cognitive Skills, Attention, Focus, Arousal).

Keywords: Sport, Mental Training, Fighting Threat

SB75

Mikro Öğretim Tekniğinin Kullanımının Beden Eğitimi Öğretmen Adaylarının Öğretim Stillerine Yönelik Tercihlerine ve Algılarına Etkisi

Tarık BALCI¹, Mehmet YANIK¹

Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Balıkesir Üniversitesi, Balıkesir

Giriş ve Amaç: Günümüzde öğretim programlarının çok boyutlu amaç ve kazanımları ile sınıflardaki öğrenci çeşitliliği, beden eğitimi öğretmenlerinin derslerinde alternatif öğretim metodolojilerinden yararlanmalarını gerektirmektedir. Dolayısıyla, lisans öğrenimleri sırasında öğretmen adaylarını öğretimin farklı yolları konusunda yetiştirmek önem arz etmektedir. Bu düşünceden hareketle çalışmanın amacı, lisans derslerinde mikro öğretim tekniği aracılığıyla deneyim kazanmanın, beden eğitimi öğretmen adaylarının öğretim stillerine yönelik tercihleri ile değer algılarına etkisi olup olmadığını belirlemektir. **Yöntem:** Tek grup ön test-son test deseninde yürütülen çalışmaya, bir devlet üniversitesinde öğrenim gören ve “Beden Eğitimi ve Spor Öğretimi” dersine kayıtlı 31 beden eğitimi öğretmen adayı katılmıştır. Verilerin toplanmasında, ‘Beden Eğitimi Öğretmenleri Öğretim Stilleri Değer Algıları’ ölçeğinden yararlanılmıştır. Verilerin analizinde ise betimsel istatistikler, bağımlı örneklem t-testi ve Wilcoxon işaretli sıralar testi kullanılmıştır. 14 haftalık çalışmanın ilk haftasında öğretmen adaylarından ön test ölçümleri alınmış ve ilk beş haftada öğretim stillerine yönelik kuramsal dersler verilmiştir. Ardından sekiz haftalık süreçte öğretim stillerine ilişkin mikro öğretim uygulamaları gerçekleştirilmiştir. 14. haftada ise son test ölçümleri elde edilmiştir. **Bulgular:** Ön-son test öğretim stili tercihlerindeki değişimler incelendiğinde, öğretmen adaylarının yalnızca Katılım Stiline yönelik tercihlerinde istatistiksel olarak anlamlı düzeyde artış meydana geldiği saptanmıştır ($z=-2,147$; $p<0,05$). Ayrıca, son testte öğretmen adaylarının Katılım ($z=-2,919$; $p<0,01$) ve Yönlendirilmiş Buluş Stillerinin ($t=-2,397$; $p<0,05$) öğrenciler için faydalı olduğuna daha fazla inandıkları tespit edilmiştir. **Sonuç:** Çalışma sonucunda öğretmen adaylarının Öğretim Stilleri Yelpazesinde yer alan çeşitli öğretim stiline yönelik tercihlerinde ve değer algılarında ön testten son teste değişimler meydana gelmiş olsa da yalnızca sınırlı öğretim stili açısından istatistiksel farklılık olduğu bulunmuştur. **Öneriler:** Mikro öğretimin beden eğitimi öğretmen adaylarının öğretim stillerine yönelik tercihlerine ve değer algılarına etkisini belirlemek amacıyla gelecek çalışmalarda kontrol grubunun yer alması, çalışmaların daha uzun süreli olarak ve daha geniş katılımcı sayısı ile yürütülmesi önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Beden eğitimi öğretmen adayları, mikro öğretim, öğretim stilleri

The Effect of the Use of Micro-Teaching Technique on the Preferences and Perceptions of Pre-Service Physical Education Teachers towards Teaching Styles

Introduction and Purpose: Nowadays, the multidimensional aims and learning outcomes of the curriculum and the diversity of students in the classrooms require physical education teachers to benefit from alternative teaching methodologies in their lessons. Therefore, it is important to train pre-service teachers about different ways of teaching during undergraduate education. In line with this idea, the aim of the study was to determine whether gaining experience through micro-teaching technique in undergraduate courses influences pre-service physical education teachers' preferences for teaching styles and value perceptions. **Method:** 31 pre-service physical education teachers who were studying at a state university and enrolled in the “Physical Education and Sports Teaching” course participated in the study, which was carried out in a single group pre-test-post-test design. In collecting the data, ‘Physical Education Teachers Teaching Styles Value Perceptions’ scale was used. Descriptive statistics, dependent samples t-test and Wilcoxon signed-rank test were used in the analysis of the data. In the first week of the 14-week study, pre-test measurements were taken from the pre-service teachers and theoretical lectures on teaching styles were given in the first five weeks. Then, micro-teaching practices related to teaching styles were carried out in an eight-week period. At the 14th week, post-test measurements were obtained. **Results:** When the changes in the pre-posttest teaching style preferences were examined, it was found that there was a statistically significant increase in the pre-service teachers' preferences for only the Inclusion Style ($z=-2,147$; $p<0,05$). In addition, in the post-test, it was determined that pre-service teachers believed more that Inclusion ($z=-2,919$; $p<0,01$) and Guided Discovery Styles ($t=-2,397$; $p<0,05$) were beneficial for students. **Conclusion:** As a result of the study, although there were changes in the preferences and value perceptions of the teacher candidates for various teaching styles in the Spectrum of Teaching Styles from the pretest to the posttest, it was found that there was a statistical difference in only a few teaching styles. **Suggestions:** In future studies, it is recommended that a control group be included to determine the effect of micro-teaching on pre-service teachers' preferences for teaching styles and value perceptions, and studies should be carried out for a longer period and with a larger number of participants.

Keywords: Micro-teaching, pre-service physical education teachers, teaching styles

SB76

İnformel Profesyonel Gelişim ve UETT Öğretmen Standartları Perspektifinden Beden Eğitimi ve Spor Dersinde Dijital Dönüşüm

Samet KOCAMAN¹, Yunus ARSLAN¹

¹*Pamukkale Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Denizli*

Bu çalışmanın amacı, dijital dönüşümün öncüleri olan Beden Eğitimi Öğretmenlerinin UETT (Uluslararası Eğitim Teknolojileri Topluluğu) standartları perspektifinden dijital dönüşüme yönelik informel profesyonel gelişimlerini nasıl tamamladıklarının araştırılmasıdır. Çalışmada nitel araştırmalarda kullanılan kartopu örneklem yöntemi tercih edilmiştir. Çalışma grubunu Ankara(2), İstanbul, İzmir(2) ve Sakarya’da bulunan MEB’e bağlı ilkokul, ortaokul ve mesleki eğitim merkezinde çalışan 55 yaşını geçmemiş minimum 5 yıllık öğretmenlik deneyimine sahip olan 6 farklı beden eğitimi öğretmeni oluşturmuştur. Katılımcılar, Formal eğitimlerin seviyelere ve branşlara göre olması gerektiğini savunmaktadırlar. Formal eğitimin yetersizliğinden dolayı katılımcılar İnformel öğrenmeyi tercih etmişlerdir. Katılımcılar UETT öğreten standartlarına sahip olan Beden eğitimi öğretmenlerinin, öğrencilerin başarılarını arttıracaklarını savunmuşlardır. Beden eğitimi öğretmenleri Web 2.0 araçlarını ders içinde ve ders sonrasında aktif bir şekilde kullanıp aynı zamanda bu durumu Beden eğitimi ve spor dersine entegre etmişlerdir. Derslerinde Web 2.0 araçları kullanımının hareketsizliğe neden olmayacağını aksine öğrencilerin bilişsel ve duyuşsal becerilerini geliştirdiği gibi kinestetik beceriyi de geliştirdiği vurgulamaktadır. Araştırma sonucunda Beden eğitimi öğrenmelerinin İnformel öğrenmeyi tercih ettikleri, Formal eğitime karşı çıkmadıkları aksine geliştirilmesi gerektiği görülmüştür. UETT öğreten becerilerine sahip olan öğretmenler lider, sorgulayan, yaratıcı ve merak uyandıran öğrenciler yetiştirmeye çalışmaktadırlar. Derslerinde ve sonrasında Web 2.0 araçlarını kullanmak öğrencileri motive ettiği gibi aynı zamanda derse bakış açılarını da etkilemektedir.

Anahtar kelimeler: İnformel Eğitim, UETT öğreten standartları, dijital dönüşüm, Web 2.0 araçları.

Digital Transformation in Physical Education and Sports Lesson from the Perspective of Informal Professional Development and UETT Teacher Standards

The aim of this study is to investigate how Physical Education Teachers, who are the pioneers of digital transformation, complete their informal professional development for digital transformation from the perspective of UETT (International Society for Educational Technology) standards. Snowball sampling method used in qualitative research was preferred in the study. The study group consisted of 6 different physical education teachers working in primary, secondary and vocational education centers affiliated to the Ministry of National Education in Ankara (2), Istanbul, Izmir (2) and Sakarya with a minimum of 5 years of teaching experience and not older than 55 years. Participants argue that formal education should be based on levels and branches. Participants preferred informal learning due to the inadequacy of formal education. Participants argued that Physical Education teachers who have UETT teacher standards will increase the success of students. Physical education teachers actively used Web 2.0 tools during and after the lesson and at the same time integrated this situation into the physical education and sports course. They emphasize that the use of Web 2.0 tools in their lessons will not cause inactivity, on the contrary, it improves students' cognitive and affective skills as well as kinesthetic skills. As a result of the research, it was seen that physical education learners prefer informal learning, they do not oppose formal education, on the contrary, it should be developed. Teachers who have UETT teacher skills try to raise students who are leaders, questioning, creative and curious. Using Web 2.0 tools during and after their lessons motivates students and also affects their perspectives on the lesson.

Keywords: Informal Education, UETT teacher standards, digital transformation, Web 2.0 tools.

SB77

Beceri Öğreniminde Beyin: Ayna Nöronlar ve Motor Beceri

Melike KESKİNOĞLU¹, Semih KARAMAN², Kadir GÖREN¹

¹*Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü*

²*Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü*

Motor beceri öğrenimi, kişinin temelde sinir-kas ilişkisiyle ortaya çıkaracağı hareketin beynin ilgili bölgelerinde değerlendirilip kazanılan yetidir. Bu yeti, ayna nöronlar ile gözlemsel olarak tetiklenebilir. Bu çalışmada amaç, fiziksel bir aktivite olmadan öğrenmeyi ve taklit etmeyi sağlayan ayna nöronlar ile fiziksel bir öğrenme ortamına girmeden sporcunun/bireyin öğrenilecek becerinin doğru bir görselini izleyerek edimsel hazırlığın beceri öğretimindeki etkisini araştırmaktır. Maymunlar üzerinde yapılan çalışmalarda, ventral premotor korteksinde keşfedilen ayna nöronlar, insan beyin korteksinde varlığı tespit edilmiştir. Kişinin, istirahatte üretilen “santral mu ritmi” başka bireylerin hareketlerini izlemesi, kişinin “mu” ritmini bloke ederek beynin istirahat durumunu ortadan kaldırır. Bu teoriye dayanarak bireyin dinamik bir görüntü izlemesi beynin istirahat durumundan çıkıp aktif hale gelmesini sağlar. Duyusal ön bilgi girdisinin bireysel tecrübelerden ziyade, dinamik görüntülenme yöntemi ve ayna nöronlar aracılığıyla, beyinde ilgili kortekslerde değerlendirip, duyusal bilgiyi öğrenip benzer çıktılar verebilir.

Anahtar Kelimeler: Beyin, Ayna Nöron, Motor Öğrenme

Brain in Skill Learning: Mirror Neurons and Motor Skills

Motor skill learning is the skill gained by evaluating the movement that the person will reveal with the neuromuscular relationship in the relevant regions of the brain. The aim of this study is to investigate the effect of operant preparation on skill teaching by watching an accurate visual of the skill to be learned by the athlete/individual without entering a physical learning environment with mirror neurons that enable learning and imitation without a physical activity. In studies on monkeys, mirror neurons discovered in the ventral premotor cortex have been detected in the human cerebral cortex. The central mu rhythm produced at rest, watching the movements of other individuals, blocks the mu rhythm of the person and eliminates the resting state of the brain. Based on this theory, the individual's watching a dynamic image allows the brain to come out of its resting state and become active. Contrary to individual experiences, the sensory pre-knowledge input can be evaluated in the relevant cortices of the brain through dynamic imaging method and mirror neurons, learn the sensory information and give similar outputs. Dynamic visualization with the help of mirror neurons before physical training in skill learning in sports may enable individuals to learn, control and/or direct the coordinative skills in the motor cortex better.

Keywords: Brain, Mirror Neuron, Motor Learning

SB78

Ortaokul Öğrencilerinde Beden Eğitimi Yatkinlığı ve Sınav Kaygısı İlişkisi

Erkan AĞAN¹, Ebubekir BARAN¹, Berkan BOZDAĞ¹

¹Yozgat Bozok Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü

Bu araştırmanın amacı; ortaokul öğrencilerinde Beden Eğitimi yatkinlıkları ve sınav kaygılarını incelemek ve aralarındaki ilişkiyi belirlemektir. Araştırmanın çalışma grubunu Millî Eğitim Bakanlığına bağlı İstanbul ili Ataşehir ilçesindeki ortaokullarda öğrenimlerine devam eden 57 kız 48 erkek olmak üzere toplan 105 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak; “Beden Eğitimi Yatkinlık Ölçeği” ve “Sınav Tutum Envanteri” kullanılmıştır. Verilerin dağılımı Kolmogorov-Smirnov testi ile incelenmiş olup basıklık ve çarpıklık değerleri dikkate alındığında verilerin normal dağılım gösterdiği belirlenmiştir. Verilerin analizinde Independent-Samples t testi, One-Way ANOVA ve Pearson korelasyon analizi kullanılmıştır. Beden Eğitimi yatkinlıkları cinsiyet değişkeni açısından incelendiğinde duyuşsallık alt boyutunda ve sınav tutum boyutunda kadın öğrencilerin erkek öğrencilerden anlamlı derecede yüksek olduğu görülürken, beden eğitime yönelik öz yeterlilik ve beden eğitime yatkinlık boyutunda ise erkek öğrencilerin kadın öğrencilerden anlamlı derecede yüksek olduğu bulunmuştur. Okul takımında yer alma değişkenine göre kuruntu, beden eğitime yönelik tutum, beden eğitime yönelik öz yeterlilik ve beden eğitime yatkinlık alt boyutlarında okul takımlarında görev alan öğrencilerin okul takımlarına katılmayan öğrencilerden anlamlı derecede yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bir kulüpte lisanslı sporcu olma değişkenine göre kuruntu, beden eğitime yönelik tutum, beden eğitime yönelik öz yeterlilik ve beden eğitime yatkinlık alt boyutlarında kulüplerde lisanslı bulunan sporcuların lisanslı olmayan sporculardan anlamlı derecede yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Anne eğitim durumları açısından incelendiğinde kuruntu, duyuşsallık ve sınav tutum boyutlarında, anne öğrenim düzeyi ilkokul, ortaokul ve lise olan öğrencilerin anne öğrenim düzeyi üniversite olan öğrencilerden anlamlı derecede yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Ortaokul Öğrencisi, Tutum, Öz yeterlik, Sınav Kaygısı.

The Relationship between Physical Education Susceptibility and Exam Anxiety in Secondary School Students

The purpose of this research; The aim of this study is to examine physical education predispositions and test anxiety in secondary school students and to determine the relationship between them. The study group of the research consists of 105 students, 57 girls and 48 boys, who continue their education in secondary schools in the Ataşehir district of Istanbul, affiliated to the Ministry of National Education. As a data collection tool in the research; “Physical Education Aptitude Scale” and “Exam Attitude Inventory” were used. The distribution of the data was examined with the Kolmogorov-Smirnov test, and when the kurtosis and skewness values were taken into account, it was determined that the data showed a normal distribution. Independent-Samples t-test, One-Way ANOVA and Pearson correlation analysis were used in the analysis of the data. When physical education dispositions were examined in terms of gender variable, it was found that female students were significantly higher than male students in affectivity sub-dimension and exam attitude dimension, while male students were found to be significantly higher than female students in physical education self-efficacy and physical education inclination dimensions. According to the variable of taking part in the school team, it was concluded that the students who took part in the school teams were significantly higher than the students who did not participate in the school teams in the sub-dimensions of delusion, attitude towards physical education, self-efficacy towards physical education and predisposition to physical education. According to the variable of being a licensed athlete in a club, it was concluded that the athletes with a license in the clubs were significantly higher than the athletes without a license in the sub-dimensions of delusion, attitude towards physical education, self-efficacy towards physical education and predisposition to physical education. When examined in terms of mother's education level, it was concluded that the students whose mother's education level was primary school, secondary school and high school were significantly higher than the students whose mother's education level was university in the dimensions of delusion, affectiveness and test attitude.

Keywords: Secondary School Student, Attitude, Self-efficacy, Test Anxiety.

SB79

Spor Bilimleri Fakültesinde Okuyan Öğrencilerin Antropometrik Ölçümlerinin Çeviklik Performansına Etkisinin İncelenmesi

Zeynep BEKTAŞ¹, Şevval YENİPİNAR¹, Gizem KOÇAK¹, Sinan ŞAHİN¹, Büşra YILMAZ¹, Seyfullah ÇELİK¹, Gamze ERİKOĞLU ÖRER¹

¹Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

Giriş: Çeviklik performansı etkileyen en önemli unsurlardan birisidir. Çeviklik, tüm vücudun katılımıyla beraber, hızlı hareket edebilme, dengeyi koruma ve yön değiştirme becerilerini uyumlu şekilde gerçekleştirme, uyarıya karşı tepki olarak verilen yetenek olarak tanımlanabilmektedir. Çevikliği etkileyen fiziksel faktörlerin belirlenerek açıklanabilmesi çevikliğin daha iyi anlaşılır olması ve geliştirilmesi açısından önemlidir. **Amaç:** Bu çalışmada spor bilimleri fakültesinde okuyan öğrencilerin antropometrik ölçümlerinin çeviklik performansına etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. **Yöntem:** Araştırmaya yaş ortalamaları 20.82 ± 1.15 yıl olan, 23 (11 erkek, 12 kız) kişi gönüllü olarak katılmıştır. Araştırma grubunun antropometrik ölçümleri (boy, kilo, bacak uzunluğu, vücut yağ yüzdesi) alındıktan sonra illionis çeviklik testi uygulanmıştır. Araştırmadan elde edilen verilerin analizi SPSS 22.0 istatistik programıyla yapılmıştır Tüm değişkenlerin tanımlayıcı istatistikleri (ortalama, standart sapma) yapıldıktan sonra antropometrik ölçümler ve çeviklik test skorları arasındaki ilişkiler pearson korelasyon testiyle belirlenmiştir. **Bulgular:** Araştırma grubunun boy ortalamaları 171,65 ± 9,25 cm, vücut ağırlık ortalamaları 68,07± 14,41 kg, bacak uzunluğu ortalamaları 93,34± 5,39 cm, vücut yağ yüzdesi ortalamaları ise 20,47± 7,75 olarak ölçülmüştür. Illionis çeviklik testine göre çeviklik ortalamaları 18,24± 2,67 sn olarak bulunmuştur. Çeviklik testi ile vücut ağırlığı, bacak uzunluğu, boy arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmamaktadır (p>0.05). Çeviklik testi ile vücut yağ yüzdesi arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmaktadır (p<0.05). **Sonuç:** Çalışma sonucunda vücut yağ yüzdesinin azalması çeviklik süresinin azalmasına sebep olurken performansı olumlu etkilemektedir. Ayrıca bacak uzunluğu, vücut ağırlığı ve boy uzunluğunun çevikliği etkilemediği bulunmuştur. **Öneriler:** Sonuçlar doğrultusunda; çevikliğin geliştirilmesi için çevikliği artırıcı çalışmalar yapılırken vücut yağ yüzdesinin de dikkate alınması önerilmektedir.

Anahtar kelimeler: Çeviklik, illionis, Antropometrik, Vücut yağ yüzdesi

Investigation of the Effect of Anthropometric Measurements on Agility Performance of Students Studying at the Faculty of Sport Sciences

Introduction: Agility is one of the most important factors affecting performance. Agility can be defined as the ability to move quickly with the participation of the whole body, to maintain balance and change direction skills in harmony, and to react to stimuli. Determining and explaining the physical factors affecting agility is important for better understanding and development of agility. **Objective:** In this study, it was aimed to investigate the effect of anthropometric measurements on agility performance of students studying at the faculty of sport sciences. **Method:** Twenty-three people (11 boys, 12 girls) with a mean age of 20.82 ± 1.15 years participated in the study voluntarily. After anthropometric measurements (height, weight, leg length, body fat percentage) were taken, illionis agility test was applied. The data obtained from the study were analyzed with SPSS 22.0 statistical program. After descriptive statistics (mean, standard deviation) of all variables were made, the relationships between anthropometric measurements and agility test scores were determined by Pearson correlation test. **Results:** The mean height of the research group was 171.65 ± 9.25 cm, mean body weight was 68.07 ± 14.41 kg, mean leg length was 93.34 ± 5.39 cm, and mean body fat percentage was 20.47 ± 7.75. According to the Illusionis agility test, the mean agility was found to be 18.24± 2.67 seconds. There is no statistically significant relationship between agility test and body weight, leg length and height (p>0.05). There is a significant positive correlation between agility test and body fat percentage (p<0.05). As a result of the study, the decrease in body fat percentage causes a decrease in agility time and positively affects performance. It was also found that leg length, body weight and height did not affect agility. **Suggestions:** In line with the results; it is recommended that body fat percentage should be taken into consideration while performing agility-enhancing studies to improve agility.

Keywords: Agility, Illionis, Anthropometrics, Body fat percentage

SB80

Düzenli Yüzme Antrenmanı Yapan Üniversite Öğrencilerinin Dikkat Düzeyleri ile Reaksiyon Parametreleri Arasındaki İlişki

Melih KARACA¹, Meral MİYAÇ², Mehmet GÖKTEPE¹

¹Spor Bilimleri Fakültesi, Balıkesir Üniversitesi, Balıkesir, Türkiye

²Spor Bilimleri Fakültesi, Topkapı Üniversitesi, İstanbul, Türkiye

Amaç: Bu araştırmanın amacı, düzenli yüzme antrenmanı yapan üniversite öğrencilerinin dikkat düzeyleri ile reaksiyon parametreleri arasındaki ilişkinin belirlenmesidir. **Yöntem:** Çalışmaya, Balıkesir Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu yüzme uzmanlık dersi alan 4.sınıf öğrencilerinden 6 kız-6 erkek (Yaş 21,33±1,49, kilo 68,89±5,17, boy 168,89±3,27) katılmıştır. Çalışmaya katılmayı kabul eden her öğrenciye öncelikle çalışmanın içeriği tüm ayrıntıları ile anlatılmıştır. Daha sonra bütün öğrenciler testlerden önce sağlık durumlarının belirlenmesinde kullanılan sağlık anketini ve çalışmaya gönüllü katıldıklarını belirten gönüllü olur formunu doldurup imzalamışlardır. Çalışmamızda; Sporculara sırasıyla: 1) Boy uzunluğu ve vücut ağırlığı ölçümleri yaptırıldı 2) D2 dikkat testi yaptırıldı 3) Nelson el-ayak reaksiyon testi yaptırılarak çalışma sonlandırıldı. Bu araştırma Balıkesir Üniversitesinde yapılmıştır. İstatistiksel değerlendirme SPSS 22.0 programı kullanılarak yapılmıştır. Normallik sınaması Shapiro-Wilk testi ile gerçekleştirilmiştir. Ölçümü yapılan parametreler arasındaki ilişkinin tespit edilmesinde korelasyon analizi uygulanmıştır. Normal dağılım gösteren parametrelerde Pearson korelasyon katsayısı ve normal dağılım göstermeyen parametrelerde Spearman korelasyon katsayısı dikkate alınmıştır ve $p<0.05$ değeri anlamlı kabul edilmiştir. **Bulgular:** Çalışmaya katılan öğrencilerin dikkat düzeyi parametrelerinden; tn, tn-e, cp, fr değerleri ile sağ ayak reaksiyon değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($p<0.05, p<0.01$). Diğer parametreler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ($p>0.05$). **Sonuç:** Düzenli yüzme antrenmanı yapan üniversite öğrencilerinin dikkat düzeyleri ile reaksiyon süreleri arasında ilişki tespit edilememiştir. Sadece dikkat düzeyi ile ayak reaksiyon süresi arasında kısmen ilişki olduğu söylenebilir. **Öneriler:** Gelecek çalışmalarda farklı yaş gruplarındaki yüzücüler karşılaştırılabilir, kilo ve ölçümü kontrolü yapılarak çalışma yürütülebilir, yüzücü sayısı artırılabilir.

Anahtar kelimeler: Dikkat düzeyi, reaksiyon süresi, yüzme

The Relationship between the Attention Levels and Reaction Parameters of University Students Who Regularly Practice Swimming

Purpose: The aim of this study is to determine the relationship between the attention levels of university students who regularly practice swimming and their reaction parameters. **Method:** Six girls and 6 boys from the 4th grade students of Balıkesir University School of Physical Education and Sports participated in this study (age 21.33±1.49, weight 68.89±5.17, height 168.89±3.27). The content of the study was explained in detail to each student who accepted to participate in the study. Afterwards, all students filled and signed the health questionnaire used to determine their health status before the tests and the voluntary consent form stating that they voluntarily participated in the study. In our study; The athletes were: 1) Height and body weight measurements were made 2) D2 attention test was performed 3) Nelson hand-foot reaction test was performed and the study was concluded. This research was carried out at Balıkesir University. Statistical evaluation was made using the SPSS 22.0 program. Normality test was performed with the Shapiro-Wilk test. Correlation analysis was applied to determine the relationship between the measured parameters. Pearson correlation coefficient was taken into account for the parameters showing normal distribution and Spearman correlation coefficient for the parameters not showing normal distribution, and $p<0.05$ value was considered significant. **Results:** From the attention level parameters of the students participating in the study; A statistically significant correlation was found between tn, tn-e, cp, fr values and right foot reaction values ($p<0.05, p<0.01$). No statistically significant relationship was found between other parameters ($p>0.05$). **Conclusion:** As a result; No relationship was found between the attention levels of university students who regularly practice swimming and their reaction times. It can be said that there is only a partial relationship between attention level and foot reaction time. **Suggestions:** In future studies, swimmers in different age groups can be compared, the study can be carried out by controlling their weight and measurement, and the number of swimmers can be increased.

Keywords: Attention level, reaction time, swimming,

SB81

Yüzücülerde Farklı Çıkış Tekniklerinin 25 M. Yüzme Performansları Üzerine Etkisinin Karşılaştırılması

Gizem DEMİRKAN¹, Özkan IŞIK¹

¹Spor Bilimleri Fakültesi, Balıkesir Üniversitesi, Balıkesir, Türkiye

Amaç: Bu araştırmanın amacı yüzücülerde farklı çıkış tekniklerinin 25 m. yüzme performansları üzerine etkisinin karşılaştırılmasıdır. **Yöntem:** Araştırmaya Balıkesir Gençlik ve Spor İl Müdürlüğüne bağlı Su Sporları Kulübünde yüzme branşında lisanslı 12-14 yaş aralığındaki 20 sporcu dahil edilmiştir. Yüzücülerde grab (çift ayak) ve track (tek ayak) çıkış teknikleri ile sudan çıkış ve 25 m. yüzme performansları test edilmiştir. Sudan çıkış mesafelerinin belirlenmesi için kamera ile video kaydı yapılmış ve kaydedilen videolar ağır çekimde izlenerek sudan çıkış mesafeleri cm cinsinden kaydedilmiştir. 25 m. performansları ise kronometre aracılığıyla sn. cinsinden kaydedilmiştir. **Bulgular:** Normal dağılım gösteren verilerin analizinde bağımsız örneklem t-testi kullanılmış ve anlamlılık $p<0.05$ olarak kabul edilmiştir. Bulgular incelendiğinde, yüzücülerin grab (çift ayak) ya da track (tek ayak) çıkış teknikleri kullanmaları sonucunda sudan çıkış ve 25 m. yüzme performansları arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir. **Sonuç:** Sonuç olarak, sporcuların çıkış tekniklerini kendi yüzme stillerine göre uyarlamaları onların atletik performanslarını sergilemede psiko-fizyolojik olarak rahat hissetmelerini sağlayabilir. **Öneriler:** Gelecek çalışmalarda yüzücü sayısı artırılabilir, farklı yüzme yöntemlerine göre çıkış teknikleri değerlendirilebilir, farklı yaş gurubundaki sporcular karşılaştırılabilir.

Anahtar Kelimeler: Yüzme çıkış tekniği, Yarışma performansı, Yüzme, Yüzücü

Comparison of the Effects of Different Start Techniques on 25 M. Swimming Performances in Swimmers

Purpose: This research aimed to compare the effects of different start techniques on the 25 m. swimming performance of swimmers. **Method:** 20 athletes between the ages of 12-14, licensed in the swimming branch of the Water Sports Club of Balıkesir Provincial Directorate of Youth and Sports, were included in the research. Grab (double leg) and track (single leg) start techniques and 25 m. swimming performances of swimmers were tested. In order to determine the exit distances from the water, a video was recorded with the camera and the recorded videos were watched in slow motion and the exit distances from the water were recorded in cm. The 25 m. performances were recorded in seconds using a chronometer. **Results:** In the analysis of normally distributed data, independent samples t-test was used and the significance was accepted as $p<0.05$. When the findings were examined, it was determined that there was no statistically significant difference between the use of grab (double leg) or track (single leg) start techniques of swimmers, their exit from the water and their 25 m. swimming performances. **Conclusion:** As a result, adapting the starting techniques of the athletes according to their swimming styles can make them feel comfortable psycho-physiologically in displaying their athletic performances. **Suggestions:** In the future, the number of swimmers can be increased, the cost of exit can be evaluated according to different swimming methods, and athletes of different age groups can be compared.

Keywords: Swimming start technique, Competition performance, Swimming, Swimmer

SB82

Ergenlik Öncesi Basketbolcularda İvmelenme, Sürat ve Yön Değiştirme Hızının Çeviklik Performansı ile İlişkisi

Halil ÇAKIR¹, Mehmet Gören KÖSE¹, Ayşe KİN İŞLER¹

Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü, Hareket ve Antrenman Bilimleri ABD, ANKARA

Giriş: Basketbol oyuncusu, oyun yapısı gereği müsabaka sırasında çok fazla sayıda ani yön değiştirme, çeviklik ve ivmelenme aktivitesi gerçekleştirmektedir. Yön değiştirme önceden planlanmış bir beceridir ve çeviklikle

farkı içinde reaksiyona verilen bir tepki içermesidir. Yapılan çalışmalarda çeviklik için ivmelenme, sürat, yön değiştirme hızı ve kuvvet gibi motorik özelliklerin önemli olduğu belirtilmektedir. **Amaç:** Bu çalışmanın amacı ergenlik öncesi basketbolcularda ivmelenme, sürat ve yön değiştirme hızının reaktif çeviklik performansı ile ilişkisini incelemektir. **Yöntem:** Çalışmaya amatör bir basketbol takımında 9-10 yaş aralığında basketbol oynayan 22 erkek sporcu katılmıştır (Yaş: $10,05 \pm 0,89$ yıl, Boy uzunluğu: $144,16 \pm 7,43$ cm, Vücut ağırlığı: $42,06 \pm 12,96$ kg, Vücut yağ %: $20,19 \pm 10,21$). Öncelikle her sporcunun standart yöntemlerle antropometrik ölçümleri gerçekleştirilmiştir. Katılımcılar testlerden önce 5 dakikalık ısınma koşusunun ardından 5 dakika antrenör eşliğinde dinamik germe hareketleriyle ısınmışlardır. Çeviklik ve yön değiştirme performansının değerlendirilmesi için Y-çeviklik testi kullanılmış ve yön değiştirme performansı için test uyaransız, çeviklik performansının değerlendirilmesi için ise test uyaranlı şekilde uygulamışlardır. Sporcuların sürat testi sırasında hem ivmelenme (0-5m, 0-10m) hem de sürat (0-20m.) performansları değerlendirmeye alınmıştır. Tüm test ve tekrarlar arasında sporcular 2 dakika pasif olarak dinlenmişlerdir. Testlerden elde edilen verilere ait ortalama ve standart sapma değerleri hesaplandıktan sonra verilerin normal dağılım gösterdiği Shapiro-Wilk testi belirlenmiş ve değişkenler arasındaki ilişkinin değerlendirilmesinde Pearson korelasyon analizi kullanılmıştır. **Bulgular:** Ergenlik öncesi basketbolcularda çeviklik ile yön değiştirme hızı ($r=0,576$; $p=0,005$) ve sürat performansı ($r=0,441$; $p=0,040$) arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı ilişki belirlenmiştir ($p<0,05$). Bu bulgunun aksine ivmelenme performansı çeviklik ile anlamlı ilişki göstermemiştir (0-5m: $r=0,015$; $p=0,947$, 0-10m: $r=0,412$; $p=0,057$). **Sonuç:** Sonuç olarak bu çalışmanın bulguları, 9-10 yaş basketbol oyuncularında çeviklik performansının yön değiştirme hızı ve sürat becerileriyle desteklendiğini, ivmelenme performansının ise bu yaş grubunda çeviklik ile ilişkili olmadığını göstermiştir. **Öneriler:** Bu çalışma ergenlik öncesi basketbolcularda uygulanmıştır farklı takım sporları ve yaş gruplarında da uygulanabilir.

Anahtar Kelimeler: Basketbol, çeviklik, yön değiştirme, ivmelenme, sürat

The Relationship between Agility and Acceleration, Speed and Change of Direction Speed Performance in Pre-Adolescent Basketball Players

Introduction: The basketball players performs a lot of sudden change of direction, agility and acceleration activities during the competition. Change of direction speed is fast and accurate movement of the whole body. On the other hand, agility is defined as the ability to change direction effectively in response to unpredictable stimuli. Studies show that motoric features such as acceleration, speed, change of direction and strength are important for agility. **Purpose:** The aim of this study is to examine the relationship of acceleration, speed and change of direction speed performance with agility in pre-adolescent basketball players. **Method:** Twenty two male players between the ages of 9-10 participated playing in a amateur basketball club in this study (Age: $10,05 \pm 0,89$ years, Height: $144,16 \pm 7,43$ cm, Body Weight: $42,06 \pm 12,96$ kg, Body Fat %: $20,19 \pm 10,21$). First of all, anthropometric measurements of each player were carried out with standard methods. A standard warm-up protocol consisting of 5 minutes of running and 5 minutes of dynamic stretching was applied to the players. The Y-shaped agility test was used to evaluate agility and change of direction performance. The test was applied without stimulus for change of direction performance and with test stimulus for evaluating agility performance. Both acceleration (0-5m.; 0-10m.) and speed performances (0-20m.) of the players were evaluated during the speed test. The tests were applied 2 times with an interval of 2 minutes and the best values were evaluated. After calculating the mean and standard deviation values, the normality distribution was checked by using the Shapiro-Wilk test and the data was normally distributed. Pearson correlation analysis was used to relationship between normally distributed variables and the level of significance was accepted as $p<0.05$. **Results:** Pearson correlation analysis results show that agility performance was moderately significant with the change of direction ability ($r=0.576$; $p=0.005$) and speed (20m, $r=0.441$; $p=0.040$) ($p>0.05$). On the other hands, acceleration performance was not significant relationship with agility (0-5m., $r=0.015$, $p=0.947$; 0-10m., $r=0.412$, $p=0.057$). **Conclusion:** As a result, the findings of this study showed that agility performance in 9-10 year old basketball players was supported by change of direction and speed skills, while acceleration performance was not associated with agility in this age group. **Suggestions:** This study was applied to pre-adolescent basketball players and can be applied to different team sports and age groups.

Keywords: Basketball, agility, change of direction, acceleration, speed

SB82

Spor Bilimleri Fakültesinde Okuyan Öğrencilerin Dinamik Denge Test Değerlerinin Sürat Performansına Etkisinin İncelenmesi

Beyzanur AYDIN¹, Sena SAĞIR¹, Habib Berke ANAPAL¹, Umur ÜNAL¹, İsmail Eren TUZCU¹, Büşra YILMAZ¹, Seyfullah ÇELİK¹, Gamze ERİKOĞLU ÖRER¹

¹Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

Giriş: Performansın temelini oluşturan denge birçok sporsal becerilerin başarılı sergilenmesinde önemli rol oynamaktadır. Y denge testi sporcularda fiziksel performans ölçümü yapmak, denge becerilerini kıyaslamak ve sakatlanma durumlarını tespit etmek için önemlidir. **Amaç:** Bu çalışma Spor Bilimleri Fakültesinde okuyan öğrencilerin dinamik denge test değerlerinin sürat performansına etkisinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır. **Yöntem:** Araştırmaya yaş ortalaması 20.83± 1.12 yıl olan, 24 (11 erkek, 13 kız) kişi gönüllü olarak katılmıştır. Araştırma grubunun antropometrik ölçümleri (boy, kilo, bacak uzunluğu, vücut yağ yüzdesi) alındıktan sonra sırasıyla Y denge testi ve 30 metre sürat testi uygulanmıştır. Araştırmadan elde edilen verilerin analizi SPSS 22.0 istatistik programıyla yapılmıştır. Tüm değişkenlerin tanımlayıcı istatistikleri (ortalama, standart sapma) yapıldıktan sonra dinamik denge ve sürat arasındaki ilişki pearson korelasyon testiyle belirlenmiştir. **Bulgular:** Araştırma grubunun boy ortalamaları 171,25± 9,26 cm, vücut ağırlık ortalamaları 67,36± 14,51 kg, bacak uzunluğu ortalamaları 93± 5,54 cm, vücut yağ yüzdesi ortalamaları ise 20,35± 7,60 olarak ölçülmüştür. Sürat değeri ile Y denge testi sağ ve sol kompozit skorları arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler tespit edilmemiştir (p<0.05). **Sonuç:** Sonuç olarak sürat performansı ve dinamik denge arasında ilişki bulunamamıştır. **Öneriler:** Farklı performans parametreleriyle sürat veya dinamik denge performansı arasındaki ilişkilerin incelendiği yeni çalışmalar yapılabilir.

Anahtar kelimeler: performans, sürat, dinamik denge, denge

Investigation of the Effect of Dynamic Balance Test Values on Speed Performance of Students Studying at the Faculty of Sport Sciences

Introduction: Balance, which forms the basis of performance, plays an important role in the successful performance of many sports skills. Y balance test is important for measuring physical performance, comparing balance skills and detecting injuries in athletes. **Objective:** This study was conducted to investigate the effect of dynamic balance test values on sprint performance of students studying at the Faculty of Sports Sciences. **Method:** Twenty-four people (11 boys, 13 girls) with an average age of 20.83± 1.12 years participated in the study voluntarily. After taking anthropometric measurements (height, weight, leg length, body fat percentage) of the research group, Y balance test and 30 m sprint test were performed respectively. The data obtained from the study were analyzed with SPSS 22.0 statistical program. After descriptive statistics (mean, standard deviation) of all variables, the relationship between dynamic balance and speed was determined by Pearson correlation test. **Results:** The mean height of the research group was 171.25± 9.26 cm, mean body weight was 67.36± 14.51 kg, mean leg length was 93± 5.54 cm, and mean body fat percentage was 20.35± 7.60. There was no statistically significant correlation between speed and Y balance test right and left composite scores (p<0.05). As a result, no relationship was found between sprint performance and dynamic balance. **Suggestions:** Further studies can be conducted to examine the relationships between different performance parameters and sprint or dynamic balance performance.

Key words: performance, speed, dynamic balance, balance

SB83

Antrenörlerin Etik Dışı Davranışlarına İlişkin Sporcu Algılarının Belirlenmesi

Sude ŞEKER¹, Cafercan ATALAY¹, Özkan IŞIK¹

¹*Spor Bilimleri Fakültesi, Balıkesir Üniversitesi, Balıkesir, Türkiye*

Amaç: Bu araştırmanın amacı spor bilimleri fakültesi öğrencilerinde antrenörlerinin etik dışı davranışlarına ilişkin sporcu algılarının belirlenmesi amaçlanmıştır. **Yöntem:** Tarama modeli kullanılarak yapılan araştırmanın evrenini; Balıkesir Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi'nin Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, Antrenörlük Eğitimi ve Spor Yöneticiliği bölümlerinde öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise söz konusu evren içerisinden kolayda örnekleme yöntemiyle seçilen 418 spor bilimleri öğrencisi (210 kadın ve 208 erkek) oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak "Kişisel Bilgi Formu" ve "Antrenörlerin Etik Dışı Davranışları ile İlgili Sporcu Algısı Ölçeği" ölçeği kullanılmıştır. Veriler tanımlayıcı istatistikler, bağımsız örneklemler t-testi ve tek yönlü varyans analizi kullanılarak çözümlenmiştir. **Bulgular:** Araştırma bulguları incelendiğinde, antrenörlerin etik dışı davranışlarına yönelik algılarında cinsiyete, spor geçmişi ve spor branşlarına göre anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Buna karşın lisans yılı, spor yılı ve sınıf düzeylerine göre anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. **Sonuç:** Spor geçmişi (lisanslı ya da lisanssız) yüksek olan sporcuların zamana bağlı antrenörlerinin yaptıkları etik dışı davranışları benimsedikleri ve etik dışı olmadığını değerlendirdikleri görülmüştür. Nitekim spor kariyerinin henüz başındaki sporcuların antrenörlerinin daha yüksek seviyede etik dışı davranışta bulunduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Antrenör, etik dışı davranış, spor bilimleri, öğrenci.

Determining Athlete Perceptions Regarding Unethical Behaviors of Coaches

Purpose: The aim of this research is to determine the athlete's perceptions of the unethical behaviors of their coaches among the students of the faculty of sports sciences. **Method:** The universe of the research, which was conducted using the survey model, consists of students studying at the Department of Physical Education and Sports Teaching, Coaching Education, and Sports Management at Balıkesir University, Faculty of Sports Sciences. The sample of the study consists of 418 sports science students (210 females and 208 males) selected by convenience sampling method from the universe. The "Personal Information Form" and "Athlete Perception Scale Regarding Unethical Behaviors of Coaches" scale were used as data collection tools. Data were analyzed using descriptive statistics, independent samples t-test, and One-way ANOVA. **Results:** When the research findings were examined, no significant difference was found in the perceptions of the unethical behaviors of the coaches according to gender, sports history, and sports branches. On the other hand, significant differences were determined according to licence year, sports year, and grade levels. **Conclusion:** It was observed that the athletes with a high sports background (licensed or unlicensed) adopted the unethical behaviors of their time-bound coaches and evaluated that they were not unethical. As a matter of fact, it has been determined that the coaches of the athletes at the beginning of their sports careers have a higher level of unethical behavior.

Keywords: Coaches, unethical behavior, sports sciences, student.

SB84

Futbol Taraftarlarının Fanatiklik Düzeyi ve Futbolda Şiddetin Kaynağına İlişkin Görüşleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Kenan UZ¹, Muhammed Emirhan AŞKIN¹, İsmail Emre DENİZ¹, Özkan IŞIK¹

¹*Spor Bilimleri Fakültesi, Balıkesir Üniversitesi, Balıkesir, Türkiye*

Bu araştırmanın amacı futbol taraftarlarının fanatiklik düzeyleri ve futbolda şiddetin kaynağına ilişkin görüşleri arasındaki ilişkiyi belirlemektir. Araştırmanın örneklemini futbol taraftarı olan toplam 356 (228 erkek ve 128 kadın) katılımcı oluşturmuştur. Veriler online anket yöntemi ile toplanmıştır. Verilerin toplanması amacıyla Kişisel Bilgi Formunun yanı sıra Taşmektepligil ve ark., (2015) tarafından geliştirilen “Futbol Taraftarı Fanatiklik Ölçeği” ve Reyhan ve ark., (2020) tarafından geliştirilen “Taraftarların Futbolda Şiddetin Kaynağına İlişkin Görüşleri Ölçeği” kullanılmıştır. Normal dağılım gösteren verilerin analizinde, ikili karşılaştırmalar için independent samples t testi, ikiden fazla grubun karşılaştırılmasında ise One-way ANOVA kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkinin belirlenmesinde Pearson korelasyon analizi kullanılmıştır. Araştırma bulgularına göre, futbol taraftarlarının fanatiklik düzeyi cinsiyet, spor geçmişi ve tuttıkları takım değişkenlerine göre anlamlı farklılık gösterirken, yaşadıkları yer ve eğitim düzeyleri değişkenlerine göre farklılık göstermemektedir. Futbol taraftarlarının futbolda şiddetin kaynağına ilişkin görüşler incelendiğinde ise, cinsiyet, spor geçmişi ve eğitim düzeyleri değişkenlerine göre anlamlı farklılık gösterirken, tuttıkları takım ve yaşadıkları yer değişkenlerine göre farklılık göstermemektedir. Korelasyon analizi sonucunda, futbol taraftarlarının fanatiklik düzeyi ile şiddetin kaynağına ilişkin görüşleri arasında orta düzey pozitif bir ilişki tespit edilmiştir. Sonuç olarak, futbol taraftarlarının, futbolda şiddeti azaltmak için fanatiklik düzeylerini kontrol altına almaları gerektiği düşünülebilir.

Anahtar Kelimeler: Futbol taraftarı, Fanatiklik, Şiddet

Examination of the Relationship between Football Fans' Fanaticism Level and Opinions on the Source of Violence in Football

The aim of this research was to determine the relationship between football fans' levels of fanaticism and their views on the source of violence in football. The sample of the study consisted of a total of 356 (228 male and 128 female) participants who were football fans. Data were collected by online survey method. In addition to the Personal Information Form, the “Football Fan Fanaticism Scale” developed by Taşmektepligil et al., (2015) and the “Fans' Views on the Source of Violence in Football Scale” developed by Reyhan et al., (2020) were used to collect data. In the analysis of normally distributed data, independent samples t-test was used for pairwise comparisons, and One-way ANOVA was used for comparison of more than two groups. Pearson correlation analysis was used to determine the relationship between variables. According to the research findings, while the level of fanaticism of football fans differs significantly according to the variables of gender, sports history, and the team they support, it does not differ according to the variables of place of residence and education level. When the opinions of football fans on the source of violence in football were examined, it does not differ according to the variables of gender, sports background, and education level, but not according to the variables of the team they support and the place where they live. As a result of the correlation analysis, a moderate level positive relationship was determined between the level of fanaticism of football fans and their views on the source of violence. As a result, it can be thought that football fans should control their level of fanaticism in order to reduce violence in football.

Keywords: Football fans, Fanaticism, Violence in football

SB85

Hitit Üniversitesi'nde Öğrenim Gören Yabancı Uyruklu Öğrencilerin Akademik Motivasyon Düzeyleri ve Kuruma Aidiyet Duygularının Akademik Başarıya Etkisi

Yasemin SERBEST¹, Mehmet KUTLU¹

¹Hitit Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Çorum

Giriş: Son yıllarda bilginin üretilmesi ve yaygınlaştırılmasında önemli derecede sorumluluk taşıyan üniversitelerden uluslararası beklentiler giderek artmakta ve tüm dünyada yükseköğretim kurumları özellikle genç insanların ilgi odağı olmaktadır. Bu sebeple bireyler, yeteneklerini, becerilerini geliştirmek ve yöneltmek, yeni edinimler kazanmak, yabancı dil öğrenmek, farklı kültürler tanımak gibi sebeplerle yükseköğrenim düzeyinde eğitim almak istemekte, gelişimleri açısından daha yararlı olabileceği varsayılarak farklı şehirlere hatta ülkelere gitmektedirler (Akkuş ve Akkuş, 2020). Türkiye'nin kalkınmışlık seviyesinin artması, ülkemizde bulunan üniversitelerin çokluğu ve verilen eğitimlerin nispeten iyi düzeyde olması yabancı uyruklu öğrencilerin dikkatini çekmekte ve ülkemizi de hedef konumuna getirmektedir. Üniversitelerin, özellikle Erasmus faaliyetleri ile birçok farklı proje aracılığıyla yabancı öğrenciler ile etkileşim artması, Türkçe Öğretim Merkezi (TÖMER) aracılığı ile Türkçe öğretimi üzerine özenle durulması gibi birçok etmen de yabancı öğrencileri Türkiye'ye çekmektedir (Karadirek ve Kara, 2021). **Amaç:** Bu çalışmanın amacı, yabancı uyruklu üniversite öğrencilerinin akademik motivasyon düzeyleri ve kuruma aidiyet duygularının akademik başarı üzerindeki etkisini ortaya koymaktır. **Yöntem:** Hitit Üniversitesi'nde kayıtlı olan ve çalışmaya gönüllü katılım sağlayan 187 yabancı uyruklu üniversite öğrencisi araştırmanın örneklemini oluşturmuştur. Çalışmada, demografik bilgi formu, Akademik Motivasyon Ölçeği (Karagüven Ünal, 2012) ve Kuruma Aidiyet Ölçeği (Alkan, 2016) kullanılmıştır. Katılımcıların akademik başarılarının tespitinde genel akademik not ortalamasına bakılmıştır. Araştırmada anketlerin çoğunluğu (147) araştırmacı tarafından yüz yüze ve online (40) olarak uygulanmıştır. İstatistiksel analizler, SPSS 26.0 paket programı kullanılarak yapılmıştır. Akademik motivasyon ve akademik başarı, kurumsal aidiyet ve akademik başarı arasındaki ilişkilerin belirlenmesinde Pearson korelasyon istatistikleri kullanılmıştır. Ayrıca akademik motivasyon ve kurumsal aidiyetin akademik başarı üzerindeki etkisinin belirlenmesinde regresyon analizi yapılmıştır. İstatistiksel anlamlılık düzeyi 0.05 olarak kabul edilmiştir. **Bulgular:** Katılımcıların %71'i erkek, %29'unun ise kadın olduğu, katılımcıların en düşük yaşının 18, en yüksek yaşın 32, ortalamasının ise 21 olduğu, katılımcıların akademik not ortalamasına bakıldığında ise en düşük 40, en yüksek 100, ortalamasının ise 67,19 olduğu bulunmuştur. Akademik Motivasyon Ölçeğinin alt boyutlarına ilişkin ortalama $\bar{x} = 3,66$, $SS = ,66$ olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kuruma Aidiyet Ölçeğinin alt boyutlarına ilişkin birinci alt boyut ortalaması $\bar{x} = 3,66$, $SS = ,50$, ikinci alt boyut ortalaması $\bar{x} = 3,31$, $SS = ,53$, üçüncü alt boyut ortalaması $\bar{x} = 3,75$, $SS = ,59$ olarak tespit edilmiştir. Yapılan analizler sonucunda katılımcıların akademik not ortalamaları ile akademik motivasyon ($r = -.028$, $p > 0.05$) ve kurumsal aidiyetleri ($r = .065$, $p > 0.05$) arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür. Regresyon analizi sonuçlarına göre yabancı uyruklu öğrencilerin akademik motivasyon ve kurumsal aidiyet düzeylerinin akademik başarı üzerinde anlamlı bir yordayıcı etkiye sahip olmadığı ortaya çıkmıştır. **Sonuç ve Öneriler:** Yapılan çalışma sonucunda Hitit Üniversitesi'nde öğrenim gören yabancı uyruklu öğrencilerin akademik motivasyon düzeyleri ve kuruma aidiyet duygularının akademik başarı üzerinde bir etkisi olmadığı sonucunda ulaşılmıştır. Bu sonuçlar özellikle yabancı uyruklu öğrencilerin kurumda aidiyet kazanımı ve akademik güdülenme açısından desteğe olan ihtiyaçlarının bir göstergesi olarak görülebilir. Bu çalışmayla motivasyon ve aidiyet artırımına dönük çalışmalara gereksinim ortaya konmuştur. Gelecekte yapılacak olan yeni çalışmalarla kapsam genişletilebilir. Mevcut çalışma nicel yöntemler kullanılarak yapılmıştır yeni yapılacak çalışmalar nitel ve karma yöntemler kullanılarak genişletilebilir.

Anahtar Kelimeler: yabancı uyruklu öğrenci, akademik başarı, aidiyet duygusu, akademik motivasyon düzeyi

The Effect of Academic Motivation Levels and institutional commitment on Academic Achievement of Foreign Students at Hitit University

Introduction: In recent years, the expectations and demands placed on universities, which bear significant responsibility for the production and dissemination of knowledge, have increased. Higher education institutions have become the center of interest for the young generations in almost all countries. As a result, individuals seek to receive education at the higher education level in different cities and even countries, with

the aim of developing and directing their skills and abilities, acquiring new knowledge, learning foreign languages, and becoming familiar with different cultures (Akkuş and Akkuş, 2020). The increase in Turkey's level of development, the abundance of universities in our country, and the high level of education provided have attracted the attention of foreign students and made Turkey a desirable destination. The interaction of universities with foreign students through various projects, particularly Erasmus activities, and the emphasis placed on Turkish language instruction through the Turkish Language Teaching Center (TÖMER), are among the many factors that attract foreign students to Türkiye (Karadirek and Kara, 2021). **Purpose:** This study aims to investigate the impact of academic motivation levels and institutional commitment on academic achievement of foreign university students. **Method:** The sample of the study consisted of 187 foreign students who studied in Hitit University and participated voluntarily. The study utilized a demographic information form, the Academic Motivation Scale (Karagüven Ünal, 2012), and the institutional commitment scale (Alkan, 2016). The general academic grade point average was used to determine participants' academic achievement. Most of the surveys were administered face to face by the researcher (147) and online (40). Statistical analyses were conducted using SPSS 26.0. Pearson correlation statistics were used to determine the relationships between academic motivation and academic achievement, and between institutional commitment and academic achievement. Additionally, regression analysis was performed to determine the impact of academic motivation and institutional commitment on academic achievement. Statistical significance is ($p>0.05$). **Findings:** The results revealed that 71% of the participants are male and 29% are female, the lowest age of the participants is 18, the highest age is 32, and the average is 21, and when the academic grade point average of the participants is considered, the lowest is 40, the highest is 100, and the average is 67.19. It was concluded that the mean $\bar{x} = 3.66$, $SD = .66$ for the sub-dimensions of the Academic Motivation Scale. The mean of the first sub-dimension of the Institutional Commitment Scale $\bar{x} = 3.66$, $SD = .50$, the mean of the second sub-dimension $\bar{x} = 3.31$, $SD = .53$, the mean of the third sub-dimension $\bar{x} = 3.75$, $SD = .59$ was found. As a result of the analysis, it was seen that there was no significant relationship between the academic grade point averages of the participants and their academic motivation and institutional commitment ($r = -0.28$) ($p>0.05$). As for the results of regression analysis, it was revealed that the academic motivation and Institutional Commitment levels of foreign students do not have a significant predictive effect on academic achievement. **Conclusion and Recommendations:** As a result of the study, it was concluded that the academic motivation levels of foreign students studying at Hitit University and their institutional commitment did not have an effect on academic success. These results can be seen as an indicator of the support needs of foreign students in terms of gaining institutional commitment and academic motivation. This study has highlighted the need for studies to increase motivation and institutional commitment. The scope can be expanded with new studies to be done in the future. The current study was carried out using quantitative methods, and new studies can be conducted by using qualitative and mixed methods.

Keywords: foreign students, academic achievement, institutional commitment, level of academic motivation

SB86

Sporda Akılcı Olmayan Performans İnançları ile Kaygı Düzeyi Arasındaki İlişkide Zihinsel Dayanıklılığın Aracı Etkisinin İncelenmesi

Zabehulla AHMAD ALI¹, Cengiz KARAGÖZOĞLU¹,

¹Marmara Üniversitesi, Egzersiz ve Spor Psikolojisi Bölümü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, İstanbul

Giriş ve amaç: Spor ve egzersiz psikolojisinin en temel amacı spor ve egzersiz ortamlarında bulunan sporcu ve katılımcıları bilişsel, duygusal, psikolojik ve davranışsal açıdan incelemektir. Spor ortamında akılcı olmayan inançlar gibi temel bilişsel inançlar, zihinsel dayanıklılık gibi kişilik özellik ve kaygı gibi olumsuz bir duygu, sporcuların performans ve başarı sürecine etkileyecekleri düşünülmektedir. Bu bağlamda bu

çalışmanın amacı bireysel ve takım sporcularında akılcı olmayan performans inançları ile sürekli kaygı arasındaki ilişkide zihinsel dayanıklılığının aracılık etkisini incelemektir. **Yöntem:** Çalışmaya İstanbul ilinde bireysel ve takım sporu yapan 18 yaş ve üzere 150 kadın ($X_{yaş} = 20,07 \pm 2,20$), 302 erkek ($X_{yaş} = 20,35 \pm 3,64$) olmak üzere toplam 452 lisanslı sporcu katılmıştır. Katılımcılara “Akılcı Olmayan Performans İnançları Envanteri-2 (APIE-2)”, “Spor Kaygı Ölçeği 2 (SAS-2)”, “Sporda Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği (SZDÖ)”, “Kişisel Bilgi Formu” uygulanmıştır. Verilerin analizinde t testi, tek yönlü anova ve aracılık analizi kapsamında regresyon ve korelasyon analizi yapılmıştır. **Bulgular:** Elde edilen bulgular akılcı olmayan performans inançları ile sürekli kaygı arasındaki ilişkide zihinsel dayanıklılığın anlamlı olarak aracılık ettiğini göstermiştir. Ayrıca akılcı olmayan performans inançları zihinsel dayanıklılığın dağılma ve bağlılık alt boyutları ve sürekli kaygı arasında anlamlı ilişki görülmüştür. **Sonuç:** Sonuç olarak sporcuların duygu, zihin ve düşünceleri ile iç içe olan akılcı olmayan inançların tüm alt boyutları zihinsel dayanıklılık alt boyutlarından, performans sürecinde karşılaşılan olumsuz düşünceler ve baskılara karşın kendini toparlayabilme becerisi olarak ifade edilen dağılma ve zor koşullara rağmen belirlenen hedeflere ulaşmaya çalışması ve hedeflerine bağlı kalmasını gösteren bağlılık alt boyutları, sporcuların sürekli kaygının konsantrasyon dağınıklığı alt boyutu ve genel düzeyini belirlemede rol oynadığı görülmektedir. **Öneriler:** Spor alanında bu kavramları birlikte ele alan bir çalışma olmaması bu çalışmadan elde edilen bulgular önem arz etmekle birlikte spor psikolojisi uygulama ve psikolojik müdahale içeren çalışmalara zemin hazırlayabilir. Ayrıca benzer çalışmayı daha spesifik yaş grubu ve tamamen elit sporcunun dahil edildiği örneklem gruplarıyla çalışılarak daha detaylı bir şekilde incelenebilir.

Anahtar Kelimeler: akılcı olmayan performans inançları, sürekli kaygı, zihinsel dayanıklılık

Investigation of the Mediator Effect of Mental Toughness on the Relationship between Irrational Performance Beliefs and Trait Anxiety Levels in Sport

Introduction and Purpose: The main purpose of sports and exercise psychology is to examine the athletes and participants in sports environments from cognitive, emotional, psychological and behavioral perspectives. It is thought that basic cognitive beliefs such as irrational beliefs, personality traits such as mental endurance, and a negative emotion such as anxiety will affect the performance and success process of athletes in the sports environment. In this context, the aim of this study is to examine the mediating effect of mental toughness in the relationship between irrational performance beliefs and trait anxiety in individual and team athletes. **Method:** A total of 452 licensed athletes, including 150 women ($X_{age} = 20.07 \pm 2.20$), 302 men ($X_{age} = 20.35 \pm 3.64$), 18 years old and above, who do individual and team sports in the province of Istanbul, participated in the study. "Irrational Performance Beliefs Inventory-2 (APIE-2)", "Sports Anxiety Scale 2 (SAS-2)", "Scale of Mental Resilience in Sports (SCI)", "Personal Information Form" were applied to the participants. In the analysis of the data, regression and correlation analysis were performed within the scope of t test, one-way anova and mediation analysis. **Results:** The findings showed that mental toughness mediated significantly in the relationship between irrational performance beliefs and trait anxiety. In addition, a significant relationship was observed between irrational performance beliefs, disintegration and commitment sub-dimensions of mental toughness, and trait anxiety. **Conclusion:** As a result, all sub-dimensions of irrational beliefs that are intertwined with the emotions, minds and thoughts of the athletes are among the sub-dimensions of mental toughness, which is expressed as the ability to recover against the negative thoughts and pressures encountered during the performance process, to try to reach the determined goals and to stick to their goals despite the disintegration and difficult conditions. It is seen that the sub-dimensions of commitment, the athletes' trait anxiety play a role in determining the distraction of concentration sub-dimension and the general level. **Suggestions:** The fact that there is no research in the field of sports which examined these concepts together, the findings obtained from this study are important, besides, it can provide the ground for studies involving sports psychology practice and psychological intervention. In addition, the future studies can be examined in more detail by working with sample groups that include more specific age groups and all elite athletes.

Keywords: Irrational performance beliefs, mental toughness, trait anxiety

SB87

Fitness Merkezlerindeki Kişisel Antrenörlerin Tükenmişlik Düzeylerine Etki Eden Değişkenlerdeki Farklılıkların İncelenmesi

Caner AYDIN¹, Mehmet Settar KOÇAK²

¹Lokman Hekim Üniversitesi Fiziksel Aktivite, Sağlık ve Spor Bilimleri Yüksek Lisans/ ANKARA

²Lokman Hekim Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi / ANKARA

Giriş ve Amaç: Tükenmişlik, “iş gereği yoğun duygusal taleplerle karşılaşan ve sürekli diğer insanlarla yüz yüze çalışmak durumunda kalan kişilerde görülen, fiziksel bitkinlik, uzun süreli yorgunluk, çaresizlik ve umutsuzluk duygularının, yapılan işe, hayata ve diğer insanlara karşı olumsuz tutumlarla yansması ile oluşan bir sendrom” olarak tanımlanmaktadır (Maslach ve Ark. 2001). Birçok meslek grubunda olduğu gibi antrenörlerde de tükenmişlik sendromu görülmektedir. Alan yazında farklı branşlardaki antrenörlerde tükenmişlik ile ilgili çalışmalar olduğu görülmüştür (Akbulut ve Altınkök, 2018; Güllü ve Şahin, 2019; Kaygusuz ve Karagün, 2021; Doğan ve Akandere, 2019; Caccese ve Mayerberg, 1984; Altfeld ve Ark., 2015; Price ve Weiss, 2000). Bu araştırmanın amacı, Ankara ili Çankaya ilçesinde hizmet veren fitness merkezlerindeki kişisel antrenörlerin, tükenmişliklerine etki eden değişkenlerdeki farklılıklarını incelemektir. **Yöntem:** Yapılan bu çalışmada mevcut durumu saptamaya yönelik genel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın evrenini Ankara ili Çankaya ilçesinde hizmet veren kişisel antrenörler oluşturmuştur. Araştırmanın örneklemini ise amaca uygun gönüllülük esas alınarak seçilen 242 katılımcı oluşturmuştur. Araştırmada kişisel antrenörlerin demografik bilgilerini içeren kişisel bilgi formu ile Maslach Tükenmişlik Envanteri kullanılmıştır. Veriler, betimsel istatistik yöntemleri (yüzde/frekans), Mann Whitney-U Testi ve Kruskal Wallis-H Testi kullanılarak analiz edilmiştir. Analiz SPSS 22 paket programıyla yapılmıştır. İstatistiksel anlamlılık düzeyi $p>0.05$ olarak kabul edilmiştir. **Bulgular:** Analiz sonuçlarına göre; kişisel antrenörlerin cinsiyet, medeni durum, eğitim seviyesi ve gelir durumu değişkenleri ile tükenmişlik düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Yaş, mesleki deneyim ve çalışma saati değişkenleri açısından tükenmişlik düzeylerinde anlamlı fark görülmüştür. **Sonuç ve Öneriler:** Kişisel antrenörlerin tükenmişlik düzeylerinin yüksek çıkmasında yaş, mesleki deneyim ve gün içi çalışma saati değişkenlerinin etkili olduğu görülmektedir. Bu çalışmada ortaya çıkan sonuç göz önünde bulundurularak; kişisel antrenörlerin çalıştığı kurumlar, antrenörlerin tükenmişlik düzeyleri hakkında bilgi sahibi olmalı ve bu doğrultuda kurum içi eğitime yer vermelidirler. Ayrıca bu araştırmanın doğrultusunda, kişisel antrenörlerin tükenmişlik düzeyleri üzerine yapılacak yeni çalışmalar, antrenörlerin karşılaştıkları sorunlar ile nasıl baş edebileceklerini inceleyebilir.

Anahtar Kelimeler: Kişisel Antrenör, Tükenmişlik

Examining the Differences in the Variables Affecting the Burnout Levels of Personal Trainers in Fitness Centers

Introduction and Aim: Burnout is defined as “a syndrome that occurs when physical exhaustion, long-term fatigue, feelings of helplessness and hopelessness are reflected in negative attitudes towards work, life and other people, which are seen in people who are faced with intense emotional demands due to their job and constantly have to work face-to-face with other people”. is defined (Maslach et al. 2001). Burnout syndrome is also observed in coaches, as in many other professions. Studies on burnout in coaches from different sports have been conducted in the literature (Akbulut and Altınkök, 2018; Güllü and Şahin, 2019; Kaygusuz and Karagün, 2021; Doğan and Akandere, 2019; Caccese and Mayerberg, 1984; Altfeld et al., 2015; Price and Weiss, 2000). The aim of this study is to examine the differences in the variables affecting the burnout of personal trainers working in fitness centers in Çankaya district of Ankara. **Method:** A general screening model was used in this study to determine the current situation. The population of the study consisted of personal trainers serving in fitness centers in Çankaya district of Ankara. The sample of the study consisted of 242 participants selected on a voluntary basis according to the purpose of the study. The

study used a personal information form including demographic information of personal trainers and the Maslach Burnout Inventory. Data were analyzed using descriptive statistics (percentage/frequency), Mann Whitney-U Test, and Kruskal Wallis-H Test. The analysis was performed using SPSS 22 package program. The level of statistical significance was accepted as $p>0.05$. **Results:** According to the analysis results, no significant difference was found between the burnout levels of personal trainers and gender, marital status, education level, and income status variables. A significant difference was observed in terms of burnout levels in terms of age, professional experience, and working hours. **Conclusion and Recommendations:** It is observed that age, professional experience, and working hours are effective in personal trainers' high burnout levels. Considering the results of this study, the institutions where personal trainers work should be informed about the burnout levels of trainers and include in-house training accordingly. In addition, new studies on the burnout levels of personal trainers can examine how trainers can cope with the problems they encounter.

Keywords: Personal Trainer, Burnout.

SB88

Sporculuk Geçmiş Olan Bireylerin Spor Ürünlerine Yönelik Marka Değeri Algıları ve Karar Verme Tarzları

Burak OKYAR¹, Bahar ISTIK¹, Orçun KEÇECİ²

¹Eskişehir Teknik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Spor Yöneticiliği Bölümü - Lisans Öğrencisi

²Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı - Araştırma Görevlisi

Giriş ve Amaç: Marka değeri, organizasyonların rekabet avantajı elde etmek için önem verdiği kavramlardan biridir. Bu kavram, temel olarak tüketicinin zihninde markanın nasıl bir konumda yer aldığına karşılık gelmektedir. Aynı zamanda marka değerinin tüketicilerin ürün satın alımına yönelik karar verme tarzları ile ilişkili bir kavram olduğu bilinmektedir. Tüketici karar verme tarzı ise tüketicinin satın alıma yönelik zihinsel ve bilişsel yönelimini ifade etmektedir. Bu bilgiler doğrultusunda, tüketicilerin marka değeri algılarının ve karar verme tarzlarının spor sektöründe de önem arz ettiği düşünülmektedir. Bu araştırmanın amacı, sporculuk geçmişi olan bireylerin spor ürünlerine yönelik marka değeri algılarını ve karar verme tarzlarını tespit edebilmek ve bu iki kavramın alt boyutlarına yönelik olarak nasıl bir algı ve tutum içerisinde olduklarını belirleyebilmektir. Katılımcı yanıtlarının çeşitli demografik özelliklere göre nasıl değişkenlik gösterdiği ve iki kavramın alt boyutları arasında nasıl bir ilişki olduğu ise araştırmanın cevap bulmayı hedeflediği problemlerdir. **Yöntem:** Bu araştırma, veri toplanan kitle hakkında betimleyici niteliğe sahip nicel bir çalışma olarak tasarlanmıştır. Araştırmanın evreni Eskişehir ilinde sporculuk geçmişi olan bireylerden oluşmaktadır. Örneklem ise araştırmaya katılım sağlayan 337 kişiden oluşmaktadır. Bu kişilere olasılığa dayalı olmayan örneklem tekniklerinden biri olan kolayda örneklem yöntemiyle ulaşılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak çevrimiçi anket formu kullanılmıştır. Bu anket formu üç bölümden oluşmaktadır. İlk bölümde katılımcıların demografik özellikleri ile ilgili veri toplayabilmek amacıyla araştırmacılar tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formu yer almaktadır. Kişisel Bilgi Formu'nda yaş, cinsiyet, gelir düzeyi, spor branşı, sporculuk süresi ve rutin uğraş bağımsız değişkenlerine yönelik yanıtlar alınmıştır. İkinci bölümde Aaker (1991) tarafından geliştirilen Marka Değeri Algısı Ölçeği yer almaktadır. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlanması Avcılar (2008) tarafından gerçekleştirilmiştir. Bu araştırmanın örneklemine uygunluğu açısından yapılan geçerlik ve güvenilirlik testleri sonucunda 12 madde ve 4 faktörlük yapıyla ölçüme uygun olduğu belirlenmiştir. Son bölümde ise Sproles ve Kendall (1986) tarafından geliştirilen Tüketici Karar Verme Tarzı Ölçeği yer almaktadır. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlanması Dursun vd. (2013) tarafından gerçekleştirilmiştir. Bu araştırmanın örneklemine uygunluğu açısından yapılan geçerlik ve güvenilirlik testleri sonucunda 12 madde ve 3 faktörlük yapıyla ölçüme uygun olduğu belirlenmiştir. Verilerin depolanması ve analiz edilmesinde Microsoft Excel, IBM SPSS ve Amos Graphics yazılımlarından faydalanılmıştır. Öncelikle katılımcıların sayısal dağılımlarını, ortalamalarını ve standart sapmalarını görebilmek amacıyla frekans analizleri ve tanımlayıcı istatistik testleri gerçekleştirilmiştir.

Ölçeklerin geçerliğini test etmek için açıklayıcı ve doğrulayıcı faktör analizleri uygulanmıştır. Ölçeklerin güvenilirliğini test etmek için Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayılarına bakılmıştır. Ölçeklerin geçerli ve güvenilir olduğu belirlendikten sonra hipotezlerin test edilmesi için bağımsız örneklem t testi uygulanmıştır. Son olarak ise iki ölçek alt boyutları arasındaki ilişkileri tespit edebilmek için basit korelasyon analizi uygulanmıştır. Bu analizlerde istatistiksel anlamlılık değeri 0,05 olarak ele alınmıştır. **Bulgular:** Yapılan analizler sonucunda spor tüketicilerinin marka değeri algılarında en yüksek ortalamaya sahip alt boyutun Marka Çağrışımları ($\bar{X}=4,17\pm,60$) olduğu ve karar verme tarzlarında en yüksek ortalamaya sahip alt boyutun Mükemmeliyetçilik ($\bar{X}=4,08\pm,73$) olduğu görülmektedir. Katılımcıların marka değeri algılarını ölçmek için uygulanan bağımsız örneklem t test sonucunda, demografik özelliklere göre yapılan kıyaslamalarda gelir düzeyi ve rutin uğraş bağımsız değişkenlerine göre çeşitli alt boyutlarda gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı kabul edilen farklar tespit edilmiştir ($p\leq 0,05$). Katılımcıların karar verme tarzlarını ölçmek için uygulanan bağımsız örneklem t test sonucunda, demografik özelliklere göre yapılan kıyaslamalarda yaş, cinsiyet, gelir düzeyi, spor branşı ve sporculuk süresi bağımsız değişkenlerine göre çeşitli alt boyutlarda gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı kabul edilen farklar tespit edilmiştir ($p\leq 0,05$). İki ölçeğin alt boyutları arasındaki ilişkileri belirlemek amacıyla yapılan basit korelasyon analizi sonucunda, tüm alt boyutlar arasında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönlü ilişkiler bulunmuştur ($p\leq 0,05$). Ancak bu ilişkiler çoğunlukla düşük düzeydedir. **Sonuç:** Spor tüketicilerinin marka değeri algılarına yönelik bulgulara göz atıldığında, katılımcı yanıtlarının gelir düzeyine ve rutin uğraşa göre farklılaştığı görülmektedir. Rutin uğraş değişkeninde yer alan iki gruptan birinin öğrenciler, diğerinin çalışanlar olduğu düşünüldüğünde aslında belirleyici unsurun katılımcıların sahip olduğu maddi güç ile ilgili olduğu anlaşılmaktadır. Katılımcıların spor ürünlerini satın almaya yönelik karar verme tarzları incelendiğinde, pek çok demografik özelliğin kararlara etki ettiği görülmektedir. Bu bakımdan, spor tüketicilerinin karar mekanizmasındaki zihinsel süreçlerde her bir demografik özelliğin belirleyici bir unsur olabileceği anlaşılmaktadır. Alanyazına bakıldığında, iki ölçeğin alt boyutları arasında çıkan anlamlı ilişkiler beklenen bir sonuçtur. Düşük düzeyde olmasına rağmen bu ilişkilerin tüketicilerin marka değeri algılarının satın almaya yönelik karar verme tarzlarını pozitif yönde etkilediğini göstermektedir. Araştırma sonucunda elde edilen bulgular, literatürde yer alan geçmiş çalışmalara bazı yönlerden benzerlik gösterirken bazı yönlerden farklılıklar göstermektedir. Bu farklılıkların büyük ölçüde ekonomik gelişmelerdeki hızlı değişimden kaynaklandığı düşünülmektedir. **Öneriler:** Bulgularda Kararsızlık alt boyutu ile ilgili ortalamaların düşük olmadığı görülmektedir. Konu spor tüketicileri açısından ele alındığında, bu tip seçim zorluğu yaşayan bireylerin internet ortamlarındaki değerlendirmelerden faydalanarak fiyat/performans kıyaslamasını yapmaları önerilmektedir. Spor organizasyonları açısından bakıldığında, spor tüketicilerinin bu konu özelindeki algılarının ve tutumlarının demografik özelliklere göre farklılık gösterebildiğini göz ardı etmemeleri ve pazarlama stratejilerini bu değişkenleri göz önüne alarak yapmaları önerilmektedir. Gelecek araştırmalar için ise araştırmacıların aynı konuları farklı evrenlerde ölçümlemesi tavsiye edilmektedir. Ek olarak, Tüketici Karar Verme Tarzları Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlama çalışmasının yeniden yapılmasının ölçüm niteliğini artıracığı düşünülmektedir.

Anahtar kelimeler: Spor tüketimi, Spor ürünü, Marka değeri, Karar verme

Brand Value Perceptions and Decision-Making Styles about Sports Products of Individuals Who Have Sports Background

Introduction: Brand value is one of the concepts that organizations attach importance to in order to gain competitive advantage. This concept basically corresponds to the position of the brand in the mind of the consumer. Also, it is known that brand value is a concept related to the decision-making styles of consumers for product purchase. Consumer decision-making style, on the other hand, refers to the mental and cognitive orientation of the consumer towards purchasing. In line with this information, it is thought that consumers' brand value perceptions and decision-making styles are also important in the sports sector. The aim of this research is to determine the brand value perceptions and decision-making styles about sports products of individuals who have sports background, and what kind of perception and attitude they have towards the sub-dimensions of these two concepts. How the participant responses vary according to various demographic characteristics and how there is a relationship between the sub-dimensions of the two concepts are the problems that the research aims to

find answers to. **Method:** This research was designed as a quantitative study about the descriptive characteristics of population who data collected. The population of the research consists of individuals with a sports background in Eskişehir. The sample consists of 337 people who participated in the research. These people were reached by convenience sampling method, which is one of the non-probabilistic sampling techniques. In the research, an online questionnaire was used as a data collection tool. This questionnaire form consists of three parts. In the first part, there is the Personal Information Form developed by the researchers in order to collect data about the demographic characteristics of the participants. In the Personal Information Form, answers were received for the independent variables of age, gender, income level, sports branch, time involved in sports and routine occupation. The second part includes the Brand Value Perception Scale developed by Aaker (1991). Adaptation of the scale to Turkish was carried out by Avçılar (2008). As a result of the validity and reliability tests performed in terms of suitability for the sample of this study, it was determined that it was suitable for measurement with its 12 items and 4 factors structure. In the last part, there is the Consumer Decision Making Style Scale developed by Sproles and Kendall (1986). Adaptation of the scale to Turkish was carried out by Dursun et al. (2013). As a result of the validity and reliability tests performed in terms of suitability for the sample of this study, it was determined that it was suitable for measurement with its 12 items and 3 factors structure. Microsoft Excel, IBM SPSS and Amos Graphics software were used to store and analyze the data. First of all, frequency analyzes and descriptive statistics tests were carried out in order to see the frequencies, averages and standard deviations of the participants. Exploratory and confirmatory factor analyzes were applied to test the validity of the scales. To test the reliability of the scales, Cronbach Alpha internal consistency coefficients were checked. After determining that the scales are valid and reliable, independent sample t-test was applied to test the hypotheses. Finally, simple correlation analysis was applied to determine the relationships between the sub-dimensions of scales. In these analyzes, the statistical significance value was taken as 0.05. **Results:** As a result of the analysis, it is seen that the sub-dimension with the highest average in the brand value perceptions of sports consumers was Brand Associations ($\bar{X}=4.17\pm.60$), and the sub-dimension with the highest average in decision-making styles is Perfectionism ($\bar{X}=4.08\pm.73$). As a result of the independent sample t-test applied to measure the brand value perceptions of the participants, statistically significant differences are found between the groups in various sub-dimensions according to income level and routine occupation independent variables ($p\leq 0.05$). As a result of the independent sample t-test applied to measure the decision-making styles of the participants, statistically significant differences are found between the groups in various sub-dimensions according to age, gender, income level, sports branch independent variables ($p\leq 0.05$). As a result of the simple correlation analysis performed to determine the relationships between the sub-dimensions of the two scales, statistically significant and positive relationships were found between all sub-dimensions ($p\leq 0.05$). However, these relationships are mostly at a low level. **Conclusion:** When the results on the brand value perceptions of sports consumers are examined, it is seen that participant responses differ according to income level and routine occupation. Considering that one of the two groups in the routine occupation variable is students and the other is employees, it is understood that the determining factor is actually related to the financial power of the participants. When the decision-making styles of the participants to purchase sports products are examined, it is seen that many demographic characteristics affect the decisions. In this respect, it is understood that each demographic feature can be a determining factor in the mental processes in the decision mechanism of sports consumers. Looking at the literature, significant relationships between the sub-dimensions of the two scales are an expected result. Although at a low level, these relationships show that consumers' brand value perceptions positively affect their purchasing decision-making styles. The findings obtained as a result of the research show similarities with the previous studies in the literature in some aspects, but differ in some aspects. These differences are thought to be largely due to the rapid change in economic developments. **Recommendations:** In the findings, it is seen that the mean of the Indecisiveness sub-dimension is not low. When the subject is considered in terms of sports consumers, it is recommended that individuals who have this type of choice difficulty make a price/performance comparison by making use of the evaluations on the internet. From the perspective of sports organizations, it is recommended that sports consumers should not neglect that their perceptions and attitudes on this subject may differ according to demographic characteristics and that they should make their marketing strategies by taking these variables into account. For future research, it is recommended that researchers measure the same subjects in different universes. In addition, it is thought that re-adapting the Consumer Decision Making Styles Scale into Turkish will increase the quality of the measurement.

Keywords: Sports consumption, Sports product, Brand value, Decision making

SB89

Tazelenme Üniversitesindeki Kadın Bireylerde Rekreatif Aktivitelerin Denge ve Kuvvet Üzerine Etkileri

Engin KOCAKARIN¹

¹Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Muğla

Giriş ve Amaç: Rekreatif aktiviteler; bireylerin boş ya da serbest zamanlarında, eğlence ve spor amaçlı katıldıkları etkinlikleri kapsar. Bu yönüyle, spor ve sağlık amaçlı yapılan egzersizler ile yarışma ve müsabaka performansı amacıyla yapılan antrenmanlardan ayrılır. Literatürdeki çalışmalara bakıldığında, ileri yaştaki bireylerde oluşmaya başlayan denge ve kuvvet kaybının, cinsiyet faktörüne de bağlı olarak, sağlık açısından olumsuz etkilere neden olduğu görülmektedir. Yapılan bu araştırmanın amacı; ileri yaş almaya başlamış kadın bireylerde, rekreatif aktivitelerin, denge ve kuvvet üzerine etkilerini incelemektir. **Yöntem:** Araştırmaya; Tazelenme Üniversitesinin Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi merkez kampüsündeki, 60-69 yaş arası 32 gönüllü kadın birey katılmıştır. Katılımcılar, kampüs içinde son 6 ayda düzenli olarak yapılan rekreatif aktivitelere katılan ve katılmayan olmak üzere, eşit sayıda 2 gruba ayrılmıştır. Katılımcıların yaş, boy uzunluğu, vücut ağırlığı, beden kütle indeksi, dinamik ve statik denge ile sağ ve sol el kavrama kuvveti değerleri belirlenmiştir. İstatistiksel analizler, SPSS 26.0 paket programında yapılmıştır. Değerlerin ortalama ve standart sapmaları, frekans analizi ile incelenmiş ve gruplar arasındaki yüzdelik farklar belirlenmiştir. **Bulgular:** Rekreatif aktivitelere katılan* ve katılmayan[&] grupların yaş (65,6±2,8)* (65,6±3,2)[&] yıl, boy uzunluğu (155,1±5,3)* (157,5±4,3)[&] cm, vücut ağırlığı (71,2±13,7)* (76,1±10,3)[&] kg, beden kütle indeksi (29,5±5,3)* (30,7±4,6)[&] kg/m², dinamik (6,5±1,2)* (4,9±1,2)[&] ve statik (13,9±6,4)* (17,3±7,9)[&] denge ile sağ (21,4±4,7)* (21,5±4,3)[&] ve sol (19,1±5,3)* (20,3±4,0)[&] el kavrama kuvveti kg olarak bulunmuştur. **Sonuç:** Araştırmanın sonucu; yaş ve beden kütle indeksleri birbirine çok yakın olan her iki gruptan, rekreatif aktivitelere katılan grubun dinamik ve statik denge ortalamalarının, bu aktivitelere katılmayan gruba göre daha iyi düzeyde (dinamik %24,6 statik %19,7) olduğunu gösterirken, sağ ve sol el kavrama kuvveti ortalamalarının, az da olsa rekreatif aktivitelere katılmayan grup için daha iyi düzeyde (sağ el %0,5 sol el %5,9) olduğunu ortaya koymuştur. **Öneriler:** Araştırmaya paralel, gelecekte yapılacak benzer çalışmalarda; rekreatif, egzersiz, antrenman kavramlarına yönelik karşılaştırmaları içeren gruplara yer verilmesi uygun olabilir.

Anahtar Kelimeler: Rekreatif, Aktivite, Denge, Kuvvet, Kadın, Tazelenme Üniversitesi

Effects of Recreational Activities on Balance and Strength of Female Persons in the Refreshment University

Introduction and Purpose: Recreational activities involve activities that people take part in for fun and sports during their free time. In this regard, they are different from sports and health exercises, and trainings for race and competition performance. When studies in the literature are viewed, balance and strength loss starting on elderly people cause negative effects on health depending on the gender factor, as well. This research aims to study the effects of recreational activities on balance and strength of aging female persons. **Method:** 32 female volunteers aged 60-69 in the main campus of Refreshment University in Muğla Sıtkı Koçman University took part in this study. Participants were equally separated into 2 groups, one of which including people who joined irregular recreational activities in the campus for the last 6 months, and the other including people who didn't join the activities. Values of participants' age, height, bodyweight, body mass index, dynamic and static balance, and grip strength of right and left hands were measured. Statistical analyses were performed by SPSS 26.0 packaged software program. Average and standard deviation values were studied by frequency analysis, and percentage differences between the groups were determined. **Findings:** Values of the group joining in recreational activities*, and the other group that didn't join the activities[&] are as follows: age (65,6±2,8)* (65,6±3,2)[&] years, height (155,1±5,3)* (157,5±4,3)[&] cm, body weight (71,2±13,7)* (76,1±10,3)[&] kg, body mass index (29,5±5,3)* (30,7±4,6)[&] kg/m², dynamic (6,5±1,2)* (4,9±1,2)[&] and static (13,9±6,4)* (17,3±7,9)[&] balance and right (21,4±4,7)* (21,5±4,3)[&] and left (19,1±5,3)* (20,3±4,0)[&] hand grip strength kg. **Conclusion:** As a result of this study, among both groups with very close age and body mass index values; dynamic and static balance averages of the group joining recreational activities were better (dynamic 24,6% static 19,7%) than the other group that didn't join these activities while right and left hand grip strength averages were slightly better (right hand 0,5%, left hand 5,9%) for the group who didn't join recreational activities. **Suggestions:** Parallel to this research, it may be appropriate in similar future studies to include groups with comparisons about the terms of recreation, exercise, and training.

Keywords: Recreation, Activity, Balance, Strength, Female, Refreshment University

SB90

**Ulusal ve Uluslararası Spor Örgütlerinin Yönetim Kademelerinde
Cinsiyet Temsili**

Menekşe TEMEL¹, Serkan KURTİPEK¹, Mustafa Yaşar ŞAHİN¹

¹Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Bu çalışmanın amacı, ulusal ve uluslararası spor örgütlerinin yönetim kademelerinde görev alan çalışanların cinsiyet temsiliğini incelemek ve kadın yönetici sayısını karşılaştırmaktır. Çalışmada nitel araştırma yöntemlerinden doküman analizi kullanılmıştır. Araştırma kapsamında incelemelere dahil edilecek ulusal ve uluslararası spor örgütlerin belirlenmesin de resmi sitelerinde yer alan bilgilerin güncel ve ulaşılır olması ölçüt olarak kabul edilmiştir. Çalışmanın sonucunda Türkiye’de spor örgütlerinin yönetim kademelerinde görev alan kadın çalışan sayısının az olduğu, Gençlik ve Spor Bakanlığı genel müdür ve genel müdür yardımcılık pozisyonlarında kadın çalışana yer verilmediği, İl müdürlüklerinde de kadınların yer almadığı, ilçe müdürlük görevinde ise az sayıda kadın çalışan bulunduğu tespit edilmiştir. Federasyonların başkanlık görevlerinde ve yönetim kurulu üyeleri içerisinde de kadınların az sayıda temsil edildiği anlaşılmaktadır. Uluslararası spor yönetim kademelerinde kadın çalışan temsiline bakıldığında ise, Türkiye’deki spor örgütlerinin yönetim kademelerinde yer alan kadın çalışan temsiline fazla olduğu ancak uluslararası düzeyde spor örgütlerinin yönetim kademelerinde de kadınlara verilen temsil hakkının yetersiz kaldığı ifade edilebilir. Sonuç olarak ulusal ve uluslararası düzeyde spor örgütlerinin yönetim kademelerindeki kadınların temsil düzeyinin yetersiz olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Spor, Spor Örgütleri, Cinsiyet

**Gender Representation in the Managerial Levels of National and International Sports
Organizations**

The aim of this study is to examine the gender representation of employees working in the management levels of national and international sports organizations and to compare the number of female managers. Document analysis, one of the qualitative research methods, was used in the study. In determining the national and international sports organizations to be included in the research, it was accepted as a criterion that the information on their official websites was up-to-date and accessible. As a result of the study, it was determined that the number of female employees working in the management levels of sports organizations in Turkey is low, there are no female employees in the positions of general manager and deputy general manager in the Ministry of Youth and Sports, there are no women in provincial directorates, and there are few female employees in district directorate positions. When we look at the representation of women in the management levels of international sport organizations, it can be stated that the representation of women in the management levels of sport organizations in Turkey is higher than the representation of women in the management levels of sport organizations in Turkey, but the representation right given to women in the management levels of sport organizations at the international level is insufficient. As a result, it can be said that the level of representation of women in the management levels of sport organizations at national and international level is insufficient.

Key Words: Sports, Sports Organizations, Gender

SB91

Spor Yöneticiliği Öğrencilerinin Alan Uygulaması Dersine İlişkin Bakış Açılarının İncelenmesi

Ayşe DELİKKAFA², Uğur SÖNMEZOĞLU²

¹*Pamukkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Spor Yöneticiliği Bölümü, Denizli*

Giriş: Spor yöneticileri, kamu ve özel sektörde spor organizasyonlarında görev alabilen, yönetim süreçlerini karşılaştıkları durumlara uygulayabilen, spor endüstrisi içerisinde yer alan paydaşlarla etkili iletişim kurabilen ve onları yönlendirme becerisine sahip olan kişilerdir. Spor yöneticiliği öğrencilerinin mesleki bilgilerinin spor alanlarına uygulanmasında eğitim gördükleri bölümlerin alan uygulaması dersi kapsamında yaptığı çalışmalar onların mesleki deneyimlerinin oluşmasına katkı sağlamaktadır. **Amaç:** Bu araştırma spor yöneticiliği öğrencilerinin alan uygulaması dersi kapsamında gerçekleştirdikleri staj uygulamalarına algılarını, beklentilerini, yaşadıkları sorunları ve çözüm önerilerini ortaya koymak amacıyla yapılmıştır. **Yöntem:** Bu araştırma nitel araştırmadır. Araştırmanın desenini olgu bilim oluşturmaktadır. Araştırmaya 2022-2023 güz döneminde Pamukkale Üniversitesi Spor Yöneticiliği Bölümü alan uygulaması dersi alan 6 öğrenci katılmıştır. Veriler odak grup görüşmeleri ile toplanmıştır. Verilerin analizinde içerik analizi tekniğinden yararlanılmıştır. **Bulgular:** Araştırmada katılımcıların alan uygulamasını mesleki bilgi ve gelişim, teorik bilgiyi uygulamaya aktarma olarak değerlendirdikleri görülmüştür. Ayrıca katılımcıların iletişim becerilerinin gelişmesi, insan ilişkileri becerisi, analitik düşünme ve uygulama yeteneğinin gelişimi, mesleki hedefe yönelik yönlendirme, zamanın verimli kullanılması, işyerinde nasıl davranılması gerektiğinin öğrenilmesi, sosyalleşme, yönetsel süreçlerin uygulamada öğrenilmesi, alanla ilgili çalışmaların gerçekleşmesi ve alanda uzmanlaşmanın önemini kavranması gibi kazanımlar elde ettiği ortaya çıkmıştır. Yine alanla ilgili uygulamanın yapılamaması, alan dışı uygulamaların yapılması, kurum çalışanların alan dışından olması, staj yeri çalışanlarının ilgi ve bilgisinin yetersiz olması, staj yerinde iş disiplininin olmaması, çalışan verimliliğinin yetersizliği, staj yerinin fiziksel olanaklarının yetersizliği, çalışanların stajyerlere karşı olumsuz davranışlar ve iletişimde bulunması, staj yerindeki çalışanların görev tanımlarının belirsizliği gibi staj yerine ilişkin sorunlar; yönergelerin anlaşılır olmaması, uygulama yerlerinin yetersiz olması, danışman hocaların ilgisiz davranması ve geri dönüt sağlamaması, danışmanların çözüm odaklı davranmaması, danışmanların görevlerini yerine getirmemesi, staj yeri çalışmalarının yanlış planlanması, aynı staj yerinde stajyer sayısının fazla olması gibi staja gönderen kuruma ilişkin sorunlar katılımcılar tarafından dile getirilmiştir. **Sonuç:** Spor yöneticiliği öğrencilerinin alan uygulamasını yaptıkları kurumlarda sosyal, mesleki ve kişisel özelliklerine ilişkin kazanımlar elde ettikleri, staj yaptıkları yerlerde alana ilişkin çalışma olanaklarına ve uzmanlaşmaya yeterli bir şekilde sahip olmadıkları ve özellikle danışman hocaların stajyer öğrencileri yönlendirme ve bilgilendirme noktasında görevlerini tam olarak yerine getirmediği ifade edilebilir. **Öneri:** Danışman hocalar tarafından alan uygulaması yerlerinin denetlenmesi ve staj raporlarının incelenerek öğrencilere geri dönütler verilmesinin alan uygulaması dersinin daha verimli geçmesine katkı sağlayacağı belirtilebilir.

Anahtar Kelimeler: Alan Uygulaması, Spor Yöneticiliği, Üniversite Öğrencileri

Examination of Sports Management Students' Perspectives on Field Practice Course

Introduction: Sports managers are people who can take part in sports organizations in the public and private sectors, can apply management processes to the situations they encounter, can communicate effectively with stakeholders in the sports industry and have the ability to direct them. The studies carried out within the scope of the field practice course of the departments where the sports management students are trained in applying their professional knowledge to the fields of sports contribute to the formation of their professional experience. **Purpose:** This research was carried out to reveal sports management students' perceptions, expectations, problems and solution proposals about their internship practices within the scope of the field practice course. **Method:** This research is qualitative. The pattern of the research is phenomenology. Six students who took the Pamukkale University Sports Management Department field practice course in the fall semester of 2022-2023 participated in the research. Data were collected through focus group interviews. Content analysis technique was used in the analysis of the data. **Results:** In the study, it was seen that the participants evaluated the field practice as professional knowledge and development and transferring theoretical knowledge to practice. In addition, gains

such as the development of communication skills of the participants, the development of human relations skills, analytical thinking and application skills, orientation towards professional goals, efficient use of time, learning how to behave in the workplace, socialization, learning administrative processes in practice, the realization of studies related to the field and understanding the importance of specialization in the field. They turned out to be achieved. Again, the inability to make the application related to the field, the applications outside the field, the fact that the employees of the institution are from outside the field, the lack of interest and knowledge of the internship employees, the lack of work discipline at the internship place, the inadequacy of the employee's productivity, the inadequacy of the physical facilities of the internship place, the negative behaviors and communication of the employees towards the interns problems with the internship, such as the ambiguity of job descriptions of the employees at the internship; Problems related to the institution that sent the internship, such as the incomprehensible instructions, inadequate application areas, the indifferent behavior of the advisors and the lack of feedback, the lack of solution-oriented behavior of the advisors, the failure of the advisors to fulfill their duties, the wrong planning of the internship work, the high number of interns in the same internship place were mentioned by the participants. Has been brought. **Conclusion:** It is stated that sports management students gain gains regarding their social, professional and personal characteristics in the institutions where they do field practice. They need more work opportunities and specialization in the field where they do their internship. The advisors must fully fulfil their duties in guiding and informing the trainee students. It can be done. **Suggestions:** Supervising the field application placed by the advisors, reviewing the internship reports, and giving feedback to the students will contribute to a more efficient field application course.

Keywords: Field Practice, Sports Management, University Students

SB92

Spor Yöneticisi Adaylarında Karar Verme Stilinin Liderlik Yönelimine Etkisi

Seyfettin YILMAZ¹, Serkan KURTİPEK², Nuri Berk GÜNGÖR³, İbrahim Fatih YENEL²

¹Bartın Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Bartın

²Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

³Balıkesir Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Balıkesir

Bu araştırmada, spor yöneticisi adaylarının karar verme stillerinin liderlik yönelimlerine etkisinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu, Ankara ilinde bir kamu üniversitesinde spor yöneticiliği lisans programında eğitimlerini sürdüren 108'i (%48.6) kadın, 114'ü (%51.4) erkek toplam 222 katılımcı oluşturmaktadır. Araştırma ilişkisel tarama modelinde kurgulanmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak; demografik bilgi formu ile İme, Soyer ve Keskinoglu (2020) tarafından geliştirilen Akılcı ve Sezgisel Karar Verme Stilleri Ölçeği ile Dursun, Günay ve Yenel'in (2019) geliştirdiği Çok Yönlü Liderlik Yönelimleri Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde; betimsel istatistikler, T-Testi, Pearson Korelasyon ve Çoklu Regresyon Analizinden faydalanılmıştır. Analiz sonuçları; katılımcıların insan kaynaklı liderlik yönelimine daha yakın olduklarını göstermektedir. Buna ek olarak, katılımcıların akılcı karar verme stiline ait ortalama puanlarının daha yüksek olduğu ifade edilebilir. Katılımcıların karar verme stilleri ve liderlik yönelimlerinin cinsiyet ve spor yapma durumu değişkenlerine göre karşılaştırıldığında istatistiksel olarak farklılaşmadığı belirlenmiştir. Ayrıca; katılımcıların karar verme stillerinin politik liderliği %38, insan kaynaklı liderliği %39, karizmatik liderliği %32 ve yapısal liderliği %42 oranında yordadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Karar verme, liderlik stili, spor yöneticisi.

The Effect of Decision-Making Style on Leadership Order of Sports Manager Candidates

In this study, it was aimed to determine the effect of the decision-making styles of the sports manager candidates on their leadership orientations. The study group of the research consists of 222 participants, 108 (48.6%) women and 114 (51.4%) men, who continue their education in the sports management

undergraduate program at a public university in Ankara. The research was designed in relational screening model. As a data collection tool in the research; The Rational and Intuitive Decision-Making Styles Scale developed by Ime, Soyer and Keskinoglu (2020) and the Multidimensional Leadership Orientations Scale developed by Dursun, Günay and Yenel (2019) were used. In the analysis of data; descriptive statistics, T-Test, Pearson Correlation and Multiple Regression Analysis were used. Analysis results; It shows that the participants are closer to the human-induced leadership orientation. In addition, it can be stated that the average scores of the participants regarding the rational decision-making style are higher. When the participants' decision-making styles and leadership orientations were compared according to the variables of gender and sports status, it was determined that there was no statistical difference. Moreover; It was concluded that the decision-making styles of the participants predicted political leadership by 38%, human-based leadership by 39%, charismatic leadership by 32% and structural leadership by 42%.

Keywords: Decision making, leadership style, sports manager.

SB93

Preadölesan Sporcularda Yüksek Yoğunluklu İnterval Antrenman Uygulamalarının Fizyolojik Etkileri

Berk KURTARIR¹, Erkan GÜNAY²

¹Berk Kurtarır, Dokuz Eylül Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Bölümü, İzmir

²Erkan Günay, Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Bölümü, Manisa

Giriş ve Amaç: Yüksek yoğunluklu interval antrenman (HIIT), kısa dinlenme periyotlarıyla bölünmüş tekrarlı yüksek şiddetli egzersizlerden oluşur (1) ve sporcularının dayanıklılık kapasitelerini ve nöromusküler performanslarını geliştirmek isteyen antrenörler için sıklıkla kullanılan bir antrenman yöntemidir. Yetişkin atletlere benzer şekilde, preadölesan çocuklarda da yüksek yoğunluklu interval antrenmana fizyolojik ve metabolik adaptasyonlar iyi bilinmesine rağmen, sinir ileti hızı artışı, motor ünite katılımı, uzama – kısılma döngüsü (SSC) gibi nöromusküler fonksiyonlar üzerine etkileri hakkında yeterli bilgi bulunmamaktadır. Bu literatür derlemesi, HIIT'in ergenlik öncesi çocukların genel uygunluğu ve nöromusküler performansı üzerindeki etkilerini araştırmayı amaçlamaktadır. **Yöntem:** İki elektronik veri tabanı, Google Scholar ve PubMed (28 Nisan 2023'e kadar), yüksek yoğunluklu interval antrenmanın ergenlik öncesi çocuklarda performans ve genel sağlık parametreleri üzerindeki etkilerini "high intensity interval training", "high intensity intermittent training", "high intensity exercise", "neuromuscular performance" "prepubertal athlete", "young athlete" anahtar kelimeleri ile araştırılmıştır. Çıkan sonuçlar, daha ileri analizler için kullanılan bir alıntı yöneticisine (EndNote) yüklenmiştir. Daha sonra, kayıt altına alınan çalışmalara dışlama kriterleri uygulandıktan sonra 7 çalışma dahil edilmiştir. **Bulgular:** Preadölesan atletlerin enerji metabolizması, kas fibril tipi katılımları ve enzimatik aktivite düzeyleri ergen ve yetişkinlere göre farklılıklar gösterir. Preadölesan çocuklar iskelet kaslarında yetişkinlere göre daha düşük glikolitik ve daha yüksek oksidatif kapasiteye sahiptir ve maksimal 'aerobik' (VO₂max) ve maksimal 'anaerobik' (örn. WAnT) testleri sonrasında kan laktat konsantrasyonları yetişkinlere göre çok daha düşüktür (2). Bu nedenle, çocukların sahip oldukları bu farklı fizyolojik özellikler, yüksek yoğunluklu egzersiz esnası ve sonrasında daha hızlı toparlandıklarını göstermektedir (3). Ayrıca, yüksek yoğunluklu interval antrenman çocukların fiziksel aktivite paternlerinin (dinlenme halinden şiddetli yoğunluktaki fiziksel aktiviteye hızlı geçişlerle karakterize edilir) geçici doğasına daha uygundur ve kardiyorespiratuar sistemlerini daha efektif bir şekilde strese maruz bırakır (4). Bu, en az yedi hafta boyunca, haftada iki ila üç kez, maksimum aerobik hızın üzerinde gerçekleştirilen interval antrenman seanslarını içeren çalışmalarda gözlemlenen aerobik gelişmelerle desteklenmektedir (4, 5, 6, 7). Buna ek olarak, düşük kas miktarlarına sahip olmaları kas içi CP-ATP, glikojen kaynaklarının da az olduğunu gösterdiğinden yüksek yoğunluklu interval planlamalarında yüksek hacimli planlamalardan kaçınılmalıdır. Nöromusküler mekanizma ve performans çıktılarına inceleyen araştırmalarda, interval antrenman sonrası sinir iletim hızı, motor ünite katılımında artış ve uzama – kısılma döngüsünde iyileşmeye bağlı olarak patlayıcı kuvvetin iyileştiği rapor edilmiştir (6, 7). Bu bulgular hızlanma ve yavaşlama fazları içeren ve maksimal aerobik hızdan daha yüksek hızlardaki interval koşu egzersizlerinin alt ekstremitelere güç

çıkması üzerinde nöromusküler mekanizmalar aracılığıyla etkili olabileceği ile açıklanabilir (7). Pediatrik literatürde genel olarak patlayıcı kuvvetteki artış, morfolojik adaptasyonlardan ziyade, birincil olarak sinir iletim hızı, uzama – kısalma döngüsü, tip 2 kas katılımında artış gibi nörolojik adaptasyonların sonucu olarak açıklanmaktadır (2, 7). **Sonuç:** Yüksek yoğunluklu interval antrenman, fiziksel uygunluğu iyileştirmek için zaman açısından etkili bir yöntemdir ve ergenlik öncesi çocuklarda maksimal aerobik hızda ve maksimal oksijen tüketiminde artış gibi metabolik gelişimlerle sonuçlanır (8). Ayrıca interval antrenman, preadölesan çocukların sinir iletim hızı ve motor ünite katılımında artış, uzama-kısalma döngüsünde iyileşme gibi nöromusküler gelişimine de katkıda bulunur (6, 7). Bu literatür derlemesi, >%90 maksimum kalp atış hızı veya %100-130 maksimum aerobik hız yoğunluğunda, haftada iki ila üç kez ve >7 hafta süren minimum müdahale süresiyle koşu temelli interval seansların genel uygunluk ve nöromusküler performansta iyileşmeler ortaya çıkardığını göstermektedir. Ayrıca, literatürdeki çalışma sayısının azlığı dikkate alınarak sahaya yönelik planlamalarda daha dikkatli olmak gerektiği, büyüme hızına bağlı oluşabilecek bireysel farklılıkların göz önünde bulundurulması gerektiği düşünülmektedir. **Öneriler:** Uzun dönemli sporcu gelişimi bakış açısıyla yüksek yoğunluklu interval antrenmanın, koşu temelli spor branşlarında aerobik, anaerobik enerji metabolizması ve nöromusküler sistemin fizyolojik temellerinin oluşturulmasında efektif bir yöntem olduğu görülmektedir. Literatür bilgileri ışığında yüksek yoğunluklu interval antrenman yöntemi için; haftada 1-3 seans, toplam seans süresinin 30 dakikayı aşmadığı, set içi yüklenme sürelerinin düşük, dinlenme aralıklarının ise daha kısa olacağı yükler uygulanmasının fizyolojik olarak daha uygun antrenman yanıtları sağlayacaktır.

Anahtar Kelimeler: Yüksek Yoğunluklu İnterval Antrenman, Yüksek Şiddetli Egzersiz, Maksimal Aerobik Kapasite, Nöromusküler Performans, Preadölesan Atlet

Physiological Effects of High - Intensity Interval Training Applications in Preadolescent Athletes

Introduction and Aim: High-intensity interval training (HIIT) consists of repeated bouts of high-intensity exercise separated by short periods of rest (1) and is a common training method for trainers seeking to improve their athletes' endurance capacity and neuromuscular performance. Similar to adult athletes, although physiological and metabolic adaptations to high-intensity interval training in prepubertal children are well known, there is not enough information about its effects on neuromuscular functions such as increased firing rate, motor unit recruitment, and stretch-shortening cycle (SSC). The aim of this literature review is to investigate the effects of HIIT on overall fitness and neuromuscular performance of prepubertal children. **Materials and Methods:** Using the terms "high intensity interval training", "high intensity intermittent training", "high intensity exercise", "neuromuscular performance", "prepubertal athlete", and "young athlete", two electronic databases, Google Scholar and PubMed (until April 28, 2023), were searched for experimental studies that examined the effects of high-intensity interval training on performance and overall health parameters in prepubertal children. The results were uploaded into a citation management program (EndNote) for further analysis. After application of exclusion criteria, seven studies were included. **Results:** Prepubertal athletes differ from adolescents and adults in their energy metabolism, fiber type involvement, and enzymatic activity levels. Prepubertal children have a lower glycolytic capacity and a higher oxidative capacity in skeletal muscles than adults, and their blood lactate concentrations are significantly lower compared to adults following maximal 'aerobic' (VO₂max) and maximal 'anaerobic' (eg WAnT) tests (2). Therefore, these distinct physiological characteristics of children indicate that they recover more rapidly during and after high-intensity exercise (3). Furthermore, high-intensity interval training is better suited to the transient nature of children's physical activity patterns (characterized by rapid transitions from rest to vigorous-intensity physical activity) and stresses their cardiorespiratory system more effectively (4). This is supported by the aerobic improvements observed in studies involving interval training sessions performed above maximum aerobic speed two to three times per week for a minimum of seven weeks (4,5,6,7). In addition, high-volume planning should be avoided in high-intensity interval planning, as low muscle amounts are indicative of low intramuscular CP-ATP-Glycogen stores. In studies examining neuromuscular mechanism and performance outcomes, it was found that explosive strength improves due to an increase in firing rate and motor unit recruitment, and also by an improvement in the stretch-shortening cycle, after interval training (6,7). These results can be explained by the fact that interval running exercises, which include acceleration and deceleration phases and are performed at speeds greater than the maximal aerobic speed, may affect leg strength due to neuromuscular mechanisms (7). As generally reported in the pediatric literature, the increase in explosive power is primarily due to neurological adaptations such as an increased firing rate, stretch-shortening cycle, and increased type 2 muscle involvement (2, 7). **Conclusion:** High-intensity interval training is a time-efficient

method for enhancing overall fitness and leads to metabolic improvements such as increased maximal aerobic speed and maximal oxygen consumption in prepubertal children (8). Moreover, interval training contributes to the neuromuscular development of prepubertal children, as seen by an increase in firing rate and motor unit recruitment as well as an improvement in the stretch-shortening cycle (6, 7). This review of the literature shows that running-based interval sessions with an intensity of >90% max heart rate or 100%-130% max aerobic speed, two to three times per week, and a minimum intervention duration of >7 weeks, improve overall fitness and neuromuscular performance. In addition, considering of the lack of studies in the literature, it is suggested that extra caution must be taken when planning for the field, and individual differences caused by growth rate must be taken into account. **Suggestions:** From the perspective of long-term athlete development, it is known that high-intensity interval training is an effective method for developing the aerobic, anaerobic, and neuromuscular systems in running-based sports. Literature demonstrates that high-intensity interval training provides physiologically better responses when sessions are applied, 1-3 sessions per week, total session duration does not exceed 30 minutes, and the less loading more resting time is applied.

Keywords: high intensity interval training, high intensity exercise, maximal aerobic capacity, neuromuscular performance, prepubertal athlete

SB94

Üç Farklı Squat Varyasyonunda Kas Aktivasyonu ve Kinematik Verilerin İncelenmesi

Tuğba GÜCLÜ¹, Murat ÇİLLİ², Onur ÇAKIR², Barbaros DEMİRTAŞ²

¹ Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Sakarya.

² Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi ABD.

Giriş ve Amaç: Squat hareketi çok uzun yıllardır direnç antrenmanlarının temel hareketlerinden biri olmuştur. Biyomekanik, kas ve sinir sistemi açısından incelendiğinde ise squat birçok spor branşının temelini oluşturan ve atletik performansın artırılmasında sıklıkla tercih edilen egzersizlerden biri olduğunu bildirmiştir (Escamilla ve diğerleri, 2000, s. 1552). Çeşitli varyasyonları bulunan squat hareketinin yarışmacı ve rekreasyonel amaçlı spor yapanlar arasında popüler olan ve yaygın olarak kullanılan iki ana varyasyonu high bar ve front squat hareketleridir. Literatür incelendiğinde yapılan çalışmalarda genel olarak high bar squat hareketi üstünde durulmuş, front squat ile ilgi sınırlı sayıda çalışma yapılmıştır. Üç farklı squat varyasyonunda kinematik veri analizi çalışmasına sınırlı sayıda rastlanmıştır. Maksimal ağırlıklarda arka squat hareketi sırasında kinematik ve biyomekanik farklılıkları birlikte inceleyen çalışma bulunmaktadır ancak yapılan çalışmalara squat varyasyonları dahil edilmemiştir. Bu çalışmanın amacı üç farklı squat varyasyonuna verilen kas yanıtlarının elektromiyografi ile incelenmesidir. **Yöntem:** Araştırmamızdaki denek grubunu, en az 5 yıl squat geçmişine sahip herhangi bir sakatlığı olmayan 20 gönüllü erkek sporcu yer almıştır. Ölçümlere başlamadan önceki süreçte front squat, high bar squat ve low bar squat egzersizlerinde 1 tekrarlı maksimumları alınmıştır. 1TM ölçümleri alınırken (ACSM 2013)'ün önerdiği 1 tekrarlama test protokolü uygulanacaktır. Egzersiz esnasında vastus medialis, biceps femoris, gluteus maximus, erector spinae kaslarına EMG elektrotları yerleştirilmiştir. EMG ölçümlerinde normalizasyonu sağlamak için MVC (Maximum Voluntarily Contraction) ile birlikte RMS (root mean square) değerleri incelenmiştir. Eksentrik ve konsentrik evrelerin belirlenmesinde IMU verileri kullanılmıştır. Tüm varyasyonlarda gerçekleştirilen hareketlerde, eksentrik ve konsentrik evrelerdeki meanRMS verileri hesaplanmıştır. Egzersiz öncesinde dokuz noktaya marker (ayak bileği, diz, kalça, el bileği, dirsek, omuz, sırt, baş ve bar) yapııştırılmıştır. Kamera bar ve sporcunun kamera çerçevesine sığabilecek şekilde sporcuların sol tarafından net görüntü alabilecek bir konuma yerleştirilmiştir. Eklem açıları, yer değişimler, açısal hızlar, egzersizin toplam süresi gibi kinematik parametrelerin belirlenmesinde Tracker Video Analysis yazılımı aracılığıyla takip edilen markerların konumları kullanılmıştır. **Bulgular:** Egzersizlerin toplam gerçekleştirilme süreleri karşılaştırıldığında HS, FS ve LS arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmiştir High squat hareketinin gerçekleştirme süresi daha uzun çıkmıştır $p < 0.05$. Dirsek açıları karşılaştırıldığında ise HS, FS ve LS arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmiş, low

squatın diğer iki varyasyona göre daha yüksek dirsek açısına sahip olduğu gözlenmiştir $p < 0.05$. En düşük diz açısı değerleri karşılaştırıldığında HS, FS ve LS arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmiş ve Low squat hareketinin diğer iki varyasyona göre daha düşük diz açısına sahip olduğu gözlenmiştir $p < 0.05$. HS, FS ve LS egzersizlerinin eksenrik ve konsantrik evredeki kas aktivasyonları karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmemiştir $p > 0.05$. **Sonuç:** Bu çalışma 3 farklı squat varyasyonunda kas aktivasyonu ve kinematik veri farklarını ortaya koymak amacıyla yapılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre dirsek açıları, egzersizlerin toplam gerçekleştirilme süreleri, en düşük diz açısı değerleri karşılaştırıldığında HS, FS ve LS arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmiştir. Kas aktivasyonları karşılaştırıldığında ise istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmemiştir.

Anahtar kelimeler: Squat, EMG, Kas Aktivasyonu, Kinematik

Muscle Activation and Investigation of Kinematic Data in Three Different Squat Variations

Introduction and Purpose: Squat movement has been one of the basic movements of resistance training for many years. When examined in terms of biomechanics, muscle and nervous system, he reported that squat is one of the exercises that forms the basis of many sports branches and is one of the frequently preferred exercises to increase athletic performance (Escamilla et al., 2000, p. 1552). The two main variations of the squat movement, which have various variations, are popular and widely used among competitive and recreational sports, high bar and front squat movements. When the literature is examined, studies have generally focused on the high bar squat movement, and a limited number of studies have been conducted on front squats. A limited number of kinematic data analysis studies were found in three different squat variations. There is a study examining the kinematic and biomechanical differences during the posterior squat movement at maximal weights, but squat variations were not included in the studies. The aim of this study is to examine the muscle responses to three different squat variations by electromyography. **Method:** The subject group in our study included 20 volunteer male athletes with at least 5 years of squat history and without any injuries. In the process before starting the measurements, the maximum of 1 repetition was taken in front squat, high bar squat and low bar squat exercises. 1 repetition test protocol recommended by (ACSM 2013) will be applied when taking 1RM measurements. During the exercise, EMG electrodes were placed on the vastus medialis, biceps femoris, gluteus maximus, erector spinae muscles. In order to provide normalization in EMG measurements, RMS (root mean square) values will be examined together with MVC (Maximum Voluntarily Contraction). IMU data will be used to determine eccentric and concentric phases. For movements performed in all variations, meanRMS data for eccentric and concentric phases will be calculated. Markers were attached to nine points (ankle, knee, hip, wrist, elbow, shoulder, back, head and bar) before the exercise. The camera is placed in a position that can take a clear view from the left side of the athletes so that it can fit into the camera frame of the bar and the athlete. The positions of the markers tracked via Tracker Video Analysis software were used to determine kinematic parameters such as joint angles, displacements, angular velocities, and total duration of exercise. To calculate the body segment parameters consisting of mass, moment of inertia, and center of gravity of each body segment that will form the mechanical model, Yeadon, M.R. (1990) model will be used. 34 length, 41 circumference, 17 width and 3 depth measurements were made from a total of 95 different points. **Results:** When the total execution times of the exercises were compared, a statistically significant difference was observed between HS, FS and LS. The performance time of the high squat movement was longer $p < 0.05$. When the elbow angles were compared, a statistically significant difference was observed between HS, FS and LS, and it was observed that the low squat had a higher elbow angle than the other two variations, $p < 0.05$. When the lowest knee angle values were compared, a statistically significant difference was observed between HS, FS and LS, and it was observed that Low squat movement had a lower knee angle than the other two variations $p < 0.05$. When the muscle activations of HS, FS and LS exercises in the eccentric and concentric phases were compared, no statistically significant difference was observed $p > 0.05$. **Conclusion:** This study was conducted to reveal the differences in muscle activation and kinematic data in 3 different squat variations. According to the results obtained, a statistically significant difference was observed between HS, FS and LS when the elbow angles, the total execution time of the exercises, and the lowest knee angle values were compared. When muscle activations were compared, no statistically significant difference was observed.

Keywords: Squat, EMG, Muscle Activation, Kinematics

SB95

Genç Futbolcularda Toparlanma Süresinin Tekrarlı Sprint Testinden Elde Edilen Fiziksel ve Fizyolojik Performans Parametrelerine Etkisi

Erhan IŞIKDEMİR¹, Tugay ÖKSÜZ², Serkan UZLAŞIR¹, Abdullah ÇETİNDEMİR³

¹Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fak., Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Antrenörlük Eğitimi ABD.

²Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Nevşehir.

³Trabzon Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölüm, Trabzon.

Futbolda aerobik ve anaerobik kapasitenin değerlendirilmesi antrenman planlaması ve yönlendirmesi açısından oldukça önemlidir. Bu çalışmanın amacı a) aerobik kapasitenin değerlendirilmesinde kullanılan Yo-Yo Aralıklı Toparlanma Seviye 1 (YIRT1) Testi Toplam Koşu Mesafesi (TD) ile 15sn, 30sn ve 45sn dinlenme süreleri uygulanarak gerçekleştirilen 6*30 m Tekrarlı Sprint Testinden (TST) elde edilen fiziksel performans bileşenleri arasındaki ilişkiyi incelemek ve b) 15sn, 30sn ve 45sn dinlenme süresi ile gerçekleştirilen 6x30m TST'den elde edilen fiziksel ve fizyolojik performans parametreleri arasındaki farklılıkların dinlenme süresi açısından karşılaştırılmasıdır. Araştırmaya 20.93±1.75 yaş ortalamasına sahip (Boy uzunluğu: 175.63±5.15 cm; Vücut Ağırlığı: 67.98±5.97 kg; BKİ: 22.03±1.69) haftada 3 gün düzenli olarak antrenman yapan 15 genç erkek futbolcu katılmıştır. Araştırmada sporcuların aerobik kapasitelerini değerlendirmek için YIRT1 testi, toparlanabilme düzeylerini test edebilmek için ise 15sn, 30sn ve 45sn dinlenme aralıkları kullanılarak 6x30m TST uygulanmıştır. TST fiziksel performans parametreleri ile YIRT1 TD ve YIRT1 test bitirme hızı (BH) arasındaki ilişki düzeyine ilişkin örneklem testi pearson korelasyon testi ile bakılmıştır. 15 sn, 30 sn ve 45 sn dinleme süresi ile yapılan TST'den elde edilen fiziksel ve fizyolojik performans parametreleri arasındaki farklılıkların belirlenebilmesi için tekrarlı ölçümlerde varyans analizi, farkın hangi gruptan kaynaklandığına bakabilmek için bonferroni post-hoc testi uygulanmış ve anlamlılık düzeyi $p<0.05$ olarak kabul edilmiştir. Elde edilen sonuçlara göre YIRT1 TM ile 15 sn dinlenme süresiyle uygulanan TST sprint düşüş %'si arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Dinlenme süreleri açısından karşılaştırıldığında ise 15 sn dinlenme süresi sonrasında elde edilen fiziksel ve fizyoloji performans parametrelerinin 30sn ve 45sn dinlenme ile yapılan TST'den elde edilen cevaplara oranla daha kötü performans cevaplarının ortaya çıktığı görülmüştür ($p<0.05$). Sonuç olarak tekrarlı bir şekilde gerçekleştirilen sprint performansında ortaya çıkan düşüşün aerobik kapasite ile ilişkili olduğu, aerobik kapasite düzeyinin toparlanabilme düzeylerini etkilediği görülmektedir. Uygulama açısından bakıldığında yüksek şiddetli aktiviteler arasındaki toparlanabilme düzeyinin hızlandırılabilmesi noktasında aerobik kapasitenin geliştirilmesi önemli bir etken olarak değerlendirilmelidir.

Anahtar Kelimeler: Futbol, Aerobik Kapasite, Anaerobik Güç, Tekrarlı Sprint Testi, Toparlanma

The Effect of Recovery Time on Physical and Physiological Performance Parameters from A Repeated Sprint Test in Young Football Players

Football training planning and orientation heavily depend on the assessment of aerobic and anaerobic capability. The purpose of the study a) To investigate the relationship between the Yo-Yo Intermittent Recovery Level 1 (YIRT1) Test total running distance utilized in the assessment of aerobic capacity and the physical performance metrics derived from the Repeated Sprint Test (TST) carried out by applying 15s, 30s, and 45s rest periods and b) a comparison of the variables in physical and physiological performance measures obtained from the 6x30 m sprint test carried out with 15s, 30s, and 45s of resting time. In the study, 15 amateur male football players who trained three days a week and had a mean age of 20.93-1.75 (height: 175.63-5.15 cm; body weight: 67.98-5.97 kg; BMI: 22.03-1.69) participated. In the study, the athletes' aerobic capacity was assessed using the YIRT1 test, and their levels of recovery were assessed using the 6x30m RSA with rest intervals of 15 seconds, 30 seconds, and 45 seconds. The related sample test, the Pearson correlation test, was used to assess the level of correlation between the RSA physical performance parameters and the YIRT1 TD and YIRT1 FV. Analysis of variance in repeated measurements was used to compare the physical and physiological performance parameters obtained from the RSA performed with listening times of 15 seconds, 30 seconds, and 45 seconds. The bonferroni post-hoc test was used to determine which group the difference originated from, and the significance level was set at $p<0.05$. As a result, there is a negative significant relationship between TST the sprint decrement % applied with a 15-second rest period and the YIRT1 TM. When rest intervals were evaluated, it was discovered that the physical and physiological performance metrics acquired after a 15-second rest period displayed lower performance responses than those obtained from the TST done with a 30-second and 45-second rest period. As a result, the decline in repeated sprint performance is linked to aerobic capacity, the level of aerobic capacity appears to affect the level of recovery. In practice, assessing aerobic capacity should be viewed as an important aspect in enhancing recovery speed between high-intensity activities during training and competition.

Key World: Football, Aerobic Capacity, Anaerobic Capacity, Repeated Sprint Test, Recovery

SB96

**Yön Değiştirme Hızı ile Alt Ekstremitte Patlayıcı ve Zirve Tork Kuvveti Arasındaki İlişki:
Yön Değiştirme Mesafesinin Etkisi**

Burak KARATAŞ¹, Zeynel Doruk UÇAR¹, Yunus Emre EKİNCİ¹, Tahir HAZIR¹

¹Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü, ANKARA

Amaç: Bu çalışmanın amacı, yön değiştirme hızı ile alt ekstremitte patlayıcı kuvvet ve zirve tork kuvveti arasındaki ilişkileri yön değiştirme mesafesine göre incelemektir. **Yöntem:** Çalışmaya aktif olarak tenis, futbol veya fitness ile ilgilenen, 16 erkek sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılara kapalı atletizm pistinde sırasıyla aktif sıçrama, squat sıçrama, izokinetik dinamometrede 60°/sn açısal hızda sağ bacakta 3 tekrar maksimal kuvvet testi yapılmıştır. Yön değiştirme hızı 5-0-5 ve 2,5-0-2,5 yön değiştirme hızı testi ile belirlenmiştir. Testlerden elde edilen değişkenler arasındaki ilişkiler Pearson Korelasyon Katsayısı ile belirlenmiştir. Korelasyon katsayıları; <0.10: önemsiz; 0.10-0.39: zayıf; 0,40-0,69: orta; 0,70-0,89: yüksek; 0,90-1.00: çok yüksek ilişki olarak kabul edilmiştir. İstatistiksel anlamlılık düzeyi 0.05 olarak belirlenmiştir. **Bulgular:** Aktif sıçrama ve skuat sıçrama performansları ile 5-0-5 (sırasıyla $r=-0,080$, $p=0,770$ ve $r=-0,051$, $p=0,850$) ve 2,5-0-2,5 (sırasıyla $r=-0,36$, $p=0,894$ ve $r=-0,26$ $p=0,932$) yön değiştirme hızı ile arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Benzer şekilde alt ekstremitte ekstansör ve fleksör zirve tork kuvvet ile 5-0-5 (sırasıyla $r = 0,46$, $p=0,070$ ve $r = 0,26$ $p= 0,340$) ve 2,5-0-2,5 (sırasıyla $r=0,45$, $p= 0,082$ ve $r= 0,23$, $p= 0,393$) yön değiştirme hızı arasında anlamlı ilişkiler saptanamamıştır. **Sonuç:** Bu çalışmanın bulguları, yön değiştirme mesafesinden bağımsız olarak yön değiştirme hızında alt ekstremitte kuvvet özelliklerinin belirleyici olmadığını göstermiştir.

Anahtar Kelimeler: Yön değiştirme hızı, Patlayıcı kuvvet, Zirve tork kuvveti, Yön değiştirme mesafesi

The Relationship between Change of Direction Speed and Lower Extremity Explosive and Peak Torque Strength: The Effect of Change of Direction Distance

Aim: The purpose of this study was to examine the relationships between change of direction speed and lower extremity explosive strength and peak torque strength according to change of direction distance. **Method:** Sixteen male athletes actively involved in tennis, football, or fitness voluntarily participated in the study. Countermovement Jump and Squat Jump tests were performed on an indoor track and 3-repetition maximum strength test on the right leg at an angular speed of 60°/sec using an isokinetic dynamometer. Change of direction speed was determined using the 5-0-5 and 2.5-0-2.5 change of direction speed tests. The relationships between variables obtained from the tests were determined using the Pearson correlation coefficient. Correlation coefficients were considered insignificant for <0.10, weak for 0.10-0.39, moderate for 0.40-0.69, high for 0.70-0.89, and very high for 0.90-1.00. The level of statistical significance was set at 0.05. **Results:** No significant relationship was found between Countermovement Jump and Squat Jump tests and 5-0-5 change of direction speed test ($r=-0.080$, $p=0.770$ and $r=-0.051$, $p=0.850$, respectively) and 2.5-0-2.5 change of direction speed test ($r=-0.36$, $p=0.894$ and $r=-0.26$, $p=0.932$, respectively). Similarly, no significant relationships were found between lower extremity extensor and flexor peak torque and 5-0-5 change of direction speed test ($r=0.46$, $p=0.070$ and $r=0.26$, $p=0.340$, respectively) and 2.5-0-2.5 change of direction speed test ($r=0.45$, $p=0.082$ and $r=0.23$, $p=0.393$, respectively). **Conclusion:** The findings of this study showed that lower extremity strength characteristics were not determinative in change of direction speed regardless of change of direction distance.

Keywords: Change of direction speed, Explosive strength, Peak torque strength, Change of direction distance

SB97

Ergenlik Öncesi Futbolcularda Sıçrama, Reaktif Kuvvet İndeksi ve Yön Değiştirme Performansının Çeviklik ile İlişkisi

Eren KARAHAN¹, Mehmet Gören KÖSE¹, Ayşe KİN İŞLER¹

¹Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü, Hareket ve Antrenman Bilimleri ABD, ANKARA

Giriş: Futbol, büyük bölümü aerobik olmakla beraber, değişik sürelerde çok sayıda sprint, negatif, pozitif ivmelenme, sıçramalar ve çeviklik gerektiren, yüksek şiddette kesintili egzersizlerden oluşan bir spordur. Yön değiştirme hızı; tüm bedenin hızlı ve doğru hareketi iken, çeviklik önceden tahmin edilemeyerek gelen uyarılara cevap verilen etkili yön değiştirme becerisi olarak tanımlanmaktadır ve futbol gibi önceden planlanamayan uyarıların çokça bulunduğu spor branşlarında oldukça önemli bir motor beceridir. Reaktif kuvvet indeksi (RKİ) sporcunun eksantrik kas kasılmasından sonra ani bir şekilde konsantrik kasılmaya kuvvet aktarımı yapabilme yeteneği olarak tanımlanmaktadır ve yön değiştirme hızı ile çeviklik gibi ani vücut hareket değişimlerinde etken bir beceridir. **Amaç:** Bu araştırmanın amacı ergenlik öncesi futbolcularda sıçrama, RKİ ve yön değiştirme performansının çeviklik üzerine etkisinin incelenmesidir. **Yöntem:** Bu araştırmaya 9-10 yaş aralığında profesyonel bir kulübün alt yapısında futbol oynayan 26 erkek sporcu katılmıştır (Yaş: $9,46 \pm 0,582$ yıl, Boy Uzunluğu: $140,25 \pm 5,07$ cm, Vücut Ağırlığı: $34,35 \pm 4,23$ kg, Vücut Yağ Yüzdesi: $15,18 \pm 4,10$ %). Sporculara standart ısınma protokolü uygulanmış ve 2 dakikalık pasif toparlanmanın ardından testler 2 dakika arayla 2 kez uygulanmış ve en iyi sonuçlar değerlendirmeye alınmıştır. Aktif sıçrama testinden sıçrama yüksekliği (ASY), 20cm derinlik sıçraması testinden yerde kalış süresi (YKS), sıçrama yüksekliği (DSY) ve DSY/YKS denkleminde RKİ değerleri hesaplanmıştır. Çeviklik ve yön değiştirme performansının değerlendirilmesi için Y-çeviklik testi kullanılmış ve yön değiştirme performansı için test uyarsız, çeviklik performansının değerlendirilmesi için ise test uyaranlı şekilde uygulanmıştır. Testlerden elde edilen verilere ait ortalama ve standart sapma değerleri hesaplandıktan sonra verilerin normal dağılım gösterdiği Shapiro-Wilk testi ile belirlenmiştir. Çeviklik ile diğer performans bileşenleri arasındaki ilişkiyi belirlemek için Pearson korelasyon analizi kullanılmış ve anlamlılık düzeyi $p < 0,05$ olarak alınmıştır. **Bulgular:** Korelasyon analizi sonuçları ASY ($p=0,088$), RKİ ($p=0,172$) ve alt bileşenleri (DSY; $p=0,201$, YKS; $p=0,728$) ile çeviklik performansı arasında anlamlı ilişki olmadığını göstermiştir ($p > 0,05$). Sporculara ait yön değiştirme ve çeviklik değerleri arasında ise istatistiksel olarak pozitif yönde orta düzeyde ($r=0,628$; $p < 0,001$) anlamlı ilişki gözlemlenmiştir. **Sonuç:** Sonuç olarak bu çalışmanın bulguları ergenlik öncesi futbolcularda yön değiştirme hızının çeviklik performansında önemli bir etken olduğunu göstermektedir. Bu bulgunun aksine çevikliğin ASY, RKİ ve alt bileşenlerinden (DSY, YKS) etkilenmediği belirlenmiştir. Bu bulgular, çevikliğin RKİ'nin etkin olduğu ani yön değiştirme hareketlerinden çok, sürat ve karar verme becerilerinin baskın olduğu bir motor beceri olabileceğini destekler niteliktedir. **Öneriler:** Bu çalışma ergenlik öncesi futbolcularda uygulanmıştır farklı takım sporları ve yaş gruplarında da uygulanabilir.

Anahtar Kelimeler: Futbol, çeviklik, yön değiştirme, reaktif kuvvet indeksi

The Relationship of Jumping, Reactive Strength Index and Change of Direction Performance with Agility in Pre-Adolescent Football Players

Introduction: Although football is an aerobic energy system dominant sport but includes high-intensity intermittent exercises that sprint, negative and positive acceleration, jumps and agility. Change of direction speed is fast and accurate movement of the whole body. On the other hand, agility is defined as the ability to change direction effectively in response to unpredictable stimuli. Reactive strength index (RSI) is defined as the ability of quickly change of movement from eccentric to concentric muscle contraction. It is an

important skill in fast body movement changes such as change of direction and agility. **Purpose:** The aim of this study is to examine the relationship of jumping, reactive force index, and change of direction performance with agility in pre-adolescent football players. **Method:** Twenty six male players between the ages of 9-10 participated playing in a professional football club in this study. (Age: 9.46 ± 0.582 years, Height: 140.25 ± 5.07 cm, Body Weight: 34.35 ± 4.23 kg, Body Fat %: 15.18 ± 4.14). A standard warm-up protocol was applied to the athletes and after 2 minutes of passive recovery, the tests were applied 2 times with an interval of 2 minutes, and the best values were evaluated. Jump height (JH) from the countermovement jump test, contact time on the ground (CT), jump height (DJH), and RSI values from the DJH/CT equation were calculated from the 20cm depth jump test. The Y-shaped agility test was used to evaluate agility and change of direction performance. The test was applied without stimulus for change of direction performance and with test stimulus for evaluating agility performance. After calculating the mean and standard deviation values, the normality distribution was checked by using the Shapiro-Wilk test and the data was normally distributed. Pearson correlation analysis was used to relationship between normally distributed variables and the level of significance was accepted as $p < 0.05$. **Result:** Correlation analysis results showed that JH ($p = 0.088$), RSI ($p = 0.172$) and its sub components (DJH; $p = 0.201$, CT; $p = 0.728$) were not associated with agility performance ($p > 0.05$). A statistically positive moderate ($r = 0.628$; $p < 0.001$) significant correlation was observed between the change of direction and agility values of the players. **Conclusion:** In conclusion, the findings of this study show that the speed of change of direction is an important factor in agility performance in pre-adolescent football players. On the contrary to this finding, it was determined that agility was not affected by JH, RSI and its subcomponents (CT, DJH). These findings support that agility may be a motor skill dominated by decision making. **Suggestions:** This study was applied to pre-adolescent football players and can be applied to different team sports and age groups.

Keywords: Football, agility, reactive strength index, jump high

SB98

Yüz Değişim İllüzyonunun Takım Birlikteliği ve Antrenör-Sporcu İlişkisi Üzerindeki Etkisi

Pakize KESKİN¹, Evrim GÜLBETEKİN², Cengiz KARAGÖZOĞLU³, Ekrem ALBAYRAK⁴

¹Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Egzersiz ve Spor Psikolojisi Tezli Yüksek Lisans Programı, İstanbul

²Akdeniz Üniversitesi, Psikoloji Bölümü, Antalya

³Marmara Üniversitesi, Sporda Psikososyal Alanlar Anabilim Dalı, İstanbul

⁴Marmara Üniversitesi, Hareket ve Antrenman Bilimleri Anabilim Dalı, İstanbul

Giriş ve Amaç: Yüz değişim İllüzyonu (Enfacement Illusion), aynı anda başka bir yüze dokunulduğunu gözlemlerken kişinin kendi yüzüne dokunulmasıyla ortaya çıkan ve kendi yüzünü tanımada bir değişikliğe neden olan görsel-dokunsal bir illüzyondur. Bu çalışmanın amacı Yüz Değişim İllüzyonunun takım birlikteliği ve antrenör-sporcu ilişkisi üzerinde bir etkisinin olup olmadığını ve takıma yönelik Chernoff yüzleri aracılığıyla yapılan değerlendirmeler ile takım birlikteliği ve antrenör-sporcu ilişkisi arasında bir ilişki olup olmadığını ortaya konmasıdır. **Yöntem:** Çalışmaya İstanbul'da bir kadın ve bir erkek futbol takımından 19 erkek ve 17 kadın olmak üzere toplam 36 kişi katılmıştır. Veri toplamak için antrenör-sporcu ilişkisi envanteri, takım birlikteliği envanteri ve araştırmacı tarafından hazırlanan Chernoff yüzleri kullanılmıştır. Yüz Değişim İllüzyonu deneyinde katılımcılara daha önce antrenör veya kaptanının yüzlerine pamuklu çubukla dokunulduğu esnada çekilen videolar gösterilmiş ve onlar bu videoları izlerken eş zamanlı ya da eş zamansız şekilde yüzlerine pamuklu çubukla dokunulmuştur. Sonrasında illüzyon etkisini ölçmek için katılımcıların yüz fotoğrafları ile antrenör ya da takım kaptanlarının yüz fotoğraflarının birleştirilmesi

ile hazırlanmış morf videoları ve Yüz Değişim Ölçeği kullanılmıştır. **Bulgular:** Bağımlı Gruplar T testi sonucuna göre takım birlikteliği alt boyutlarından son test grup çekiciliği sosyal ortalaması ön test grup çekiciliği sosyal ortalamasından ($t=2,199$, $p<0,05$) ve son test grup çekiciliği görev ortalaması ön test grup çekiciliği görev ortalamasından ($t=2,218$, $p<0,05$); antrenör-sporcu ilişkisi alt boyutlarından ön test bağlılık ortalaması son test bağlılık ortalamasından anlamlı bir şekilde daha düşük çıkmıştır ($t=2,340$, $p>0,05$). Korelasyon analizleri, takım geneline dair Chernoff yüzleri değerlendirmeleri ile ön test grup çekiciliği sosyal ortalamaları ($r=.476$, $p=.004$), son test grup çekiciliği sosyal ortalamaları ($r=.414$, $p=.013$), ve son test grup çekiciliği görev ortalamaları ($r=.365$, $p=.031$) arasında pozitif ve orta düzey anlamlı bir ilişki ortaya koymuştur. **Sonuç:** Yüz Değişim İllüzyonu deneyinden sonra takım birlikteliği ve antrenör sporcu ilişkisi ortalamalarında düşüş olduğu ve takım ile ilgili Chernoff yüzlerine yönelik yapılan değerlendirmeler ile takım birlikteliği ortalamaları arasında ilişki olduğu gözlenmiştir. **Öneriler:** Yüz Değişim İllüzyonu deneyinin farklı spor dallarında ve daha çok sporcu ile yapılması spor alanında geniş kapsamlı ve daha net veriler elde edilmesinde yardımcı olacaktır.

Anahtar kelimeler: Yüz Değişim İllüzyonu, takım birlikteliği, antrenör-sporcu ilişkisi, Chernoff yüzleri

The Effect of Enfacement Illusion on Team Cohesion and Coach-Athlete Relationship

Introduction and objective: Enfacement illusion is a visuo-tactile illusion elicited by being touched on one's own face while observing another face being touched at the same time, resulting in a change in self-face recognition. The purpose of this study is to reveal whether enfacement illusion has an effect on team cohesion and coach-athlete relationship and determine whether there is a relationship between the evaluations made through Chernoff faces towards the team and team cohesion and the coach-athlete relationship. **Method:** total of 36 people, 19 men and 17 women, from a women's and a men's football team in Istanbul participated in this study. Coach-Athlete Relationship Questionnaire, Grup Environment Questionnaire and Chernoff faces which prepared by the researcher were used to collect data. For the enfacement illusion experiment, participants were shown coach or captain's video while the coach or captain were touched with a cotton swab, and while they were watching these videos, their faces were touched with a cotton swab, synchronously or asynchronously. Afterwards, morph videos prepared by combining the face photos of participants with the face photos of the coach or team captains and the face change scale were used to measure the illusion effect. **Results:** according to Dependent Groups T test, mean of posttest individual attractions to group-social, which is one of the sub-dimensions of team cohesion, was higher than the pretest individual attractions to group-social ($t=2.199$, $p<0.05$) and the mean of posttest individual attractions to group-task was higher than the pretest individual attractions to group-task ($t=2.218$, $p<0.05$); the mean of pretest commitment, which is one of the sub-dimensions of the coach-athlete relationship was significantly lower than the mean of the posttest commitment ($t=2.340$, $p>0.05$). Correlation analyses, revealed a positive and moderately significant relationship between team wide Chernoff faces evaluations with pretest individual attractions to group-social ($r=.476$, $p=.004$), posttest individual attractions to group-social ($r=.414$, $p=.013$), and posttest individual attractions to group-task ($r=.365$, $p=.031$) means. **Conclusion:** after the enfacement illusion experiment, it was observed that there was a decrease in the mean of team cohesion and coach-athlete relationship, and there was a relationship between Chernoff faces evaluations about team and the mean of team cohesion. **Suggestions:** performing the enfacement illusion experiment with more athletes in different branches will help to obtain comprehensive and clearer data in the field of sports.

Keywords: Enfacement Illusion, team cohesion, coach-athlete relationship, Chernoff faces

SB99

Yaşam Kalitesi Bağlamında Osteogenesis Imperfekta Teşhisi Olan Bir Sporcunun Kazanımları

Gülsena KARAKUYULU¹, Levent İLHAN¹

¹Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Sporun olağan gelişim gösteren bireyler üzerinde olumlu etkileri olduğu gibi engelli bireylere de birçok kazanım sağladığı bilinmektedir. Araştırmanın önemli görülen özgün değeri spor ile değişme potansiyeli olan bir hayatın bireyin öz değerlendirmesi doğrultusunda değerlendirilmesidir. Bir durum çalışması olarak desenlenen araştırmada, erken yaşlarda hareket eğitimi alan, düzenli fiziksel aktiviteyi yaşamından hiç çıkarmayan ve son iki yıl lisanslı olarak spor yapan cam kemik tanımlı bireyin sporculuk sürecinde yaşamındaki olası etkilerin belirlenmesi araştırmanın çıkış noktası olmuştur. Bu araştırmanın amacı; cam kemik hastalığı (osteogenesis imperfecta) tanısı konulmuş sportif müsabakalara katılan bedensel engelli bir sporcunun sportif kariyerinin yaşam kalitesine olan etkilerini belirlemektir. Araştırma, nitel araştırma yaklaşımlarından durum çalışması deseni ile tasarlanmıştır. Katılımcı seçiminde amaçlı örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme kullanılmıştır. Araştırmada ele alınan bedensel engelli, cam kemik hastalığı olan bir sporcunun yaşamındaki bazı değişim verileri kendi değerlendirmeleri doğrultusunda görüşme tekniği kullanılarak elde edilmiştir. Veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından oluşturulan yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Veri analizinde betimsel ve içerik analizinden faydalanılmıştır. Analiz neticesinde bulgular altı tema altında şekillenmiştir. Bu temalar: sağlıklı yaşamın alt parametreleri olan sporun fiziksel fonksiyonları, sosyal fonksiyonları, duygusal fonksiyonları, okul fonksiyonu, psiko-sosyal sağlık ve aileye yönelik olumlu tepkilerdir. Temaların altında ise 32 kategori elde edilmiştir. Bu kategorilerde özel bir sporcunun farklı gelişim özellikleri açıklanmaktadır. Sonuç olarak elde edilen bulgular doğrultusunda sporculuğun, özel gereksinimli bir bireyde başta fiziksel özelliklerin gelişmesini sağlamanın yanında, bireyin psikolojik ve sosyal özelliklerine de farklı katkılar sunduğu, bu yönüyle yaşam kalitesine doğrudan olumlu bir etkide bulunduğu belirlenmiştir. Bununla birlikte özel sporcunun elde ettiği sportif başarıların ailesine de olumlu katkılar sağladığı tespit edilmiştir.

Anahtar kelimeler: Cam kemik hastalığı, yaşam kalitesi, bedensel yetersizlik, spor

Gains of an Athlete with Osteogenesis Imperfecta Diagnosis in Context of Quality of Life

It is known that sports have positive effects on individuals with normal development, as well as many gains for disabled people. The original value of the research, which is considered important, is the evaluation of a life that has the potential to change with sports, in line with the self-evaluation of the individual. In the study, which was designed as a case study, the starting point of the research was to determine the possible effects on the life of an individual with a diagnosis of osteogenesis imperfecta, who received movement training at an early age, who never quit regular physical activity, and who has been doing sports under license for the last two years. The aim of the study was to determine the effects of sportive career of a osteogenesis imperfecta disease during , who participated in sportive competitions at the elite level, on his quality of life. In the study, the case study design was used which is one of the qualitative research approaches. Criterion sampling from the purposeful sampling methods was used in the selection of the participant. All of the change data in the life of an athlete with osteogenesis imperfecta disease were obtained by using the interview technique in line with self evaluations. Data were collected by semi-structured interview form. In the data analysis, descriptive and content analysis were used. As a result of the analysis, 5 themes were obtained. These are physical, social and emotional functions of sport, which are the sub-parameters of healthy life, psychosocial health and positive responses to family. As a result, in addition to ensuring the development of physical characteristics in athletes with special needs, it has been determined that sportsmanship has a different effect on his psychological and social characteristics and has, in this direction, a direct positive effect on the quality of life. However, it has been determined that the sportive achievements of the special athlete also contribute positively to the family.

Keywords: Osteogenesis imperfecta, quality of life, physical disability, sports, self expression.

SB100

Yaşamı Anlamlandırmanın Bir Yolu: Üç Hikâye Üzerinden “Para Karate”

Ülfet YAVUZ¹, Sevilcan YAVUZ², Yasin ÇETİNTAŞ², Serdar USLU¹

¹Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

²Milli Eğitim Bakanlığı, Ankara

Para karate sporcularının bu branşa başlama ve devam etme motivasyonlarının neler olduğunu ve bu süreçte karşılaştıkları zorlukları belirlemek amacıyla yapılan bu çalışma nitel metodoloji ile tasarlanmıştır. Katılımcıların deneyimlerini onların öyküleri aracılığı ile anlayıp tekrar aktarmayı hedeflediğimiz bu çalışmada biyografik ve psikolojik yaklaşımlar doğrultusunda anlatı analizi kullanılmıştır. Amaçlı örnekleme yöntemlerinden kolay ulaşılabılır örnekleme ve ölçüt örneklemin beraber kullanıldığı bu çalışmada katılımcıların belirlenmesi sürecinde önceden oluşturulmuş ölçütlere göre bir tarama gerçekleştirilmiştir. Bu ölçütler doğrultusunda çalışma grubunu para karatede bedensel engel kategorisinde uluslararası yarışmalara katılan ve Türkiye Karate Federasyonuna bağlı olan 3 kadın sporcu oluşturmaktadır. Veriler yarı yapılandırılmış görüşme formu hazırlanarak yüz yüze yapılan bireysel görüşmeler yoluyla toplanmıştır. Görüşme ses kaydından elde edilen veriler ve görüşme notları araştırmacılar tarafından tekrar tekrar okunarak analiz edilmiş, temalar belirlenerek araştırma soruları çerçevesinde bulgulara dönüştürülmüştür. Çalışmanın sonuçlarına göre, orta yaşların başında para karateye başlayan bedensel engelli kadın sporculardan oluşan katılımcıların para karate yoluyla hayatlarında yeni bir rol edindikleri ve böylece hem mental hem sosyal hem de fiziksel olarak daha sağlıklı hissettikleri sonucuna ulaşılmıştır. Katılımcılar para karateye son nefeslerine kadar devam etmek istediklerini ve araladıkları bu kapının daima açık kalabilmesi için yaşı ya da cinsiyeti ne olursa olsun daha çok engelli bireyin spora teşvik edilmesi gerektiğini dile getirmişlerdir. Çalışma sonuçlarına göre, engelli bireylerin spor ortamlarına daha cesur bir şekilde katılabilmeleri için fırsatların arttırılmasının gerektiği yorumu yapılabilir.

Anahtar kelimeler: Para karate, bedensel engel, kadın, anlatı analizi, nitel araştırma

A Way to Make Sense of Life: “Para Karate” in Three Stories

This study, which was conducted to determine the motivations of para karate athletes to start and continue this branch, and the difficulties they face in this process, was designed with a qualitative methodology. In this study, in which we aimed to understand and retransmit the experiences of the participants through their stories, narrative analysis was used in line with biographical and psychological approaches. Among the purposive sampling methods, criterion sampling and convenience sampling were used. In the process of determining the participants, a screening was carried out according to the pre-established criteria. In line with these criteria, the study group consists of 3 female athletes participating in international competitions in the category of physical disability in para karate and affiliated with the Turkish Karate Federation. Research data were obtained through a face-to-face and semi-structured indepth interviews. Interview voice recordings and notes were re-read by the researchers, themes were determined and interpreted within the scope of reserach questions. According to the results of the study, it was concluded that the participants, consisting of physically disabled female athletes who started para karate at the beginning of their middle age, gained a new role in their lives through para karate and thus felt healthier both mentally, socially and physically. Participants stated that they want to continue para karate until their last breath and that more disabled people should be encouraged to participate in sports, regardless of their age or gender, so that the door they opened remains open. According to the results of the study, it can be commented that opportunities should be increased so that disabled individuals can participate in sports environments more courageously.

Keywords: Para karate, physical disability, woman, narrative analysis, qualitative research

SB101

Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinde Başa Çıkma Stratejisini Yaşam Doyumu Üzerine Etkisi: Algılanan Sosyal Desteğin Aracı Rolü

Emrah SEÇER¹, Oğuz Kaan ESENTÜRK¹, Nadide YILDIZ¹, Ekrem Levent İLHAN²

¹Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Erzincan

²Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi, Ankara

Giriş ve Amaç: Bu çalışma, başa çıkma stratejisinin yaşam doyumunu üzerindeki etkisini ve bu etkinin altında yatan mekanizmayı belirlemek amacıyla yapılmıştır. **Yöntem:** İlişkisel tarama modelinde tasarlanan bu araştırmaya, 331 spor bilimleri fakültesi öğrencisi (216 erkek ve 115 kadın) katılmıştır. Araştırmanın verileri, Etkili Başa Çıkma Stratejileri Ölçeği (EBÇSÖ), Yaşam Doyumu Ölçeği (YDÖ) ve Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ÇBASDÖ) kullanılarak toplanmıştır. Verilerin çözümlenmesinde, ilk olarak ölçüm modelinin test edilmesi amacıyla AMOS 26 programı ile doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Araştırmanın hipotezlerinin incelenmesinde ise korelasyon testi ve Bootstrap yöntemini esas alan regresyon analizi uygulanmıştır. Hipotezler SPSS 25 ve Hayes (2022) tarafından geliştirilen Process Macro ile test edilmiştir. **Bulgular:** Araştırmada başa çıkma stratejisi ile yaşam doyumunu ($r=0.44$; $p<0.001$) ve çok boyutlu algılanan sosyal destek ($r=0.84$; $p<0.001$) arasında pozitif yönlü ilişki olduğu belirlenmiştir (Hipotez I). Bootstrap yöntemini esas alan regresyon analizi sonuçlarına göre, başa çıkma stratejisinin algılanan sosyal destek üzerinde anlamlı bir etki yarattığı tespit edilmiştir [(b:2.034; $p<0.001$, %95 GA = (1.893-2.175)]. Araştırmada öne sürülen modele aracı değişken eklendiğinde, başa çıkma stratejilerinin yaşam doyumunun anlamlı yordayıcısı olduğu tespit edilmiştir [(b:0.136; $p<0.05$, %95 GA = (0.01-0.263)]. Ayrıca başa çıkma stratejisi sabit tutulduğunda, çok boyutlu algılanan sosyal desteğin yaşam doyumunu üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu görülmüştür [(b:0.087; $p<0.001$, %95 GA = (0.035-0.140)]. Son olarak etkili başa çıkma stratejisinin algılanan sosyal destek vasıtasıyla yaşam doyumunu üzerindeki dolaylı etkisinin (Hipotez II) anlamlı olduğu tespit edilmiştir [(b =0.178, $p < 0.001$, %95 GA = (0.081-0.417)]. Diğer bir ifadeyle, öğrencilerin, öğrencilerin etkili başa çıkma stratejisi ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkinin algıladıkları sosyal destekteki artıştan kaynaklandığı belirlenmiştir. **Sonuç:** Araştırma sonucunda öğrencilerin etkili başa çıkma stratejilerinin oluşturduğu yüksek yaşam doyum düzeyinin, algılanan sosyal destekle açıklanabildiği belirlenmiştir. Dolayısıyla yüksek yaşam doyum düzeyinin öğrencilerin algıladıkları sosyal destekle yakından ilişkili olduğu görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Aracılık, Başa Çıkma Stratejisi, Sosyal Destek, Yaşam Doyumu

The Effect of Coping Strategy on Life Satisfaction in Faculty of Sports Sciences: The Mediating Role of Perceived Social Support

Introduction and Aim: This study was conducted to determine the effect of coping strategy on life satisfaction and the underlying mechanism of this effect. **Method:** 331 students from the faculty of sports sciences (216 males and 115 females) participated in this study, which was designed in a relational survey model. The data of the study were collected using the Effective Coping Strategies Scale (EBÇS), the Life Satisfaction Scale (LDS), and the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS). In the analysis of the data, firstly, confirmatory factor analysis was performed with the AMOS 26 program to test the measurement model. In examining the hypotheses of the research, correlation test and regression analysis based on Bootstrap method were applied. The hypotheses were tested with SPSS 25 and Process Macro developed by Hayes (2022). **Results:** In the study, it was determined that there was a positive relationship between coping strategy and life satisfaction ($r=0.44$; $p<0.001$) and multidimensional perceived social support ($r=0.84$; $p<0.001$) (Hypothesis I). According to the results of the regression analysis based on the bootstrap method, it was determined that the coping strategy had a significant effect on perceived social support [(b:2.034; $p<0.001$, 95% CI = (1.893-2.175)]. When a mediator variable was added to the model proposed in the study, coping strategies were found to be a significant predictor of life satisfaction [(b:0.136; $p<0.05$, 95% CI = (0.01-0.263)]. In addition, when coping strategy was kept constant, multidimensional perceived social support had a significant effect on life satisfaction [(b:0.087; $p<0.001$, 95% CI = (0.035-0.140)]. Finally, the indirect effect of effective coping strategy on life satisfaction through perceived social support (Hypothesis II) was found to be significant [(b =0.178, $p < 0.001$, 95% CI = (0.081-0.417)]. In other words, it was determined that the relationship between students' effective coping strategy and life satisfaction stemmed from the increase in perceived social support. **Conclusion:** As a result of the research, it was determined that the high level of life satisfaction created by the effective coping strategies of the students could be explained by the perceived social support. Therefore, it was observed that high life satisfaction level was closely related to the perceived social support of the students.

Keywords: Mediation, Coping Strategy, Social Support, Life Satisfaction

SB102

Öz Yeterliğin Duygu Düzenleme ve Bilişsel Esneklik Üzerindeki Belirleyici Rolü

Yunus Emre YARAYAN¹, Ebru GÜL¹, Doğukan Batur Alp GÜLŞEN¹, Serdar ADIGÜZEL¹

¹*Siirt Üniversitesi, BESYO, Siirt*

Bu araştırmanın amacı farklı takım sporu branşlardan profesyonel olarak spor yaşamına devam eden sporcularda öz yeterliğin duygu düzenleme ve bilişsel esneklik üzerindeki belirleyici rolünü incelemektir. Bu doğrultuda araştırmaya 104 kadın %37,0 (Xyaş=20,96±1,80) ve 177 erkek %63 (Xyaş=22,93±2,18) olmak üzere toplam 281 sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Bu araştırma nicel araştırma modellerinden ilişkisel tarama modeliyle tasarlanmıştır. Araştırma kapsamında veri toplama aracı olarak Bilişsel Esneklik Ölçeği, Duygu Düzenleme Ölçeği ve Öz Yeterlik Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmada ilk olarak analizlerin uygunluğu ve varsayımların kontrolü için boş verilerin değerlendirilmesi yapılmıştır. Bu aşamadan sonra Mahalanobis uzaklığı göz önünde bulundurularak uç değer analizlerin değerlendirilmesi yapılmıştır. Ölçeklerin yapısı doğrulandıktan sonra ilk olarak normallik testi için çarpıklık basıklık değerlerine bakıldığında değerlerin -1,5 +1,5 arasında olması, Q-Q grafiğinin dağılımdan sapmalar göstermemesi neticesinde verilerin normal dağılıma uygun olduğu belirlenmiştir. Bu kapsamda öz yeterlik, duygu düzenleme ve bilişsel esneklik arasındaki ilişkiyi belirlemek için Pearson Korelasyon Analizi, öz yeterliğin belirleyici rolünü tespit etmek içinse Yol analizi kullanılmıştır. Araştırmadan elde edilen bulgular incelendiğinde öz yeterliğin duygu düzenlemeye ilişkin bilişsel yeniden değerlendirme ve bilişsel esneklik değişkeninin bir belirleyicisi olduğu ifade edilebilir. Bu sonuçta öz yeterlik düzeyinin artmasıyla birlikte bilişsel yeniden değerlendirme ve bilişsel esneklik düzeylerinin de artacağı ifade edilebilir.

Anahtar kelimeler: Bilişsel Esneklik, Duygu Düzenleme, Spor, Öz Yeterlik

The Decisive Role of Self-Efficacy Emotion Regulation and Cognitive Flexibility

The aim of this research is to examine the determinant role of self-efficacy on emotion regulation and cognitive flexibility in athletes from different team sports branches who continue their professional sports life. In this direction, a total of 281 athletes, 104 women 37.0% (Xyaş=20,96±1,80) and 177 men 63% (Xyaş=22,93±2,18) participated in the study voluntarily. This research was designed with the relational survey model, one of the quantitative research models. Cognitive flexibility scale, Emotion regulation scale and Self-efficacy scale were used as data collection tools within the scope of the research. In the research, firstly, empty data were evaluated for the appropriateness of the analyzes and the control of the assumptions. After this stage, the extreme value analyzes were evaluated by considering the Mahalanobis distance. After the structure of the scales was verified, firstly, when the skewness and kurtosis values were examined for the normality test, it was determined that the values were between -1.5 + 1.5 and the Q-Q graph did not show any deviations from the distribution, and the data were suitable for the normal distribution. In this context, Pearson correlation analysis was used to determine the relationship between self-efficacy, emotion regulation and cognitive flexibility, and path analysis was used to determine the determinant role of self-efficacy. When the findings obtained from the research are examined, it can be stated that self-efficacy is a determinant of cognitive reassessment and cognitive flexibility related to emotion regulation. As a result, it can be stated that cognitive re-evaluation and cognitive flexibility levels will increase with the increase in self-efficacy level.

Keywords: Cognitive Flexibility, Emotion Regulation, Sport, Self-Efficacy

SB103

Ortaokul Öğrencilerinin Sağlıkla İlgili Fiziksel Uygunluk Bilgi Düzeylerinin İncelenmesi

Cüneyt ERKAYA¹, Yusuf İzzet EROL¹, Özkan IŞIK¹

¹*Spor Bilimleri Fakültesi, Balıkesir Üniversitesi, Balıkesir, Türkiye*

Giriş ve Amaç: Öğrencilere sağlıkla ilgili fiziksel uygunluk bilgisinin kazandırılması güncel beden eğitimi ve spor dersi öğretim programının en önemli amaçlarından birini oluşturmaktadır. Bu çalışmada, ortaokul öğrencilerinin sağlıkla ilgili fiziksel uygunluk bilgi düzeylerinin cinsiyet, yaş ve sınıf kademesi gibi değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır. **Yöntem:** Tarama modelinde yürütülen araştırmaya, kolayda örnekleme yöntemiyle ulaşılan 203 ortaokul öğrencisi katılmıştır. Verilerin toplanmasında ‘Ortaokul Öğrencileri için Sağlıkla İlgili Fiziksel Uygunluk Bilgi Testi’ kullanılmıştır. Verilerin analizinde betimsel istatistiklerden, bağımsız örneklemler t testinden ve tek yönlü varyans analizinden yararlanılmıştır. **Bulgular:** Araştırmadan elde edilen bulgular doğrultusunda ortaokul öğrencilerinin genel olarak sağlıkla ilgili fiziksel uygunluk bilgi düzeyi puan ortalamalarının $\bar{X}=25,08$ olduğu belirlenmiştir. Ayrıca, kız öğrencilerin bilgi testi ortalama puanlarının erkek öğrencilerden istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu tespit edilmiştir ($p<0,001$). **Sonuç:** Araştırma sonucunda, ortaokul öğrencilerinin genel olarak sağlıkla ilgili fiziksel uygunluk bilgi düzeylerinin ortalamasının üzerinde ve kız öğrencilerin bilgi düzeylerinin erkeklerden daha yüksek olduğu, diğer yandan ise, yaş ve sınıf kademesi açısından öğrencilerin bilgi düzeyinin farklılık göstermediği söylenebilir. **Öneriler:** Bu çalışmada ortaokul öğrencilerinin bilgi düzeylerinin ortalamasının üzerinde bulunması, beden eğitimi ve spor dersi öğretim programının amaçları doğrultusunda istenilen bir sonuçtur. Bununla birlikte, yaş ve sınıf düzeyi açısından farklılık bulunmaması ise çelişkili bir sonuçtur. Dolayısıyla, gelecek araştırmaların farklı illerden öğrencilerin de katılımıyla daha geniş örneklemler üzerinde yürütülmesi bu konuda daha kapsamlı bilgi edinilmesine katkı sağlayabilir.

Anahtar Kelimeler: Beden eğitimi, ortaokul öğrencileri, sağlıkla ilgili fiziksel uygunluk bilgisi

Investigation of Secondary School Students’ Health-Related Fitness Knowledge Level

Introduction and Purpose: One of the most important objectives of the current physical education and sports curriculum is to provide students with health-related fitness knowledge. In this study, it was aimed to determine the health-related fitness knowledge levels of secondary school students in terms of variables such as gender, age, and grade level. **Method:** 203 secondary school students, reached by convenience sampling method, participated in the research conducted in the survey model. The ‘Health-Related Fitness Knowledge Test for Secondary School Students’ was used to collect the data. In the analysis of the data, descriptive statistics, independent samples t-test, and one-way analysis of variance were used. **Results:** In line with the findings obtained from the research, it was determined that the mean score of health-related fitness knowledge level of secondary school students, in general, was $\bar{X} =25.08$. In addition, it was determined that the knowledge test average scores of female students were statistically significantly higher than male students ($p<0.001$). **Conclusion:** As a result of the research, it can be said that the health-related fitness knowledge level of secondary school students, in general, is above the average and the knowledge level of female students is higher than that of boys, on the other hand, the level of knowledge of the students does not differ in terms of age and grade level. **Suggestions:** In this study, the knowledge level of secondary school students above the average is a desired result in line with the aims of the physical education and sports course curriculum. However, it is a contradictory result that there is no difference in terms of age and grade level. Therefore, conducting future studies on larger samples with the participation of students from different provinces may contribute to obtaining more comprehensive information on this subject.

Keywords: Health-related fitness knowledge, physical education, secondary school students

SB104

Beden Değerinin Uyku Kalitesiyle İlişkinin İncelenmesi

Semih KARAMAN¹, Abdullah KAYHAN², Ümmügül CAN³, İnci KARA⁴

¹Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Bolu

²Akdeniz Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Antalya

³Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Konya

⁴Selçuk Üniversitesi Tıp Fakültesi, Konya

Uyku noksanlığı, bireylerde birçok psikolojik etkiye neden olmaktadır. Kişinin; duygularını, davranışlarını ve hayatını etkileyen bu durum kendine olan öz saygısının ve öz güveninin de kötü etkilenmesine sebep olmaktadır. Uykunun beden algısına etkisini araştırmak üzere, farklı bir bakış açısıyla, subjektif ve nesnel olarak uyku değerlendirilmesi ve beden algısı ölçeği kullanılarak yapılan, yaşları 18-27 arasında olan, 395 kadın katılımcı dahil edildi. Kayıp veri taraması sonrası çalışma içerisinde 34 katılımcı çıkarılarak, 361 kişi üzerine analizler yapıldı (Yaş 20,76+1,62; Boy 163,65+5,81; Kilo 57,78+ 10,42). Katılımcıların, subjektif uyku değerlendirmelerine göre uyku hijyeni değerlerinde herhangi bir istatistiksel anlamlılık bulunmazken ($p>0,05$), subjektif uyku değerlendirmelerinde çok kötü uyku(14,48+1,65)ile çok iyi uyku(15,14+2,48)arasında bir anlamlılık söz konusudur. Ek olarak, kadınların beden algısı ile subjektif uyku değerlendirmeleri arasında istatistiksel bir anlamlılık bulunmuştur ($p<0,05$). Bu sonuçlar doğrultusunda uyku, kadınlarda beden algısını etkileyen bir değişken olarak görülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Uyku, Kadın, Beden Değeri, Uykusuzluk

Examination of the Relationship Between Body Image and Sleep Quality

Lack of sleep causes many psychological effects in individuals. This situation, which affects the emotions, behaviors and life of the person, causes his/her self-esteem and self-confidence to be adversely affected. In order to investigate the effect of sleep on body image, 395 female participants aged between 18-27 years, who were evaluated subjectively and objectively using the sleep assessment and body image scale, were included. . After missing data scanning, 34 participants were excluded from the study and analyzes were performed on 361 people (age 20.76+1.62; height 163.65+5.81; weight 57.78+ 10.42). While there was no statistical significance in the sleep hygiene values according to the subjective sleep evaluations of the participants ($p>0.05$), there was a significant difference between very poor sleep and very good sleep in the subjective sleep evaluations. In addition, a statistical significance was found between women's body image and subjective sleep evaluations ($p<0.05$). In line with these results, sleep is seen as a variable that affects body image in women.

Keywords: Sleep, Woman, Body Image, Insomnia

SB105

Pilates Egzersizi Yapanların Beslenme Bilgi Düzeyleri ile Vücut Kompozisyonları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Sezen Çimen POLAT¹, Asena DEMİR², Musab ÇAĞIN³, İmdat YARIM⁴

Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara/Türkiye

Giriş ve Amaç: Bireylerin sağlıklı ve dengeli bir beslenme profiline sahip olmaları beslenme bilgi düzeylerine bağlı bir durumdur. Besinlerin fonksiyonlarını ve içeriklerini bilmek ve bu yönde beslenmek kişiye daha sağlıklı yaşam fırsatı sunacaktır. Özellikle egzersiz yapan bireylerin istenen fiziksel uygunluk

düzeğine gelebilmeleri için sağlıklı beslenmeleri, sağlıklı beslenebilmeleri içinse iyi bir beslenme bilgi düzeyine sahip olmaları gerekmektedir. Bu bağlamda çalışmanın amacı pilates egzersizi yapanların beslenme bilgi düzeyleri ile vücut kompozisyonları arasındaki ilişkinin incelenmesidir. **Yöntem:** Araştırmaya Ankara ilinde bulunan Tower Pilates salonunda faaliyet gösteren 100 kadın birey katılım göstermiştir. Bireylerin yaş ortalamaları 31.99 ± 8.28 , egzersiz özgeçmiş ortalamaları ise 1.28 ± 0.55 yıl olarak tespit edilmiştir. Araştırmaya katılım gösteren bireylerin beslenme bilgi düzeyleri 32 sorudan oluşan Yetişkinler İçin Beslenme Bilgi Düzeyi Ölçeği (YETBİD) ile, vücut kompozisyonları bilgi formu ise Tanita MC-780 cihazı ile yapılan ölçümlerle elde edilmiştir. Bireylerden elde edilen verilere SPSS 26.0 paket programında bulunan Tek Faktörlü ANOVA Testi, Pearson Korelasyon Testi ve tanımlayıcı istatistikler uygulanmıştır. **Bulgular:** Elde edilen bulgulara göre bireylerin temel beslenme bilgisi ile kas yüzdeleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir ($p < 0,05$). Fakat bireylerin temel beslenme bilgisi ile yağ yüzdesi ve vücut kütle indeksleri (VKİ) arasında herhangi bir anlamlı ilişkiye rastlanmamıştır ($p > 0,05$). **Sonuç:** Sonuç olarak yapılan araştırmada bireylerin beslenme bilgi düzeyleri arttıkça vücut kas yüzdelerinin arttığı tespit edilmiştir. Bu bağlamda egzersiz yapan bireylerin beslenme bilgi düzeylerinin artırılması, fiziksel uygunluk parametrelerini geliştirme süreçlerine olumlu yönde katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu nedenle egzersiz yapan bireylerin diyetisyen desteği almaları fiziksel uygunluk parametrelerini daha hızlı ve etkili bir şekilde geliştirmeleri bakımından bir gereklilik olduğu düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: pilates, beslenme, vücut kompozisyonu, VKI, egzersiz

Investigation of the Relationship between Nutritional Knowledge Levels and Body Compositions of Pilates Exercisers

Introduction and Purpose: The fact that individuals have a healthy and balanced nutritional profile depends on their nutritional knowledge level. Knowing the functions and contents of foods and eating in this direction will provide the person with the opportunity to live a healthier life. In particular, individuals who exercise need to eat healthy in order to reach the desired level of physical fitness, and they need to have a good level of nutrition knowledge in order to eat healthy. In this context, the aim of the study is to investigate the relationship between nutritional knowledge levels and body compositions of pilates exercisers. **Methods:** 100 female individuals working in Tower Pilates hall in Ankara province participated in the research. The mean age of the individuals was 31.99 ± 8.28 years, and the mean exercise background was 1.28 ± 0.55 years. The nutritional knowledge levels of the individuals participating in the research were determined by the Nutrition Knowledge Level Scale for Adults (YETBİD) consisting of 32 questions, and the body composition information form was obtained by measurements made with the Tanita MC-780 device. One-Way ANOVA Test, Pearson Correlation Test and descriptive statistics in SPSS 26.0 package program were applied to the data obtained from individuals. **Findings:** According to the findings, a positive and significant relationship was found between the basic nutritional knowledge of individuals and their muscle percentages ($p < 0.05$). However, no significant relationship was found between the basic nutritional information of individuals and their fat percentage and body mass index (BMI) ($p > 0.05$). **Results:** As a result, it was determined in the study that the percentage of body muscle increased as the nutritional knowledge level of the individuals increased. In this context, it is thought that increasing the nutritional knowledge levels of individuals who exercise will contribute positively to the development of physical fitness parameters. For this reason, it is thought that it is a necessity for individuals who exercise to get dietitian support in order to improve their physical fitness parameters more quickly and effectively.

Keywords: pilates, nutrition, body composition, BMI, exercise

SB106

Ramazan Ayında Güreşçilerin Uyku Davranışlarını İncelenmesi

Hülya AYGÜL¹, Hüseyin EROĞLU², Hakan YARAR¹.

¹Yozgat Bozok Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Yozgat

²Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü.

Giriş ve Amaç: Ramazan orucu, dünyada milyonlarca müslüman insanın inançları gereği yerine getirmeye çalıştıkları önemli bir görevdir. Oruç tutma, kültürel, dini veya sağlık nedenleriyle yaygın olarak uygulanmaktadır. Müslümanlar her yıl yaklaşık 30 gün süren kutsal saydıkları aylardan olan Ramazan ayı boyunca oruç tutarlar. Bu durumda beslenme, uyku düzeni ve bazı yaşam alışkanlıklarında belirgin değişiklikler olmaktadır. Ramazanda tutulan bu oruç yaklaşık olarak 14 saat aç ve susuz kalmayı içerir. Oruca başlarken gecenin belli saatinde uyanıp yemek yiyerek oruca başlanır (sahur), 14 saat aradan sonra akşam vaktinde tekrar yemek yiyerek (iftar) oruç tamamlanır. Buda normal zamandaki uyku düzeni bozabilir. Yapılan bu çalışmanın amacı güreşçilerin Ramazan ayındaki uyku davranışlarını incelemektir. **Yöntem:** Çalışmaya Türkiye çapında çeşitli kulüplerde güreş yapan 110 güreşçi katılmıştır. Güreşçilerin uyku davranışlarını belirlemek amacıyla Darendeli ve ark., (2019) tarafından Türkçeye uyarlanıp geçerlilik ve güvenilirliği yapılmış Sporcu Uyku Davranış Anketi (SUDA) kullanılmıştır. Anket uygulaması Google form düzenlenerek tüm güreşçilere gönderilmiş toplam 110 güreşçi ankete dönüş sağlamıştır. Elde edilen veriler SPSS 26 for Windows programında yüzde, frekans, ortalama olarak değerlendirilmiştir. **Bulgular:** Çalışmaya katılan güreşçilerin % 94,5'inin erkek güreşçilerden, %76,4'ünün serbest stil güreşçiler olduğu, % 88,2'sinin Ramazan ayında oruç tuttuğu, % 80,9'nun iftardan önce antrenman yaptığı belirlenmiştir. Sporcu Uyku Davranışları anketi toplam puanı 37,2 olarak tespit edilmiştir. **Sonuç:** Sonuç olarak Sporcu Uyku Davranış Anketi puanının ortalamasının altında olduğu tespit edilmiş buda çalışmaya katılan güreşçilerin Ramazanda uyku davranışlarının olumsuz manada etkilenmediği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Ramazan Orucu, Güreşçi, Uyku Davranışı, Günlük Ritim.

Investigation of Sleeping Behaviors of Wrestlers During Ramadan

Introduction and Objective: Ramadan fasting is an important duty that millions of Muslims around the world try to fulfill in accordance with their faith. Fasting is widely practiced for cultural, religious, or health reasons. Muslims fast during the holy month of Ramadan, which lasts about 30 days each year. In this case, there are significant changes in nutrition, sleep patterns, and some living habits. This fasting in Ramadan involves staying hungry and thirsty for approximately 14 hours. When starting the fast, the fast is started by waking up at a certain time of the night and eating (sahur), and after 14 hours, the fast is completed by eating again in the evening (iftar). This can disrupt normal sleep patterns. The aim of this study is to examine the sleep behaviors of wrestlers in Ramadan. **Methods:** 110 wrestlers wrestling in various clubs across Turkey participated in the study. The Athlete Sleep Behavior Questionnaire (ASBQ) adapted to Turkish and validated and reliable by Darendeli et al., (2019) was used to determine the sleep behaviors of wrestlers. The questionnaire application was sent to all wrestlers by editing a Google form, and a total of 110 wrestlers returned to the questionnaire. The obtained data were evaluated as percentage, frequency, and average in SPSS 26 for the Windows program. **Results:** It was determined that 94.5% of the wrestlers participating in the study were male wrestlers, 76.4% were freestyle wrestlers, 88.2% fasted during Ramadan, and 80.9% trained before iftar. The total score of the Athlete Sleep Behaviors questionnaire was determined as 37.2. **Conclusion:** As a result, it has been determined that the Athlete Sleep Behavior Questionnaire score is below the average, and it can be said that the sleep behaviors of the wrestlers participating in the study were not adversely affected during Ramadan.

Key Words: Ramadan Fasting, Wrestler, Sleeping Behavior, Daily Rhythm.

SB107

Spor Merkezlerine Rekreatif Amaçlı Katılan Bireylerde Uyku Hijyeni

Semih KARAMAN¹, Abdullah KAYHAN², Yavuz SELVI³

¹*Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Bolu*

²*Akdeniz Üniversitesi, Rekreasyon Anabilim Dalı, Antalya*

³*Selçuk Üniversitesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, Konya*

Fiziksel sağlık ve performans, birçok değişkenin optimal olduğu durumlarda korunabilir ve geliştirilir. Bunun için düzenli ve devamlı bir egzersiz rutini en çok tercih edilen yöntemlerden birisidir ve insanlar spor salonlarına giderek sağlık ve fiziksel uygunluk başta olmak seviyelerini arttırmayı planlar. Bu çalışmada amaç fiziksel sağlık ve performans gelişimi için spor salonuna gelen bireylerin uyku hijyeni farkındalıklarını saptamaktır. Spor merkezlerine düzenli olarak giden, yaş ortalaması 27,28±7,73 olan 475 (298 E / 177 K) sağlıklı bireye, araştırmacılar tarafından oluşturulmuş sosyodemografik veri formu ve "Uyku Hijyeni İndeksi Türkçe Versiyonu" kullanılmıştır. Elde edilen verilerin analizi sonucu, uyku hijyeninde cinsiyet değişkeninin etkili olmadığı ($p < 0,05$) lakin her iki cinsiyette de yaş artışı ile uyku hijyeninin negatif korelasyon gösterdiği bulunmuştur ($r = -.268$). Katılımcıların eğitim düzeyleri ve haftalık antrenman sayısı ile uyku hijyeni toplam puanı ile bir istatistiksel anlamlılık bulunmazken ($p > 0,05$), spor geçmişi, günlük uyku süresi, günün hangi dilimi spor salonunda egzersiz yapmayı tercih etme durumu ve öznel uyku değerlendirmesine göre istatistiksel olarak yüksek düzeyde anlamlılık bulunmuştur ($p < 0,05$). Haftalık antrenman sayısının artmasıyla uyku hijyeninde bir azalma görülsede, bu durum istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p < 0,05$). Katılımcıların öznel olarak değerlendirdiği uyku kalite puanları arttıkça, uyku hijyeni toplam puanlarının anlamlı olarak düştüğü görülmektedir. Ek olarak, antrenman için seçilen gün diliminde, gece antrenman yapan bireylerin uyku hijyeni toplam puanı en yüksek grup olarak bulunmuştur. Elde edilen bulgulara göre, kişilerin spor geçmişinin ve yaşının artması uyku hijyenine olan önemin azaldığını göstermektedir. Oysa, uyku spor hayatının tamamında bir disiplinle devam edilmesi gereken süreç olup, bunun sağlanması için uyku hijyenine verilen önemin azalmaması gerekmektedir. Ek olarak, katılımcıların uyku hijyeni toplam puanlarının artması ile öznel uyku kalitesi değerlendirmelerinde bir paralel artış beklenirken, verilerin analizi sonrasında tam aksi bir durum tespit edilmiştir. Katılımcıların öznel olarak bildirdikleri uyku kalite puanları arttıkça uyku hijyeni toplam puanlarının istatistiksel olarak anlamlı düştüğü görülmektedir. Bu durum, bireylerin öznel olarak uykularının iyi olduğu lakin uyku hijyenine dair farkındalıklarının az olduğunu ve bu sebeple uyku kalitesinin subjektif bildiriminde sonucun güvenilir olmayabileceğini düşündürmektedir. Bu sebeple uyku problemi yaşayan birinin kişisel değerlendirmesinden sonra çözüm araması değil, bir uyku uzmanına danışması önerilir.

Anahtar Kelimeler: Spor, Rekreasyon, Spor Salonu, Uyku, Uyku Hijyeni, Egzersiz, Toparlanma

Sleep Hygiene In People Participating In Sports Centers For Recreational Purposes

Physical health and performance can be maintained and improved when many variables are optimal. For this, a regular and continuous exercise routine is one of the most preferred methods, and people plan to increase their level of health and physical fitness by going to gyms. The aim of this study is to determine the sleep hygiene awareness of individuals who come to the gym for physical health and performance improvement. The sociodemographic data form created by the researchers and the "Turkish Version of the Sleep Hygiene Index" were used on 475 healthy individuals with an average age who regularly attend sports centers. As a result of the analysis of the data obtained, it was found that the gender variable was not effective in sleep hygiene ($p < 0.05$), but there was a negative correlation between age increase and sleep hygiene in both gender ($r = -.268$). While there was no statistical significance with the education levels of the participants, the number of weekly training sessions, and the total score of sleep hygiene, a high level of statistical significance was found according to the sports history, daily sleep duration, the preferred time of day to exercise in the gym, and the subjective sleep evaluation. Although a decrease in sleep hygiene was

observed with the increase in the number of weekly training sessions, this situation was not statistically significant ($p<0.05$). As the sleep quality scores, which the participants evaluated subjectively, increased, it was observed that the total sleep hygiene scores decreased significantly. In addition, the sleep hygiene total score of the individuals who train at night was found to be the highest group in the selected day period for training. According to the findings, the increase in the sports history and age of the people shows that the importance of sleep hygiene decreases. However, sleep is a process that must be continued with a discipline throughout the sports life, and the importance given to sleep hygiene should not decrease in order to achieve this. In addition, a parallel increase in subjective sleep quality evaluations was expected with the increase in the sleep hygiene total scores of the participants, while the opposite situation was found after the analysis of the data. As the sleep quality scores reported subjectively by the participants increased, it was observed that the total sleep hygiene scores decreased statistically significantly. This suggests that individuals subjectively sleep well, but have little awareness of sleep hygiene, and therefore the result may not be reliable in subjective reporting of sleep quality. For this reason, it is recommended that someone who has sleep problems consult a sleep specialist, not seek a solution after a personal evaluation.

Key Words: Sports, Recreation, Gym, Sleep, Sleep Hygiene, Exercise, Recovery

SB108

Ampute Futbolunda Üst Ekstremitte Kuvvetinin Koşu Performansına Etkisinin İncelenmesi: Pilot Çalışma

Elif ANAHTARCIÖĞLU KOLAY¹, Yaşar TATAR¹, Nejla GERÇEK¹, Selda UZUN¹, Göktuğ ŞANLI¹, Muhammed Yusuf KAHRAMAN²

¹Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul

²Haliç Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, İstanbul

Giriş ve Amaç: Ampute futbolu (AF) ön kol destekli kanedyenler ile oynanır. Maç sırasında üst ekstremitenin (ÜE) yüksek kuvvetler üretmesi gerekir ve vücut ağırlığını taşımaya elverişli olmayan ÜE koşu, şut atma ve ani yön değiştirmeler sırasında tekrarlı yüklerle maruz kalır. Bu sebeple, AF'da maç performansının geliştirilebilmesi için ÜE kuvvetinin objektif yöntemlerle incelenmesi gerekir. Bu çalışmanın amacı; AF oyuncularında ÜE kuvvetinin kanedyenle koşu ve yön değiştirme performansı üzerine etkisini ortaya koymaktır. Ayrıca, ÜE agonist/antagonist ve sağ/sol kas kuvvetleri incelenerek olası yaralanma riskleri de tespit edilecektir. **Yöntem:** Çalışmaya, sağ veya sol alt ekstremitte amputasyonu olan, Türkiye Ampute Futbol Süper ve 1. Ligi'nde oynayan 16-45 yaş aralığında 10 erkek AF oyuncusu (yaş=32±8.82, spor yaşı=6.75±3.95, boy=170.5±5.27, vücut ağırlığı=62,25±7) dahil edilmiştir. Omuz ve dirsek eklemi izokinetik kuvvet değerlendirmesi Biodex 4 Pro izokinetik dinamometre cihazı kullanılarak yapılmıştır. Omuz ve dirsek fleksiyon (FLX) /ekstansiyon (EXT) ile omuz abduksiyon (ABD) /adduksiyon (ADD) maksimum kuvvetleri 60°/sn hızda ölçülmüştür. Maksimum kuvvet değerlendirmesi için normalize zirve tork (ZT) parametresi seçilmiştir. Performans değerlendirmesinde ise T kare yön değiştirme ve 30 metre sprint testleri kullanılmıştır. Futbolcuların testleri tamamlama süreleri Smart Speed Lite (Fusion Sport Smart Speed Photocel) fotoselli elektronik kronometre sistemi ile ölçülmüştür. **Bulgular:** T kare yön değiştirme testini tamamlanma süresi ile sol omuz FLX ($r=-0.691$, $p=0.027$), sol omuz ABD ($r=-0,704$, $p=0.023$), sağ dirsek FLX ($r=-0,749$, $p=0.013$) zirve tork değerleri arasında negatif yönde yüksek düzeyde korelasyon bulunmuştur. ÜE zirve tork değerleri ve 30 metre sprint testi süreleri arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir korelasyon bulunmamıştır ($p>0.05$). Agonist ZT /antagonist ZT oranları: Sağ dirsek FLX /EXT=0.57, sol dirsek FLX /EXT= 0.59, sağ ve sol omuz ABD/ADD=0.82, sağ omuz FLX /EXT= 0.92, sol omuz FLX/EXT=1.02 olarak bulunmuştur. Katılımcıların sağ ve sol ekstremitte ZT değerleri karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>0.05$). **Sonuç:** T kare yön değiştirme testi süresi ile sol omuz FLEX, sol omuz ABD ve sağ dirsek FLX zirve tork değerleri arasında anlamlı düzeyde negatif korelasyon bulunmuştur ($p<0.05$). Bu sonuçlar, sol alt ekstremitte amputasyonu olan katılımcıların aynı taraf omuz fleksiyon ve abduksiyon kuvvetinin yüksek olmasının yön değiştirme performansını artırdığını göstermektedir. Bununla beraber, kontralateral ekstremitte dirsek fleksiyon kuvvetinin yüksekliğinin de çeviklik

performansını arttırdığı görülmektedir. Katılımcıların omuz agonist/antagonist oranları normal değerlere yakın iken, dirsek FLX/EXT oranları karşılaştırıldığında ise fleksör kas kuvvetinin yaklaşık %50 oranında daha az olduğu bulunmuştur. **Öneriler:** Bu araştırmanın sonuçlarına göre; ampute alt ekstremité ile aynı taraf omuz FLX/EXT ve ABD-ADD kuvvetlerinin çeviklik performansına önemli düzeyde katkısı olduğu bulunmuştur. Bu nedenle, ampute futbolcuların antrenman programlarına üst ekstremité kuvvet egzersizlerinin dahil edilmesi gereklidir. Ayrıca, araştırmaya katılan futbolcularının dirsek eklemi fleksör kas kuvvetinin ekstansörlere göre yaklaşık %50 oranında zayıf olması yaralanma insidansını artırabilir. Bu sonuç, kanedyen kullanan futbolcuların dirsek ekstansörlerini daha fazla kullanmalarından kaynaklanabildiği gibi aynı zamanda dirsek fleksör kuvvet egzersizlerini antrenman programlarına yeterli düzeyde dahil etmediklerini göstermektedir. Bu nedenlerden dolayı, profesyonel düzeyde AF oynayan kişiler için üst ekstremité antrenman programı düzenlenmelidir.

Anahtar Sözcükler: ampute futbol, üst ekstremité kuvveti, koşu performansı, çeviklik, izokinetik

Investigation of the Effect of Upper Extremity Strength on Running Performance in Amputee Football- Pilot Study

Introduction and Purpose: Amputee football (AF) is played using crutches with forearm support. During the match, the upper extremity (UE) is required to generate high strength and the UE, which is not designed to support body weight, is subjected to repetitive loads during running, shooting, and sudden changes of direction. Therefore, in order to improve sports performance in AF, UE strength should be examined with objective methods. The aim of this study was to investigate the effect of UE strength on crutch running and change of direction performance in AF players. In addition, possible injury risks will be identified by examining UE agonist/antagonist and right/left muscle strength. **Materials and Methods:** The study included 10 male AF players (age=32±8.82, sport age=6.75±3.95, height=170.5±5.27, body weight=62.25±7, height=170.5±5.27, body weight=62.25±7) aged 16-45 years who had right or left lower extremity amputation and played in the Turkish Amputee Football Super and 1st League. Shoulder and elbow joint isokinetic strength assessments were performed using Biodex 4 Pro isokinetic dynamometer. Shoulder and elbow flexion (FLX)/extension (EXT) and shoulder abduction (ABD)/adduction (ADD) maximum strength were measured at 60°/sec. The normalized peak torque (ZT) parameter was selected for maximum strength evaluation. T square change of direction and 30 m sprint tests were used for performance evaluation. The completion times of the tests were measured by Smart Speed Lite (Fusion Sport Smart Speed Photocell) photocell electronic stopwatch system. **Results:** A high negative correlation was found between the time to complete the T-square direction change test and peak torque values of left shoulder FLX ($r=-0.691$, $p=0.027$), left shoulder ABD ($r=-0.704$, $p=0.023$), right elbow FLX ($r=-0.749$, $p=0.013$). There was no statistically significant correlation between UE peak torque values and 30-meter sprint test times ($p>0.05$). Ratios of agonist ZT/antagonist ZT: Right elbow FLX/EXT=0.57, left elbow FLX/EXT=0.59, right and left shoulder ABD/ADD=0.82, right shoulder FLX/EXT=0.92, left shoulder FLX/EXT=1.02. No statistically significant difference was found when the right and left extremity ZT values of the participants were compared ($p>0.05$). **Conclusion:** A significant negative correlation is found between the duration of the T-square change of direction test and peak torque values of left shoulder FLEX, left shoulder ABD and right elbow FLX ($p<0.05$). These results suggest that higher same-side shoulder flexion and abduction strength improve direction change performance in participants with left lower extremity amputation. In addition, higher contralateral elbow flexion strength also increases agility performance. While the shoulder agonist/antagonist ratios of the participants are close to normal values, when the elbow FLX/EXT ratios are compared, it was found that the flexor muscle strength is approximately 50% less. **Recommendation:** According to the results of this study, it is found that amputee lower extremity and same-side shoulder FLX-EXT and ABD-ADD strengths significantly contributed to agility performance. Therefore, upper extremity strength exercises should be included in the training programs of amputee soccer players. In addition, the fact that the elbow joint flexor muscle strength of the soccer players participating in the study is approximately 50% weaker than the extensors may increase the incidence of injury. This result may be due to the fact that soccer players who use caned braces use elbow extensors more, but it also indicates that they do not adequately include elbow flexor strength exercises in their training program. For these reasons, an upper extremity training program should be designed for professional-level AF players.

Key Words: amputee soccer, agility, upper extremity strength, running performance, isokinetic, dynamometer

SB109

Satranç Sporcularına Müsabaka Esnasında Uygulanan Transkraniyal Manyetik Uyarımın Kalp Atım Hızı Değişkenliği Üzerine Akut Etkisinin İncelenmesi

Merve Begüm ENGIN¹, Recep GÖRGÜLÜ¹, Hilal ORUÇ¹

Bursa Uludağ Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Psychology of Elite Performance Laboratory (PePLaB)

Giriş ve Amaç: Dikkat, odaklanma ve karar verme süreçlerinin anlaşılması ve geliştirilmesiyle ilişkilendirilen mekanizmalardan biri otonom sinir sistemi aktivitesidir. Otonom sinir sistemindeki sempatik ve parasempatik aktivitenin yordanmasında kullanılan ve psikofizyolojik bir parametre olan kalp atım hızı değişkenliği (KAHD), kalp-beyin etkileşiminin göstergesi niteliğindedir. Bu etkileşim baz alındığında, nöromodilasyon yöntemleri ile otonom sinir sistemi aktivasyonu düzenlenerek analitik düşünme ve problem çözme gibi önemli bilişsel süreçleri içeren satranç ve benzeri zihinsel performans unsurlarının gelişimine katkı sunulabilir. Bilgimiz dahilinde, satranç performansı sırasında uygulanan nöromodülasyonun KAHD üzerindeki akut etkilerini inceleyen herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu nedenle, bu araştırmanın amacı, satranç performansı sırasında uygulanan transkraniyal manyetik uyarım stimülasyonunun (TMUS), KAHD üzerindeki akut etkilerini incelemektir. **Yöntem:** Çalışma 18-30 yaş arası (N=6 kadın) toplam 26 gönüllü katılımcıdan oluşmaktadır. Katılımcılar ulusal kuvvet derecesi (UKD) puanlarına göre eşleştirilerek uluslararası kurallar dahilinde 15+5 eklemeli tempo ile deney ortamında müsabakaya katıldılar. Katılımcılar, satranç performansını bir hafta arayla iki oturumda tamamladılar. Performans sırasında rakiplerden birine 20 dakika boyunca 2mA TMUS uygulaması yapıldı. KAHD verileri, Polar H10 transmitter göğüs bandı ve Polar Vantage V2 monitör ile performans öncesinde (15dk) sırasında ve sonrasında (15dk) kaydedildi. Çevrimdışı analizler için Kubios Premium yazılımı ile KAHD parametreleri analiz edildi. **Bulgular:** Tekrarlayan ölçümlerde 2 (grup) x 3 (KAHD, zaman, frekans, doğrusal olmayan alan parametreleri) varyans analizi (ANOVA) sonuçlarına göre Grup x KAHD etkileşiminde anlamlı sonuçlar bulundu $F(2, 48) = 4.88, p=.02, \eta^2 = .169$. Bu etkileşim eşleştirilmiş iki örneklem t-testi uygulanarak KAHD parametrelerinin her iki koşulda da anlamlı derecede yüksek olduğunu ortaya koydu. Fakat bu anlamlı farkın, TMUS'suz oturumdan ziyade TMUS'lu oturum (örn. SDNN, $M=7.87$) lehine olduğu gözlemlendi. Bu nedenle, katılımcıların KAHD'si, aktif TMUS durumunda TMUS'suz oturuma göre önemli ölçüde arttı. **Sonuç:** Performans sırasında uygulanan nöromodülasyonun bilişsel yükü azaltmaya yardımcı olduğu KAHD sonuçları üzerinden gözlemlenmiştir. **Öneriler:** Zihinsel yorgunluğun giderilmesi için bilişsel süreçlerde görev alan prefrontal korteks gelişimini destekleyen çalışmaların artırılması satranç gibi bilişsel yükün yoğun olduğu performansların gelişimi için faydalı kanıtlar sunabilir.

Anahtar Kelimeler: Satranç, TMUS, Prefrontal Korteks.

Investigation of Acute Effect of Transcranial Magnetic Stimulation Applied to Chess Athletes during Competition on Heart Rate Variability

Introduction and Aim: Autonomic nervous system activity is one of the mechanisms associated with the understanding and improvement of attention, focus, and decision-making processes. Heart rate variability (HRV), which is a psychophysiological parameter used in the prediction of sympathetic and parasympathetic activity in the autonomic nervous system, is an indicator of heart-brain interaction. Based on this interaction, by regulating the autonomic nervous system activation with neuromodulation methods, it can contribute to the development of chess and similar mental performance elements, which include important cognitive processes such as analytical thinking and problem solving. To the best of our knowledge, no study has been found examining the acute effects of neuromodulation applied during chess performance on HRV. Therefore, the aim of this study is to examine the acute effects of transcranial direct current stimulation (tDCS) applied during chess performance on HRV. **Method:** The study consists of 26 volunteer participants aged between 18-30 years (N=6 female). Participants were matched according to their national strength degree scores and participated in the competition in an experimental environment with 15+5 added tempo within international rules. Participants completed their chess performance in two sessions, one week apart. During the performance, 2mA tDCS was applied to one of the competitors for 20 minutes. HRV data were recorded before (15 min), during and after (15 min) performance with Polar H10 transmitter chest strap and Polar Vantage V2 monitor. HRV parameters analyzed with Kubios

Premium software for offline analysis. **Results:** We conducted a 2 (Condition: Experimental, Sham) \times 3 (HRV: time, frequency, non-linear domain parameters) fully repeated-measures ANOVA. Results revealed a significant Group \times HRV interaction $F(2, 48) = 4.88, p = .02, \eta^2 = .169$. Bonferroni-corrected follow-up paired samples t tests revealed that HRV parameters were significantly higher in both conditions. However, this significant difference was on favour of experimental condition (e.g., SDNN, $M = 7.87$) than the sham. Thus, participants' HRV was significantly increased in the active tDCS condition compared to sham, especially lasting beyond cessation of stimulation for 15 minutes. Given the ease of HRV data collection, studies of prefrontal tDCS would benefit from collection of the current data as it provides positive effects of tDCS under conditions of cognitive load such as chess competition. **Conclusion:** It has been observed through HRV results that neuromodulation applied during performance helps to reduce cognitive load. **Recommendations:** Increasing the number of studies supporting the development of the prefrontal cortex, which is involved in cognitive processes in order to eliminate mental fatigue, may provide useful evidence for the development of performances with intense cognitive load such as chess.

Keywords: Chess, tDCS, Prefrontal Cortex

SB110

Dinamik Isınmaya Ek Olarak Uygulanan Kalça Hareketliliği Egzersizlerinin Dikey Sıçrama, Maksimal ve İzometrik Kuvvet Parametreleri Üzerine Akut Etkileri

Barbaros DEMİRTAŞ¹, Murat Can ÇEKEN², Onur ÇAKIR¹, Malik BEYLEROĞLU¹, Onat ÇETİN³

¹ Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi ABD, Sakarya.

² Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Sakarya.

³ Yalova Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi ABD, Yalova.

Giriş ve Amaç: Literatürü detaylı incelediğimizde dinamik germe (DG) egzersizlerinin bölgesel hareketlilik egzersizleri ile kombine şekilde uygulandığı hiçbir araştırmaya rastlanmamıştır ancak farklı dinamik germe egzersiz protokollerinin, hip bölgenin aktif olduğu dikey sıçrama, maksimal ve izometrik kuvvet parametreleri üzerine akut etkilerini inceleyen çalışmalar bulunmaktadır. Yapılan çalışmalarda DG ile alınan ölçümler diğer metotlara kıyasla dikey sıçrama performansını daha olumlu etkilediği ortaya çıkmıştır. DG egzersizinin foam roller (FR) ile kıyaslanan bir çalışmada ise FR egzersizlerinin sadece DG egzersizlerine nispeten dikey ve yatay sıçrama, 37 metre sprint ve indirekt olarak gerçekleştirilen 1TM (1 tekrar maksimal) bench press verilerinde daha yüksek performans ortaya koyduğu gözlemlenmiştir. Bu düşünceye göre antrenman programlarına kalça eklemine hareketliliğini ve nöromusküler aktivasyonunu geliştiren egzersizler ilave etmek sporcuların atletik özelliklerini geliştirmeye yardımcı olabilir. Bu bağlamda çalışmamızın amacı anaerobik aktiviteler öncesinde uygulanan kalça hareketliliği egzersizlerinin dikey sıçrama, 1 tekrar maksimum ve izometrik kuvvet performansları üzerindeki akut etkilerini araştırmaktır. **Yöntem:** Araştırmaya antrenman geçmişi düzeyi yüksek 12 erkek sporcu (yaş = $21 \pm 1,2$ yıl; boy = $180 \pm 0,05$ m; vücut ağırlığı = $88.08 \pm 9,17$ kg) gönüllü olarak katılım sağlamıştır. Katılımcı grubunda ulusal ve uluslararası düzeyde 4 güreşçi, 3 halterci, 2 powerlifter ve 3 vücut geliştirmeci sporcu yer aldı. Alınan ölçümlerde 1 TM kuvvet testi ACSM protokolü tasarımı kullanıldı. Dikey sıçrama Counter Movement Jump (CMJ) ve Squat Jump (SJ) testi için güvenilirliği yüksek My Jump 2 (ICC = 0.97-0.99) uygulaması kullanıldı. İzometrik sırt bacak dinamometresi testi için Takkei TKK 5402 marka dinamometre kullanıldı. Tüm katılımcılardan ilk ölçüm gününde 15 dakikalık standart bir dinamik ısınma prosedürü (bisiklet ve testler ile ilgili dinamik esneme egzersizleri) uygulamaları istendi ve belirtilen tüm ölçümler sırasıyla uygulandı. İkinci ölçüm gününde ise denekler aynı 15 dakikalık dinamik ısınma protokolü ile 8 farklı kalça hareketliliği egzersizini (her egzersiz için 2 set \times 20 saniye) gerçekleştirdiler ve ilk ölçüm gününde uygulanan testleri tekrar uyguladılar. Toplanan verilerin analizi için IBM SPSS İstatistikleri kullanıldı. **Bulgular:** Toplanan 1. Ve 2. Ölçüm seansları analiz edilip karşılaştırma yapıldığında deadlift 1 TM kuvvet değerlerinde anlamlı bir fark bulunmadığı ($p = 0.596$). Ancak squat 1TM kuvvet ($p = 0.003$), izometrik sırt – bacak kuvveti ($p = 0.002$), CMJ ve SJ ($p = 0.002, p = 0.002$) anlamlı farklar olduğu görülmüştür. **Sonuç:** Bu çalışmanın ortaya çıkardığı bulgular incelendiğinde, kalça hareketliliği içeren bir dinamik ısınma protokolünün dikey sıçrama,

maksimal ve izometrik kuvvet parametreleri üzerinde olumlu bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir. **Öneriler:** Bu sonuçlara ek olarak aynı bölgeye ya da farklı bölgelere yönelik uygulanan hareketlilik egzersizlerinin etkilerini araştıran daha fazla çalışmaya ihtiyaç duyulmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Kalça hareketliliği, Kuvvet, Dikey sıçrama, Isınma

The Acute Effects of Hip Mobility Exercises Applied in Addition to Dynamic Warm-Up on Vertical Jump, Maximal and Isometric Force Parameters

Introduction and purpose: When we examine the literature in detail, no research was found in which dynamic stretching (DG) exercises were applied in combination with regional mobility exercises, but there are studies examining the acute effects of different dynamic stretching exercise protocols on vertical jump, maximal and isometric strength parameters in which the hip region is active. Studies have shown that measurements taken with DG have a more positive effect on vertical jump performance compared to other methods. In a study comparing DG exercise with foam roller (FR), it was observed that FR exercises showed higher performance in vertical and horizontal jumping, 37 meters sprint and indirectly performed 1RM (1 rep maximal) bench press data compared to only DG exercises. According to this idea, adding exercises that improve the mobility and neuromuscular activation of the hip joint to the training programs can help improve the athletic characteristics of the athletes. In this context, the aim of our study is to investigate the acute effects of hip mobility exercises applied before anaerobic activities on vertical jump, 1 repetition maximum and isometric strength performances.

Method: Twelve male athletes with a high level of training history (age = 21 ± 1.2 years; height = $180 \pm 0,05$ m; body weight = $88.08 \pm 9,17$ kg) voluntarily participated in the study. There were 4 wrestlers, 3 weightlifters, 2 powerlifters and 3 bodybuilders at the national and international level in the participant group. 1 RM force test ACSM protocol design was used for the measurements taken. The highly reliable My Jump 2 (ICC = 0.97-0.99) application was used for the vertical jump Counter Movement Jump (CMJ) and Squat Jump (SJ) tests. Takai TTK 5402 brand dynamometer was used for the isometric back leg dynamometer test. All participants were asked to perform a standard 15-minute dynamic warm-up procedure (dynamic stretching exercises related to cycling and tests) on the first measurement day, and all specified measurements were applied sequentially. On the second measurement day, the subjects performed 8 different hip mobility exercises (2 sets x 20 seconds for each exercise) with the same 15-minute dynamic warm-up protocol and reapplied the tests applied on the first measurement day. IBM SPSS Statistics was used for the analysis of the collected data. **Results:** When the collected 1st and 2nd measurement sessions were analyzed and compared, there was no significant difference in the deadlift 1 RM force values ($p = 0.596$). However, there were significant differences in squat 1RM strength ($p = 0.003$), isometric back-leg strength ($p = 0.002$), CMJ and SJ ($p = 0.002$, $p = 0.002$). **Conclusion:** The findings of this study show that a dynamic warm-up protocol including hip mobility has a positive effect on vertical jump, maximal and isometric strength parameters. **Suggestions:** In addition to these results, there is a need for more studies investigating the effects of mobility exercises applied to the same region or different regions.

Keywords: Hip mobility, Strength, Vertical jump, Warm-up

SB111

Sağlıklı Beslenme Eğitiminin Temel Eğitim 5-8. Sınıf Öğrencilerinin Obezite Farkındalık Durumlarına Etkisinin İncelenmesi

Ülküm ERDOĞAN YÜCE¹, Kürşad KARACABEY²

¹Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor ABD, Muğla

²Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Aydın

Obezite, diğer hastalıkların yanında bulaşıcı olmayan fakat tüm dünyada insan sağlığını olumsuz yönde etkileyen bir salgındır. Sıklığı giderek artarak devam eden, günümüzün en önemli sağlık sorunlarından biridir. Özellikle okul çağındaki çocuklardan başlayarak sağlıklı beslenmeye özen gösterilmesi, obezite ile mücadelede önemli bir adım olacağı düşünülmektedir. Bu doğrultuda çalışmamızın amacı, temel eğitim 5.-8.sınıf öğrencilerine verilen “sağlıklı beslenme” eğitiminin, obezite farkındalık durumlarına etkisini incelemektir. Çalışmaya Muğla ili Marmaris ilçesi

Marmaris Ortaokulunda 5.-8.sınıflarda öğrenim gören 9-15 yaşları arasında bulunan 205 öğrenci tesadüfi örnekleme yöntemi ile seçilmiştir. Öğrencilerin %51.7 si (106) kız, %48.3 'ü (99) erkek öğrenciden oluşmaktadır. Araştırma ön-son test deneysel model ile gerçekleştirilmiş, nicel bir çalışmadır. 102 öğrenci deney grubu (53 kız-49 erkek), 103 öğrenci ise kontrol grubunu (53 kız-50 erkek) oluşturmuş, gönüllü katılım sağlayan bu öğrencilere "yaş, boy, kilo, anne-baba meslek ve dışarıdan satın aldıkları ürünlerin ambalaj rengine dikkat" ile ilgili kişisel bilgiler sorulmuştur. Ayrıca bu araştırmada veri toplama aracı olarak Allen (2011) tarafından geliştirilen, Türkçeye ve Türk kültürüne uyarlanması Kafkas ve Özen (2014) tarafından gerçekleştirilen "Obezite Farkındalık Ölçeği" uygulanmıştır. Deney grubuna ön test ölçümünden sonra 8 hafta boyunca haftada 2 saat olan Beden Eğitimi derslerinin 1 saatinde "sağlıklı beslenme" eğitimi verilmiş ve bu eğitimde besin öğelerinin tanıtımı, dengeli ve sağlıklı beslenmenin temel ilkeleri ve fiziksel aktivitenin gerekliliği üzerinde durulmuştur. Kontrol grubuna bu süreçte herhangi bir eğitim verilmemiştir. 8 hafta sonunda her iki gruba da son test uygulaması yapılmıştır. Çalışma öncesi ve sonrası farkın olup olmadığının belirlenebilmesi için SPSS istatistik programında normallik dağılımlarına bakılarak, grup içi "Paired t testi" kullanılarak analizi yapılmıştır. Analiz bulgularına göre deney grubundaki öğrencilerin "ambalaj rengine dikkat, obezite farkındalık, beslenme, fiziksel aktivite ve toplam obezite farkındalık ön-son test ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür ($p<0,05$). Kontrol grubundaki öğrencilerin ise "ambalaj rengine dikkat, obezite farkındalık, beslenme, fiziksel aktivite" puanları arasında ise istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır ($p>0.05$). Ancak kontrol grubundaki öğrencilerin vücut ağırlığı, obezite farkındalık toplam puanları karşılaştırıldığında ön-son test puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılığın olduğu görülmüştür ($p<0,05$). Çalışmada cinsiyet değişkenine göre istatistiksel anlamda bir farklılığa rastlanmamıştır ($p>0.05$). Sonuç olarak, temel eğitimde öğrenim gören çocuklara verilen sağlıklı beslenme eğitiminin, obezite farkındalık durumlarını artırdığı ve böylece sağlıklı beslenme ve fiziksel aktiviteye yönelttiği söylenebilir. Bu bilgiler doğrultusunda, okullardaki eğitim programı arasına "sağlıklı beslenme" dersinin yer alması için gerekli düzenlemelerin yapılması gerektiği düşünülebilir.

Anahtar kelimeler: Sağlıklı beslenme, obezite farkındalık, fiziksel aktivite, okul çağı çocuklar

Healthy Nutrition Education Basic Education 5-8. Obesity Awareness of Grade Students Examining the Effect on Their Conditions

Obesity is an epidemic that is not contagious among other diseases, but negatively affects human health all over the world. It is one of the most important health problems of today, the frequency of which continues to increase. It is thought that taking care of healthy nutrition, especially starting from school-age children, will be an important step in the fight against obesity. In this direction, the aim of our study is to examine the effect of "healthy nutrition" education given to 5th-8th grade students in basic education on obesity awareness. 205 students between the ages of 9-15, studying in the 5th-8th grades of Marmaris Secondary School in Muğla province, Marmaris district, were selected by random sampling method. 51.7% (106) of the students are girls and 48.3% (99) are boys. The research is a quantitative study carried out with a pre-post test experimental model. 102 students formed the experimental group (53 girls-49 boys), and 103 students formed the control group (53 girls-50 boys), and these students who participated voluntarily said, "Age, height, weight, parents' profession and the packaging color of the products they buy from outside. personal information about "attention" was asked. In addition, the "Obesity Awareness Scale" developed by Allen (2011), adapted to Turkish and Turkish culture by Kafkas and Özen (2014), was used as a data collection tool in this study. After the pre-test measurement, "healthy nutrition" training was given to the experimental group in 1 hour of the Physical Education lessons, which was 2 hours a week for 8 weeks, and in this training, the introduction of nutrients, the basic principles of a balanced and healthy diet and the necessity of physical activity were emphasized. No training was given to the control group in this process. At the end of 8 weeks, a post-test was applied to both groups. In order to determine whether there is a difference before and after the study, the normality distributions were examined in the SPSS statistical program and the analysis was made using the "Paired t test" within the group. According to the analysis findings, it was observed that there was a statistically significant difference between the pre-post test averages of the students in the experimental group "attention to packaging color, obesity awareness, nutrition, physical activity and total obesity awareness ($p<0.05$). On the other hand, no statistically significant difference was found between the "attention to packaging color, obesity awareness, nutrition, physical activity" scores of the students in the control group ($p>0.05$). However, when the body weight and total obesity awareness scores of the students in the control group were compared, it was observed that there was a significant difference between the pre-post test mean scores ($p<0.05$). No statistically significant difference was found in the study according to the gender variable ($p>0.05$) As a result, it can be said that healthy nutrition education given to children studying in basic education increases their awareness of obesity and thus leads them to healthy nutrition and physical activity. In line with this information, it can be thought that necessary arrangements should be made to include the "healthy nutrition" course in the education program in schools.

Keywords: Healthy eating, obesity awareness, physical activity, school age children

SB112

Futbolcularda Back Squat Sonrası Post Aktivasyon Potansiyelinin Koşu Temelli Anaerobik Sprint Test Performansı Üzerine Etkisi

Kerem Can YILDIZ¹, Sezer TANRIÖVER¹, Neslihan AKÇAY², Mustafa Şakir AKGÜL²

¹ Karabük Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

² Karabük Üniversitesi Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Hasan Doğan Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

Giriş: Araştırmalar, post aktivasyon potansiyelinin (PAP) sıçrama performansını artırmada etkili bir yöntem olduğunu göstermiş olsa da PAP'ın tekrarlı sprint yeteneği gibi daha fonksiyonel aktiviteler üzerindeki etkisi hakkında çalışmalar sınırlıdır. **Amaç:** Bu bağlamda çalışmanın amacı, futbolcularda farklı hacimlerle uygulanan ön yüklenmelerin koşu temelli anaerobik sprint test performansına (RAST) etkisinin değerlendirilmesidir. **Yöntem:** Bu çalışmada çapraz geçişli deney tasarımı kullanılmıştır. Çalışma 48-72 saat ara ile 4 günde gerçekleşmiştir. Çalışmanın birinci günü tüm katılımcıların tanımlayıcı özellikleri alındıktan sonra ısınma protokolü gerçekleştirilerek, 1 Maksimum tekrarları (TM) belirlenip kaydedilmiştir. İkinci gün ısınma protokolü ardından RAST ölçümleri gerçekleştirilmiştir. Üçüncü Gün katılımcıların ön yüklemeden (1 set 3 tekrar Squat %85 1TM) beş dakika sonra RAST ölçümleri gerçekleştirilmiştir. Dördüncü gününde ise katılımcıların ön yüklemeden (1 set 3 tekrar Squat %90 1TM) beş dakika sonra RAST ölçümleri gerçekleştirilmiştir. RAST ölçümlerinden elde edilen veriler Repeated Measures ANOVA kullanılarak değerlendirilmiştir. Tüm analizlerde anlamlılık düzeyi ($p < 0,05$) olarak kabul edilmiştir. **Bulgular:** Sonuçlara göre PAP protokolleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark yoktur. ($p > 0,05$). Başka bir deyişle, PAP protokolleri maksimum, minimum, ortalama güç ve yorgunluk indeksini iyileştirmemiştir. **Sonuç:** Bu çalışmada, ön yükleme protokolleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmemiştir. Ayrıca bireysel düzeyde sonuçlara göre katılımcıların çoğunun RAST performansları ön yüklemelerden sonra değişmemiştir. Buna ek olarak bazı sporcularda RAST performansında düşüş gözlemlenmiştir. **Öneriler:** Gelecek çalışmalarda, farklı hacim ve şiddetlerde, farklı branşlarda uygulanacak olan ön yüklemelerin etkileri araştırılabilir.

Anahtar Kelimeler: Futbol, ön yükleme, PAP, RAST.

Effect of Post-Activation Potentiation on Running Based Anaerobic Sprint Test Performance after Back Squats in Football Players

Introduction: Although research has shown post-activation potentiation (PAP) to be an effective method of increasing power during both the squat jumps, little data exist on its effect on more functional activities such as repeated sprint ability (RSA). **Purpose:** In this context, the purpose of the study is to evaluate the effect of preloads applied with different volumes on running-based anaerobic sprint test performance (RAST) in football players. **Materials and Methods:** This was a multiple cross-over trial. The study was carried out in 4 days with an interval of 48-72 hours. First day of the study, after the descriptive characteristics of all participants were taken, the warm-up protocol was performed, and 1 Maximum Repetitions (RM) were determined and recorded. No preload was applied in the baseline. 3th day 3 repetitions, separated by 30 s rest, were performed at 85% of 1 RM Smith machine back squat after warm up and 4th day 3 repetitions, separated by 30 s rest, were performed at 90% of 1 RM Smith machine back squat after warm up. Data from RAST measurements were evaluated using Repeated Measures ANOVA. The level of significance was accepted as ($p < 0,05$) in all analyzes. **Results:** In this study, no statistically significant difference was found between the preloading protocols. In addition, according to the individual-level results, the RAST performances of most of the participants did not change after the pre-loads. In addition, a decrease in RAST performance was observed in some athletes. **Suggestions:** In future studies, the effects of preloads to be applied in different sports branches at different volumes and intensities can be investigated.

Keywords: Football, PAP, preconditioning, RAST.

SB113

Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Akademik Özyeterlilik ve İş Bulma Kaygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Elif Şeyda GÜLAY¹, Caner GÜN¹, Kaan SÖNMEZ¹, Öznur KARADAĞ¹, Selahattin AKPINAR¹

¹Düzce Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Düzce

Giriş ve Amaç: Bu araştırmanın amacı, spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin akademik özyeterlilik düzeyleri ve iş bulma kaygıları arasındaki ilişkiyi ve akademik özyeterlilik ile iş bulma kaygısında cinsiyet, iş deneyimi, öğrenim gördüğü bölüm, sınıf düzeyi, akademik not ortalaması değişkenlerine göre fark olup olmadığını incelemektir. **Yöntem:** Bu amaçla Düzce Üniversitesi Spor Bilimleri fakültesinde öğrenim gören 179 öğrenci araştırmaya gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından hazırlanan 'Kişisel Bilgi Formu', Jerusalem ve Schwarzer (1981) tarafında geliştirilen ve Yılmaz, Gürçay ve Ekici (2007) tarafında Türkçeye uyarlanan Akademik Özyeterlilik Ölçeği ve Aslan ve Uğraş (2021) tarafında geliştirilen 'Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin İş Bulma Kaygısı Ölçeği' kullanılmıştır. Verilerin analizinde frekans, yüzde ve ortalama hesaplamaları yapılmış, verilerin normal dağılım gösterdiği gerekçesi ile bağımsız gruplarda t testi, one way ANOVA testi ve Pearson Korelasyon Analizi testinden faydalanılmıştır. **Bulgular:** Yapılan analizler sonucunda katılımcıların cinsiyet, öğrenim gördüğü bölüm ve sınıf düzeyine göre akademik özyeterlilikleri ve iş bulma kaygıları farklılaşmaz iken ($p>0,05$), iş deneyiminin bulunması iş bulma kaygısı düzeyinde, akademik not ortalaması ise akademik özyeterlilik düzeyinde anlamlı bir farka yol açmıştır ($p<0,05$). Akademik özyeterlilik ile iş bulma kaygısı arasında ise anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır ($p>0,05$). **Sonuç ve Öneriler:** Sonuç olarak, iş deneyimine sahip olan öğrencilerin iş bulma kaygısının daha az olduğu akademik ortalaması yüksek olan öğrencilerin ise akademik özyeterlilik düzeylerinin daha yüksek olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: akademik özyeterlilik, iş bulma kaygısı, spor bilimleri, öğrenci

Investigation of the Relationship between Academic Self-Efficacy and Job Finding Anxiety of Faculty of Sport Sciences Students

Introduction and Purpose: The aim of this study is to examine the relationship between academic self-efficacy levels and job anxiety of students studying at the faculty of sports sciences, and whether there is a difference in academic self-efficacy and job anxiety according to the variables of gender, work experience, department, grade level, academic grade point average. **Method:** For this purpose, 179 students studying at Düzce University Faculty of Sports Sciences voluntarily participated in the research. The 'Personal Information Form' prepared by the researchers in the study, the Academic Self-Efficacy Scale developed by Jerusalem and Schwarzer (1981) and adapted to Turkish by Yılmaz, Gürçay and Ekici (2007), and the 'Employment Anxiety of the Faculty of Sports Sciences Students' (2021) developed by Aslan and Uğraş (2021). Scale' was used as data collection tool. Frequency, percentage and mean calculations were made in the analysis of the data, and t-test, one-way ANOVA test and Pearson Correlation Analysis test were used in independent groups because of the normal distribution of the data. **Results:** As a result of the analyzes, while the participants' academic self-efficacy and job-seeking anxiety did not differ according to gender, department and grade level ($p>0.05$), the presence of work experience led to a significant difference in the level of job anxiety and academic grade point average in the level of academic self-efficacy ($p>0.05$). $p<0.05$. No significant relationship was found between academic self-efficacy and job anxiety ($p>0.05$). **Conclusion and Suggestions:** As a result, it can be said that students with work experience have less anxiety about finding a job, and students with a high academic average have higher academic self-efficacy levels.

Keywords: academic self-efficacy, job anxiety, sports sciences, student

SB114

Psikososyal Yapı İçerisinde Kişilik Özelliklerinin Sporcu Gelişiminde Rolü

Fatma Nur MEDENİ¹

¹Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Hareket ve Antrenman Bilimleri Bölümü, İstanbul

Spor eski çağlardan beri toplumlar içerisinde varlığını sürdürerek sosyal bir varlık olma özelliği koruyan insanın yaşam içerisinde ortak olarak gerçekleştirdiği bütün hareket sistemleri olarak adlandırılabilir. Yetişkinlikteki spor yapma davranışının temellerinin çocukluk döneminde oyun ile başladığı göz önüne alındığında bireyin biyolojik ve psikolojik gelişimi üzerinde etkilerinin araştırılması önemlidir. Kişilik, ise bireyin kendine has olarak geliştirdiği çevreye verdiği tepkileri belirleyen tutarlı psikolojik yapıya verilen isimdir. Sporun sadece bedensel olarak gerçekleştirilen bir niteliğe sahip olmaması son yıllarda yapılan çalışmalar sayesinde ortaya çıkmış ve spor performansı olgusunda psikolojik süreçlerin rolü önem kazanmıştır. Bu çalışma, Erikson'un psikososyal gelişim kuramından hareketle kişilik özelliklerinin sporcu gelişimindeki etkisinin ve sporun bireyin kişiliğini oluşturan dinamikler üzerindeki yol açtığı etkilerin incelenmesi amacıyla birincil kaynaklardan elde edilen bilgilerin derleme haline getirilmesiyle oluşturulan betimleyici bir çalışmadır. Bireyin kişilik özelliklerinin şekil almaya başladığı çocukluk dönemi içerisinde sportif faaliyetlere katılımının desteklenmesi yetişkin yaşamındaki psikolojik sağlığın, sürdürülmesi ve korunması için önemlidir. Gelişim dönemleri içerisinde spora katılım bireyin yeterlilik, öz saygı, öz güven, kimlik kazanımı, dayanıklılık ve aidiyet hissi gibi kendi benliğine yönelik pozitif algılara, dengeli bir duygudurumu geliştirmelerine ve sosyal ilişkilerinde olumlu yönde değişimlere yol açarak toplumların sağlıklı bireyler yetiştirme amacına hizmet etmektedir. Spor performansı kişilik özelliklerinden etkilenebildiği gibi, spora katılım gösteriyor olmak da kişiliğin dönüşüm geçirmesine olanak sağlamaktadır. Bu bağlam ile incelendiğinde sporcu gelişiminde kişilik faktörlerinin ölçümlenmesi zayıf ve güçlü yönlerin belirlenmesine ve buna yönelik eğitim ihtiyaçlarının giderilmesine olanak sağlayacaktır.

Anahtar Kelimeler: Kişilik, sporcu gelişimi, psikososyal gelişim

The Role of Personality Features in the Development of Athletes within the Psychosocial Structure

Sports can be called as all the movement systems that a person who maintains the property of being a social being by continuing to exist in societies since ancient times, performs jointly in life. Considering that the foundations of sports playing behavior in adulthood begin with play in childhood, it is important to investigate the effects of it on the biological and psychological development of an individual. Personality, on the other hand, is the name given to the consistent psychological structure that determines the individual's reactions to the environment he has developed on his own. The fact that sports do not have a quality that is performed only physically has emerged thanks to studies conducted in recent years, and the role of psychological processes in the phenomenon of sports performance has gained importance. This study is a descriptive study created by compiling information obtained from primary sources in order to examine the impact of personality traits on athlete development based on Erikson's psychosocial development theory and the effects of sports on the dynamics that make up an individual's personality. Supporting an individual's participation in sports activities during childhood, when their personality traits begin to take shape, is important for maintaining and protecting psychological health in adult life. Participation in sports during development periods serves the purpose of raising healthy individuals of societies by leading to positive perceptions of the individual's self, such as competence, self-respect, self-confidence, identity acquisition, endurance and sense of belonging, developing a balanced mood and positive changes in social relations. Just as sports performance can be influenced by personality traits, participating in sports also allows the personality to undergo transformation. When examined in this context, measuring personality factors in athlete development will allow determining weaknesses and strengths and eliminating training needs for this purpose.

Keywords: Personality, athlete development, psychosocial development

SB115

Zihinsel Antrenman Yapan ve Yapmayan Sporcuların Zihinsel Dayanıklılıkları Üzerine Bir Araştırma

Ayşe DELİKKAFİ¹, Rıdvan EKMEKÇİ²

¹Pamukkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi Spor Yöneticiliği, Bölümü, Denizli

²Pamukkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi Spor Yöneticiliği Bölümü, Denizli

Giriş: İyi bir sporcu yetenekli, teknik ve taktik becerileri iyi, yapmış olduğu spor branşının taleplerine göre fiziksel ve zihinsel özelliklere sahip olan kişidir. Bir sporcunun spordaki başarısı fiziksel performans kadar zihinsel performansına da bağlıdır. Ancak müsabakalara hazırlanan sporcular zaman zaman yoğun ve zorlu süreçlerden geçebilmektedirler. Bu durumda sporcunun başarısı hem fiziksel hem de zihinsel dayanıklılık düzeyine bağlıdır. Zihinsel antrenmanın amacı sporcuların zihinsel becerilerini en üst seviyeye çıkararak, antrenman ve maçlarda nasıl odaklanacaklarını, yapılan hata ve başarısızlık durumlarında kendilerine olan güvenlerini nasıl koruyacaklarını, baskıyla nasıl başa çıkacaklarını öğrenmelerine yardımcı olmaktadır. **Amaç:** Araştırmanın amacı, zihinsel antrenman yapan ve yapmayan sporcuların zihinsel dayanıklılık seviyelerini karşılaştırmaktır. **Yöntem:** Bu çalışmada nicel araştırma yönteminden anket yöntemi kullanılmıştır. Veriler Google forms üzerinden toplanmıştır. Araştırmada amaca yönelik gönüllülük esasına dayalı olarak 173 lisanslı sporcuya ulaşılmıştır. Ulaşılan 173 sporcuya Google forms üzerinden ‘Sporda Zihinsel Dayanıklılık’ envanteri uygulanmıştır. Elde edilen veriler SPSS 24 paket programı ile analiz edilmiştir. **Bulgular:** Araştırmanın bulgularına göre çalışmaya katılan 14-17 yaş aralığındaki sporcular %69.4 iken 18-23 yaş aralığındaki sporcular ise %30.6’dır. Çalışmadaki sporcuların %33.5’i kadın, %66.5’i erkektir. Buna ek olarak cinsiyet değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur. Erkek sporcuların zihinsel olarak daha dayanıklı olduğu sonucuna ulaşılmıştır ($p<0.05$). Zihinsel antrenman yapan sporcular yapmayan sporculara göre zihinsel dayanıklılık seviyeleri yüksek çıkmış ve istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur. Zihinsel antrenman yapan sporcuların ortalamaları %59.5 iken yapmayan sporcuların ortalamaları %40.5’tir ($p<0.05$). **Sonuç:** Sonuç olarak zihinsel antrenman yapmak sporcuların zihinsel dayanıklılıklarını arttırmaktadır. Cinsiyet değişkeni de zihinsel dayanıklılık üzerinde farklılık yaratan bir unsur olabilmektedir. **Öneriler:** Araştırmanın sonuçlarına göre sporcuların zihinsel olarak daha dayanıklı olabilmeleri için düzenli zihinsel antrenman yapmaları önerilebilir.

Anahtar Kelimeler: Spor, Zihinsel Antrenman, Zihinsel Dayanıklılık

A Study on the Mental Toughness of Athletes with and Without Mental Training

Introduction: A good athlete is a talented person with good technical and tactical skills and physical and mental characteristics according to the demands of the sports branch. An athlete's success in sports depends on his mental performance as well as his physical performance. However, athletes preparing for competitions occasionally undergo intense and challenging processes. In this case, the athlete's success depends on the level of both physical and mental toughness. Mental training aims to help athletes learn how to focus on training and matches, maintain their self-confidence in case of mistakes and failures, and cope with pressure by maximizing their mental skills. **Purpose:** The research aims to compare the mental toughness levels of athletes who do and do not do mental training. **Method:** In this study, the survey method, one of the quantitative research methods, was used. The data were collected through Google Forms. In the research, 173 licensed athletes were reached voluntarily. The ‘Sport Mental Toughness Questionnaire-SMTQ-14 The’ inventory was applied to 173 athletes reached via Google Forms. The obtained data were analyzed with the SPSS 24 package program. **Results:** According to the study's findings, while the athletes between the ages of 14-17 participating in the study were 69.4%, the athletes between the ages of 18-23 were 30.6%. 33.5% of the athletes in the study are female, and 66.5% are male. In addition, a statistically significant difference was found according to the gender variable. It was concluded that male athletes were more mentally tough ($p<0.05$). The mental endurance levels of the athletes who did mental training were higher than those who did not, and a statistically significant difference was found. While the average of the athletes who do mental training is 59.5%, the average of the athletes who do not is 40.5% ($p<0.05$). **Conclusion:** As a result, mental training increases the mental toughness of athletes. The gender variable can also be a factor that makes a difference in mental toughness. **Suggestions:** According to the research results, athletes should train regularly to be more mentally stable.

Keywords: Sport, Mental Training, Mental Toughness

SB116

Asrın Felaketi Nedeniyle Aktif Spor Yaşamına Ara Veren Hentbolcularda ve Basketbolcularda Kaygı Düzeyleri ve Stresin Etkisinin İncelenmesi

Gamze İŞLEYEN

Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

Giriş: Yerkabuğu içindeki kırılmalar nedeniyle ani olarak ortaya çıkan titreşimlerin dalgalar halinde yayılarak geçtikleri ortamları ve yer yüzeyini sarsma olayına "DEPREM" denir. Deprem gibi olağanüstü durumlar yaşam kalitesinde azalma, yaralanma, gelecek kaygısı gibi etkilere sebep olabilmektedir. Bu durum ise insanlarda stres ve kaygı durumunun artmasına sebep olmaktadır. Stres, kişilerin "bedensel ve ruhsal sınırlarının tehdit" edilmesidir. Kaygı ise, sonunda ne olacağını bilmeden duyulan belli belirsiz korkudur. Ülkemizde meydana gelen asrın felaketi olarak bilinen Kahramanmaraş merkezli olan depremde kişilerin kaygı ve stres düzeylerindeki artış yaşamı olumsuz etkilemiştir. **Bu çalışmada amaç;** deprem nedeniyle aktif spor yaşamına ara vermek zorunda kalan Hentbolcularda ve Basketbolcularda stres ve kaygı düzeylerinin incelenmesidir. **Yöntem:** Bu çalışmada örneklem grubu Osmaniye ilindeki yaş aralığı 15-18 olan, tamamı lise düzeyinde öğrenim görmekte olan, 69'u erkek ve 70'i kadın, toplamda 139 katılımcıdan oluşan hentbol ve basketbol sporcularından oluşmaktadır. Katılımcılara, kişisel bilgi formu, algılanan stres düzeylerini tespit etmek için Cohen, Kamarck ve Mermelstein (1983) tarafından geliştirilen ve Cahit Kaya (2017) tarafından Türkçeye uyarlanan " Algılanan Stres Ölçeği " ve sürekli kaygı durumunu tespit etmek için Spielberger ve arkadaşları (1970) tarafından geliştirilen ve Öner ve Le Compte (1985) tarafından Türkçeye uyarlanan " Sürekli Kaygı Ölçeği " uygulanmıştır. Elde edilen verilerin analizinde cinsiyet ve branş değişkenine göre algılanan stres düzeyini karşılaştırması ve sürekli kaygı düzeyi karşılaştırması için Mann Whitney U Testi, algılanan stres düzeyi ve sürekli kaygı durumu arasındaki ilişki durumunu incelemek için Spearman Correlations Testi ve yaş ve spor yapma süresi değişkenleri ile algılanan stres düzeyi karşılaştırması ve sürekli kaygı durumunu karşılaştırmasını incelemek için Kruskal Walliss H Testi kullanılmıştır. Elde edilen veriler için istatistiksel anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ olarak belirlenmiştir.

Bulgular: sporcuların yaş, cinsiyet, branş, spor yapma süresi değişkenlerine göre algılanan stres düzeyleri ve sürekli kaygı düzeylerinde istatistiksel olarak bir anlamlılık bulunamamıştır ($p > 0.05$). Hem basketbol hem hentbolcularda algılanan stres düzeyi ve sürekli kaygı durumu arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmıştır ($p < 0.05$). **Sonuç:** cinsiyet, yaş, branş, spor yapma yılı farketmeksizin tüm katılımcılarda algılanan stres düzeyi ve sürekli kaygı durumu normal düzeyde tespit edilmiştir. Algılanan stres düzeyindeki artışın, sürekli kaygı durumunu da arttırdığı görülmektedir. Küçük yaşlardan itibaren spor yapmanın kişide stres ve kaygı durumlarını olağanüstü durumlarda bile kontrol altında tutabilmeye sebep olduğu söylenebilir. Elde edilen sonuçlar neticesinde küçük yaşlardan itibaren spor yapmanın stres ve kaygı düzeylerine olumlu yönde etkide bulunduğu söylenebilir. Dolayısıyla çocukların küçük yaşlardan itibaren spora teşvik edilmesi önerilmektedir.

Anahtar kelimeler; Stres, Kaygı, Deprem, Hentbol, Basketbol

Investigation of Anxiety Levels and the Effect of Stress in Handball Players and Basketball Players Who Take a Break from Active Sports Life Due to the Disaster of the Century

Introduction: The phenomenon of shaking the environments and the ground surface where the vibrations that occur suddenly due to fractures in the earth's crust spread in waves is called earthquake. Stress is the 'threat of people's body and spiritual boundaries' Anxiety, on the other hand, is the vague fear of knowing what will happen in the end. In based Kahramanmaraş, known as the disaster of the century that occurred in our country the anxiety and stress levels of the people negatively affected life. **In this study, the aim;** It is aimed to examine the anxiety levels and the effect of stress in handball players and basketball players who took a break from active sports life due to the earthquake.

Method: Handball players and Basketball players in Osmaniye province, students with an age range of 15-18, 69 of whom are male and 70 are female athletes, the sampled stress scale and continuous anxiety scale consisting of 139 participants were applied. Participants were given a personal information form the 'Perceived Stress Scale' developed by Cohen Kamarck and Mermelstein (1983) to detect perceived stress levels and adapted into Turkish by Cahit Kaya (2017), and Spielberger et al. (1970) to detect trait anxiety Inventory developed and adapted into Turkish by Öner and Le Compte (1985) was applied. In the analysis of the data obtained, Mann Witney U Test to compare perceived stress level and trait anxiety level according to gender and branch variable Sperman Correlations Test to Examine the relationship between perceived stress level ant trait anxiety, and perceived stress level with age and duration of doing sports. Kruskal Walliss H Test was used to examine the comparison of stress and trait anxiety. The statistical significance level fort he obtained data was determined as $p < 0.05$. **Results:** No significance was found in the perceived

stress levels and continuous anxiety levels according to the age, gender, branch variables of the athletes ($p>0.05$). A significant relationship was found, albeit low the sampled stress scale and continuous anxiety both handball players and basketball players ($p<0.05$). **Conclusion:** The perceived stress level and continuous anxiety level in all participants, regardless of gender, age, branch, were determined at a normal level. It is seen that the increase in the perceived stress level also increases the state of trait anxiety. It can be said that doing sports from an early age causes the person to keep stress and anxiety situations under control even in extraordinary situations.

Keywords; Stress, Anxiety, Earthquake, Handball, Basketball

SB117

Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Akademik Özyeterlilik ve İş Bulma Kaygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Elif Seyda GÜLAY¹, Caner GÜN¹, Kaan SÖNMEZ¹, Öznur KARADAĞ¹, Selahattin AKPINAR¹

¹*Düzce Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Düzce*

Giriş ve Amaç: Bu araştırmanın amacı, spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin akademik özyeterlilik düzeyleri ve iş bulma kaygıları arasındaki ilişkiyi ve akademik özyeterlilik ile iş bulma kaygısında cinsiyet, iş deneyimi, öğrenim gördüğü bölüm, sınıf düzeyi, akademik not ortalaması değişkenlerine göre fark olup olmadığını incelemektir. **Yöntem:** Bu amaçla Düzce Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören 179 öğrenci araştırmaya gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından hazırlanan 'Kişisel Bilgi Formu', Jerusalem ve Schwarzer (1981) tarafından geliştirilen ve Yılmaz, Gürçay ve Ekici (2007) tarafında Türkçeye uyarlanan Akademik Özyeterlilik Ölçeği ve Aslan ve Uğraş (2021) tarafından geliştirilen 'Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin İş Bulma Kaygısı Ölçeği' kullanılmıştır. Verilerin analizinde frekans, yüzde ve ortalama hesaplamaları yapılmış, verilerin normal dağılım gösterdiği gerekçesi ile bağımsız gruplarda t testi, one way ANOVA testi ve Pearson Korelasyon Analizi testinden faydalanılmıştır. **Bulgular:** Yapılan analizler sonucunda katılımcıları cinsiyet, öğrenim gördüğü bölüm ve sınıf düzeyine göre akademik özyeterlilikleri ve iş bulma kaygıları farklılaşmaz iken ($p>0,05$), iş deneyiminin bulunması iş bulma kaygısı düzeyinde, akademik not ortalaması ise akademik özyeterlilik düzeyinde anlamlı bir farka yol açmıştır ($p<0,05$). Akademik özyeterlilik ile iş bulma kaygısı arasında ise anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır ($p>0,05$). **Sonuç ve Öneriler:** Sonuç olarak, iş deneyimine sahip olan öğrencilerin iş bulma kaygısının daha az olduğu akademik ortalaması yüksek olan öğrencilerin ise akademik özyeterlilik düzeylerinin daha yüksek olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: akademik özyeterlilik, iş bulma kaygısı, spor bilimleri, öğrenci

Investigation of the Relationship between Academic Self-Efficacy and Job Finding Anxiety of Faculty of Sport Sciences Students

Introduction and Purpose: The aim of this study is to examine the relationship between academic self-efficacy levels and job anxiety of students studying at the faculty of sports sciences, and whether there is a difference in academic self-efficacy and job anxiety according to the variables of gender, work experience, department, grade level, academic grade point average. **Method:** For this purpose, 179 students studying at Düzce University Faculty of Sports Sciences voluntarily participated in the research. The 'Personal Information Form' prepared by the researchers in the study, the Academic Self-Efficacy Scale developed by Jerusalem and Schwarzer (1981) and adapted to Turkish by Yılmaz, Gürçay and Ekici (2007), and the 'Employment Anxiety of the Faculty of Sports Sciences Students' (2021) developed by Aslan and Uğraş (2021). Scale' was used as data collection tool. Frequency, percentage and mean calculations were made in the analysis of the data, and t-test, one-way ANOVA test and Pearson Correlation Analysis test were used in independent groups because of the normal distribution of the data. **Results:** As a result of the analyzes, while the participants' academic self-efficacy and job-seeking anxiety did not differ according to gender, department and grade level ($p>0.05$), the presence of work experience led to a significant difference in the level of job anxiety and academic grade point average in the level of academic self-efficacy ($p>0.05$). $p<0.05$). No significant relationship was found between academic self-efficacy and job anxiety ($p>0.05$). **Conclusion and Suggestions:** As a result, it can be said that students with work experience have less anxiety about finding a job, and students with a high academic average have higher academic self-efficacy levels.

Keywords: academic self-efficacy, job anxiety, sports sciences, student

SB118

TÜRKİYE’DEKİ FUTBOL MENAJERİ PROFİLİ

Mustafa AÇIKGÖZ¹, Selçuk Mete YAZICI¹

¹Nişantaşı Üniversitesi

Spor kamuoyunda futbol menajerlerinin algılarını belirleyebilmek ve futbolcu-menajer ilişkisinin tespit edilmesi ve başarılı menajerliğin özelliklerini belirlemeye yönelik yapılan çalışmada 17 futbol menajeri ile mülakat yapılmıştır. Katılımcıların 4’ü lise, 11’i üniversite ve 2’si de doktora düzeyinde eğitime sahiplerdir. İki katılımcı hariç spor geçmişine sahip olduğu görülürken, en düşük futbol menajerliği 2 yıl, en yüksek ise 14 yıl olduğu; 3 katılımcının da futbol menajerliği dışında da işe sahip olduğunu ifade etmişlerdir. Katılımcıların futbol menajerliği dışında yapmış oldukları işlerin gayrimenkul yatırım, spor yatırım danışmanlık ve danışmanlık şirketi olduğu görülmüştür. Görüşmeler sonucunda ulaşılmış olan verilerin analizinde betimsel analiz tekniğinden yararlanılmıştır. Yapılan mülakat sonucunda elde edilen bulgular değerlendirildiğinde çoğu futbol menajerinin menajer yaşının önemli olduğunu; futbol menajerinin futbolcunun kariyer planlamasını oyun stilini ve kapasitesini bilmeli (bilgi ve tecrübesi)ne yönelik yaptığını; çocukluk döneminde “14 yaş ve daha erken” bir zaman diliminde futbolcunun futbol menajeri ile çalışmaya başlaması gerektiğini; futbol menajerinin futbolcu, aile, kulüp iletişimi açısından denge (köprü) iletişim becerilerine sahip olması gerektiği; futbol menajeri olabilmek için “liderlik” özelliği taşıması gerektiği; futbol menajerinin avukatlardan profesyonel destek almasının diğer profesyonel desteklerden daha önemli olduğu; bir futbol menajerinin en olumlu yanının “doğru kariyer planlaması” yapabilmesi iken en olumsuz yönün de “para odaklı olmak” olduğu; Futbolcu menajerini, futbol menajerinin de futbolcuyu seçerken dikkat ettiği “dürüstlük (güvenirlilik)” iken menajerin futbolcu seçerken dikkat ettiği özellik ise “futbola dair özellikler” olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca futbol menajerlerinin futbol dünyasına olumlu katkı sağladığı ve futbol menajerlerinin hukuksal bilgiye sahip olması gerektiğini ifade ettikleri görülmüştür. Kulüp menajer ilişkisinde çok eksikliklerin olduğu, kulüp menajer arasında kuralların olması yönünde de bunun esnek bir süreç olduğunu, bu paralelde de kuralların geçerli olamayacağını belirtmişlerdir. Katılımcılar futbol menajerleri ile ilgili medya odaklı tanıtımların olumlu sonuç yaratmadığı, toplumun futbol menajerleri ile ilgili olumlu düşüncelere sahip olmadığını ifade etmişlerdir.

Anahtar Kelimeler: Futbol, Menajer

Football Agent Profile in Turkey

In the study conducted to determine the perceptions of football agents in the sports public, to determine the footballer-agents relationship and to determine the characteristics of successful management, 17 football agents were interviewed. 4 of the participants have high school education, 11 have university education and 2 have doctorate level education. Except for two participants, it is seen that he has a sports background, while the lowest football agent is 2 years and the highest is 14 years; They stated that all 3 participants have jobs other than football agent. It has been seen that the works of the participants other than football agent are real estate investment, sports investment consultancy and consultancy company. Descriptive analysis technique was used in the analysis of the data obtained as a result of the interviews. When the findings obtained as a result of the interview are evaluated, it is seen that the age of the agent is important for most football agents; the football agent does the career planning of the football player in order to know his playing style and capacity (knowledge and experience); that the football player should start working with the football agent at a “14 years old and earlier” period in childhood; the football agent should have balance (bridge) communication skills in terms of football player, family, club communication; to be a football agent, he must have a “leadership” feature; it is more important for the football agent to get professional support from lawyers than other professional support; While the most positive aspect of a football agent is that he can make “correct career planning”, the most negative aspect is “to be focused on money”; It has been concluded that "honesty (reliability)" is considered when choosing the football agent and the football agent is paying attention to the football player, while the feature that the agent pays attention to when choosing a football player is "features about football". In addition, it was seen that football agents contributed positively to the football world and stated that football agents should have legal knowledge. They stated that there are many deficiencies in the club-agent relationship, that it is a flexible process to have rules between the club-agent, and that the rules cannot be valid in parallel. Participants stated that media-oriented promotions about football agents did not produce positive results, and the society did not have positive thoughts about football agents.

Key words: Football, Agent

SB119

Ankara Büyükşehir Belediyesi Spor Kulübü, Ego Spor Kulübü, Aski Spor Kulübü Yöneticilerinin Spor Sponsorluğu Kavramına Bakış Açılarının İncelenmesi

Oğuzhan ÖZSOY¹, Gözde ALGÜN DOĞU¹

¹Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi

Giriş: Spor sponsorluğu, günümüzde sponsorluk uygulamaları içinde önemli bir yere sahiptir. Sporun evrensel iletişimi sağlaması nedeniyle geniş hedef kitleye sahip olması, kurumların sponsorluklarda sporu tercih etme nedenleri arasındadır. Spor sponsorluğu kavramı, çeşitli sponsorluklar yolu ile firmaya sağladığı faydalarının yanı sıra, toplumda kimlik kazandırmak, satış arttırmaya yardım etmek, firma imajını geliştirmek, vergi avantajı yakalamaya imkan tanıması olarak değerlendirilmektedir. Diğer taraftan firmaların olumlu bir kurumsal imaj oluşturulabilmesinde sponsorluk faaliyetlerinin önemli bir payı bulunmaktadır. **Amaç:** Spor sponsorluğu, sponsorluk türleri içerisinde en fazla rağbet gören alan olması nedeni ile incelenmesi önem teşkil etmektedir. Bu çalışmanın amacı sponsorluk uygulamalarının spor yöneticileri açısından incelenmesidir. Yapılan araştırma sonucunda katılımcıların sponsorluk bakış açıları bu araştırma kapsamında belirlenmeye çalışılmıştır. **Yöntem:** Araştırmanın evrenini; Ankara ilindeki spor yöneticileri oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklem grubunu ise; Ankara Büyükşehir Belediye Spor Kulübü, Ego Spor Kulübü ve Aski Spor Kulübünde bulunan toplam 8 spor yöneticisi oluşturmaktadır. Bu çalışmada, Ankara’da çeşitli spor kulüplerinde yöneticilik yapan spor yöneticilerinin spor sponsorluğu kavramına bakış açılarının betimlenmesi amacıyla; nitel araştırma desenlerinden fenomenoloji (olgu bilim) deseni kullanılmıştır. Olgu bilim araştırmaları temelinde, kişilerin yaşanan bir olguyu kendi bakış açısına dayanarak aktarabilmesi ve deneyimlerinin ifade edilmesine imkan tanır. **Bulgular:** Çalışmaya gönüllü 8 spor yöneticisi katılmıştır. Araştırmanın demografik bilgileri incelendiğinde çalışmaya 36-62 yaş aralığında, eğitim durumu lisans ve lisansüstü olan toplamda 8 erkek spor yöneticisinden oluşmaktadır. Katılımcıların %75’i lisans mezunu, %25 ise lisansüstü mezundur. Spor yöneticilerinin sponsorluğa ait bakış açılarının incelendiği bu çalışmada, spor yöneticileri kulübe ekonomik katkı ve kulüp tanıtımını ön planda tutmaktadır. Günümüzde sponsorluk beklentilerinin tam olarak karşılanamadığı konusunda spor yöneticileri hemfikirdir. Sponsorluk anlaşmalarını artırmak için spor yöneticilerinin görüşleri spor altyapılarına önem vermek, başarılı sporcular yetiştirmek, başarılı sporcular transfer etmenin önemli olduğunu belirtmişlerdir. Sponsorlukların etkin ve verimli kullanılabilmesi için vergi düzenlemeleri, kamu, belediye, özel sektör ortaklığı, sosyal sorumluluklar ve hedef kitlelerin önemli olduğu vurgulanmıştır. **Sonuç:** Sonuç olarak spor yöneticilerinin sponsorluğa ait bakış açılarının incelendiği bu çalışmada, sponsorluk anlaşmalarının kulüp beklentilerini karşılamadığı ve kulüplere istenilen düzeyde katkı sağlamadığı sonucuna varılmıştır. **Öneriler:** Sonuçlar doğrultusunda, sponsorluğun geliştirilmesi için kamu ve özel sektör kuruluşları sponsorluğa özendirilmeli. Firmaların ve kamuoyunun spor sponsorluğu konusunda bilgi eksikliği giderilmeli. Sponsorluk yasaları gözden geçirilmeli ve vergi yasalarında spor sponsorluğu ile ilgili alanlarda iyileştirmeler önerilmektedir.

Anahtar kelimeler: Spor sponsorluğu, spor yöneticileri, spor yönetimi

Analyzing The Perspectives of Ankara Metropolitan Municipality Sports Club, Ego Sports Club, Aski Sports Club Managers on The Concept of Sports Sponsorship

Introduction: Sports sponsorship has an important place in sponsorship practices today. The fact that sports has a wide target audience due to its universal communication is among the reasons why organizations prefer sports in sponsorships. The concept of sports sponsorship, in addition to the benefits it provides to the company through various sponsorships, is evaluated as providing identity in the society, helping to increase sales, improving the image of the company, and providing tax advantages (Bozkurt & Kartal, 2008). On the other hand, sponsorship activities have an important role in creating a positive corporate image of companies. **Objective:** Since sports sponsorship is the most popular area among sponsorship types, it is important to examine it. The aim of this study is to examine sponsorship practices in terms of sports managers. As a result of the research, the sponsorship perspectives of the participants were tried to be determined within the scope of this research. **Method:** The population of the study consists of sports managers in Ankara. The sample group of the research consists of a total of 8 sports managers in Ankara Metropolitan Municipality Sports Club, Ego Sports Club and Aski Sports

Club. In this study, in order to describe the perspectives of sports managers who are managers of various sports clubs in Ankara on the concept of sports sponsorship; phenomenology (phenomenology) design, one of the qualitative research designs, was used. On the basis of phenomenological research, it allows people to convey a phenomenon based on their own point of view and to express their experiences. **Results:** Voluntary 8 sport managers participated in the study. When the demographic information of the study is examined, the study consists of 8 male sport managers in the age range of 36-62 years, with undergraduate and graduate education. 75% of the participants are undergraduate graduates and 25% are postgraduate graduates. In this study, which examines the perspectives of sports managers on sponsorship, sports managers prioritize economic contribution to the club and club promotion. Today, sport managers agree that sponsorship expectations are not fully met. In order to increase sponsorship agreements, sports managers stated that it is important to give importance to sports infrastructures, to train successful athletes and to transfer successful athletes. It was emphasized that tax regulations, public, municipality, private sector partnership, social responsibilities and target audiences are important for the effective and efficient use of sponsorships. **Conclusion:** As a result, in this study, which examined the perspectives of sports managers on sponsorship, it was concluded that sponsorship agreements do not meet the expectations of the clubs and do not contribute to the clubs at the desired level. **Suggestions:** In line with the results, public and private sector organizations should be encouraged to develop sponsorship. The lack of knowledge of companies and the public about sports sponsorship should be eliminated. Sponsorship laws should be reviewed and improvements should be made in tax laws in areas related to sports sponsorship.

Keywords: Sport sponsorship, sport managers, sport management

SB120

Covid-19 Pandemisinin Spor Etkinlikleri ve Organizasyonlarına Etkisi

Hamza CAMCI

Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü

Koronavirüs, dünya üzerinde büyük bir etki göstermesiyle birlikte spor sektörü birçok yönden etkilendi. Başta uluslararası spor organizasyonları olmak üzere, spor etkinliklerini, yöneticilerini ve sporcuları direkt etkileyen bu krizle başa çıkabilmek için yeni yöntemler geliştirdi. Bazı spor endüstrileri, pandemiye uyum sağlayabilmek için ürünlerini, yönetimlerini ve işleyiş süreçlerini değiştirerek yapılarını ve performansları duruma göre uyarladılar. Pandemi sürecinde edinilen yeni tecrübeler, spor organizasyonlarında kriz yönetimine ihtiyaç duyduğunu gösterdi. Spor organizasyonlarını, gelecekteki ihtiyaç ve sorunlara hazırlıklı olabilmek için farklı bir bakış açısıyla yönetmenin gerekliliği ortaya çıktı. Bunun için pandemi dönemini tecrübe eden ve bu dönemde yönetilen organizasyonlardaki geri bildirimleri deneyimleyen spor yöneticilerinin fikirleri, benzer krizlerde spor sektöründe oluşabilecek problemlerin daha kısa sürede ve etkin bir şekilde çözümlenmesine yardımcı olabilir.

Anahtar Kelimeler: Covid-19 Pandemisi, Spor Sektörü, Spor Organizasyonları, Spor Etkinlikleri, Spor Turizmi

The Effect of the Covid-19 Pandemic on Sports Events and Organizations

With the coronavirus having a great impact on the world, the sports industry has been affected in many ways. This sector has developed new methods to deal with this crisis, which directly affects sports events, administrators and athletes, the biggest impact of which is international sports organizations at the beginning. In order to adapt to the pandemic, some sports industries have changed their products, management and operating processes, adapting their structures and performances to the situation. New experiences gained during the pandemic process showed that sports organizations need crisis management. The necessity of managing sports organizations from a different perspective has emerged in order to be prepared for needs and problems. For this, the ideas of sports managers who have experienced the pandemic period and the feedback from the organizations managed during this period can help to solve the problems that may occur in the sports sector in similar crises in a shorter time and effectively.

Keywords: Covid-19 Pandemic, Sports Industry, Sports Organizations, Sports Events, Sports Tourism

SB121

Spor Ekonomisi Alanında Bilimsel Yayınların Değerlendirilmesi: Web of Science Veri Tabanı Üzerine Bir Bibliyometrik Çalışma

Münevver ULUSAY¹, Muzaffer Toprak KESKİN², Nurten ULUSAY³, Şevket Cihat ÖZER⁴

¹*Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*

²*Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi*

³*Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*

⁴*Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi*

Spor ekonomisi, sporun ekonomik boyutunu ve etkilerini inceleyen genç ve gelişmekte olan bir bilim dalıdır. Spor, 1990'lı yıllardan itibaren amötlükten çıkarak para kazandıran bir sektör haline gelmiş ve spor endüstrisinin gelişmesine katkı sağlamıştır. Spor ekonomisi, spor endüstrisinde üretilen ve tüketilen ürün ve hizmetlerin ekonomik değerini ve sporun diğer sektörlerle olan etkileşimini incelemektedir. Ayrıca, spor bilimlerinin teorik yönü ile spor ve iktisat arasındaki bağlantıyı da araştırmaktadır. Bu çalışmada, spor ekonomisi alanındaki akademik yayınların bibliyometrik analizi yapılmıştır. Web of Science veri tabanında 1981-2023 yılları arasında spor ekonomisi ile ilgili 1748 farklı kaynaktan yayınlanmış 11.612 çalışma incelenmiştir. R Studio yazılımı ile verilerin görselleştirilmesi sağlanmıştır. Çalışmada, spor ekonomisi alanındaki yayınların; yazarlar, ülkeler, kurumlar, dergiler, anahtar kelimeler, atıflar ve kaynaklar açısından dağılımı ve ilişkileri ortaya konmuştur. Ayrıca, spor ekonomisi alanındaki araştırma eğilimleri ve boşluklar belirlenmiştir. Çalışma sonucunda, spor ekonomisi alanındaki yayın sayısının 1992'den sonra artış gösterdiği ve ortalama yıllık % 13.5 büyüme oranına sahip olduğu görülmektedir. Spor ekonomisi alanında en çok yayın yapılan kaynağın 464 tane yayımla "Sport in Society" olduğu görülmektedir. Spor ekonomisi alanında en çok çalışma yapan ülkenin ABD ve devamında Birleşik Krallık, Avustralya ve Kanada olarak devam ettiği ve Türkiye'nin 307 yayını ile 23. sırada olduğu görülmektedir. Yayınlarında en çok kullanılan anahtar kelimenin spor ve daha sonra sırasıyla futbol, cinsiyet ve sosyal medya olduğu görülmektedir. Çalışmanın, her geçen gün daha fazla ilgi gören spor ekonomisi alanındaki mevcut durumu göstermesi ve gelecekteki araştırmalara yön vermesi hedeflenmektedir.

Anahtar Kelimeler: Bibliyometrik Analiz, Spor Ekonomisi, Spor Pazarlaması, Spor Yönetimi

Evaluation of Scientific Publications in the Field of Sports Economics: A Bibliometric Study on Web of Science Database

Sports economics is a young and developing branch of science that examines the economic dimension and effects of sports. Sports has become a sector that makes money by moving away from amateurism since the 1990s and has contributed to the development of the sports industry. Sports economics examines the economic value of the products and services produced and consumed in the sports sector and the interaction of sports with other sectors. In addition, it also investigates the connection between sports and economics with the theoretical aspect of sports science. In this study, a bibliometric analysis of academic publications in the field of sports economics was conducted. 11,612 studies published in 1748 different sources related to sports economics in the Web of Science database between 1981-2023 were examined. The data were visualized with R Studio software. The study revealed the distribution and relationships of publications in the field of sports economics in terms of authors, countries, institutions, journals, keywords, citations and sources. In addition, the research trends and gaps in the field of sports economics were identified. The study results showed that the number of publications in the field of sports economics increased after 1992 and had an average annual growth rate of 13.5%. The most published source in the field of sports economics was "Sport in Society" with 464 publications. The most productive country in the field of sports economics was the USA, followed by the UK, Australia and Canada, and Turkey ranked 23rd with 307 publications. The most used keyword in the publications was sports, followed by football, gender and social media. The study aimed to show the current situation in the field of sports economics, which attracts more attention every day, and to guide future research.

Keywords: Bibliometric Analysis, Sports Economics, Sports Marketing, Sports Management

SB122

Kadın Futbolcularda Isınmada Yapılan Ön Yüklenmenin Aktif Sıçrama Performansı Üzerine Akut Etkisi

Nurcan COŞKUN¹, Yusuf KÖKLÜ¹, Murat ÇELİK¹, Bilal Utku ALEMDAROĞLU¹

¹Pamukkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Denizli, Türkiye

Giriş ve Amaç: Günümüzde ısınma çalışmalarında da kombine çalışmaları yapılmaktadır. Kombine çalışmalarında çoğunlukla ısınmada ön yüklenme etkisi (ÖYE) yöntemi kullanılmaktadır (Chatzopoulos ve ark., 2007; Bevan ve ark., 2010). ÖYE etkisi ile güçlendirme çalışmaları, sporcularda akut bir güç gelişiminde artış sağladığı ve yeni bir uygulama olarak bilinmektedir. ÖYE patlayıcı bir hareket öncesinde biyomekaniksel olarak aynı gelişimdeki bir kuvvet hareketinin uygulanması sonrasında sporcunun akut olarak performansının artması olarak tanımlanmaktadır (Lorenz 2011). Literatürde erkek futbolcularda ısınmada yapılan ön yüklenmenin sıçrama performansı üzerine akut etkisi ile ilgili çalışmalar bulunmasına rağmen kadın futbolcularda sınırlı sayıda çalışma bulunmaktadır. Bu sebeple; bu çalışma, kadın futbolcularda ısınmada uygulanan ön yüklenmedeki set sayısının aktif sıçrama performansı üzerine akut etkisini incelemek amacıyla yapılmıştır. **Yöntem:** Bu çalışmaya Denizli Kaplanlar Spor Kulübünde aktif olarak futbol oynayan 15 sağlıklı kadın sporcu (yaş: 16,7+ 1,5 yıl, boy uzunluğu:164,1+ 7,5 cm, vücut ağırlığı:71,1+ 14,3 kg, antrenman yaşı:3,9+1,8 yıl, 1TM:71,1+14,1 kg) gönüllü olarak katılmıştır. Ölçümlere başlamadan ısınma protokolü, skuat ve sıçrama hareketlerinin uyum çalışması uygulanmış ve gönüllük formları doldurtulmuştur. Sporcular birinci test gününde antropometrik ölçümleri (boy uzunluğu, vücut ağırlığı, antrenman yaşı), yüksüz sıçrama değerleri ve 1 tekrarlı maksimalleri belirlenmiştir. İkinci test gününde, beş dinamik ısınma hareketi sonrası iki dakika dinlenme sonrası, 1 tekrarlı maksimalin (1 TM) %90 ile 3 tekrarlı yarım skuat, 4 dakika dinlenme ve 2 aktif sıçrama performans değeri kayıt edilmiş, iki sıçrama arası 15 saniye dinlenme ve set sonrası bir dakika dinlenme verilmiştir. Çalışmada sporcular skuat hareketini üç set olarak uygulamışlardır ve aynı test prosedürü 2. Set ve 3. Sette de uygulanmıştır. Verilerin istatistiksel analizi için SPSS paket programı ile belirlenmiştir. Tanımlayıcı değerlere ait ortalama ve standart sapma olarak verilmiştir. Tekrarlı ölçümlerde varyans analizi uygulanarak ölçümler arasında fark olup olmadığına, farkın nereden kaynaklandığını post – hoc testi kullanılmıştır. **Bulgular:** Yapılan istatistiksel analiz sonucunda, ön yüklenme olmadan uygulanan aktif sıçrama performansları arasında anlamlı fark olduğu saptanmıştır. 1. sette yapılan ön yüklenme sonrasında elde edilen aktif sıçrama performansında, ön yüklenme olmadan yapılan ve 2. set ve 3. set arasında anlamlı fark görülmüştür. Yapılan çalışmada 2. set ve 3. set arasında anlamlı fark tespit edilememiştir. Fakat ön yüklenme olmadan yapılan aktif sıçrama performansından daha yüksek sonuç vermiştir. **Sonuç:** Isınmada yapılan egzersizde 1. setin ön yüklenme sonrasında aktif sıçrama performansına etkisinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Isınmada yapılan 2. set ve 3. setin ön yüklenme sonrasındaki aktif sıçrama performansının etkisi azaldığı görülmüştür fakat ön yüklenme olmadan yapılan sıçrama performansından daha iyi olduğu sonucuna varılmıştır. **Öneriler:** Çalışmanın sonuçlarına göre kadın futbolcularda ısınma esnasında, tek set yapılan yüklenmede akut bir etki durumunun söz konusu olduğu söylenebilir. Ancak, antrenörler ve spor bilimciler için 2. set ve 3. setteki etkide ön yüklenme olmadan yapılan aktif sıçrama performansına göre düşüş gözlenmediği için iki ve üç sette uygulayabilmeleri önerilmektedir.

Anahtar kelimeler; Futbol, Kuvvet, Isınma, Sıçrama, Ön Yüklenme Etkis

The Acute Effect of Warm-Up Preloading on Countermovement Jump Performance in Female Soccers

Introduction and Purpose: Today, combined studies are also carried out in warm-up studies. In combined studies, the post activation potentiation (PAP) method is mostly used in warm-up (Chatzopoulos et al., 2007; Bevan et al., 2010). Strength exercises with the effect of PAP are known to provide an acute increase in strength development in athletes and is a new practice. PAP is defined as an acute increase in the

performance of the athlete after the application of a force movement of the same development biomechanically before an explosive movement (Lorenz 2011). Although there are studies in the literature on the acute effect of preloading during warm-up on jumping performance in male soccer players, there are limited number of studies in female soccer players. Therefore; this study was conducted to examine the acute effect of the number of sets in preload applied during warm-up on countermovement jump performance in female soccer players. **Method:** In this study, 15 healthy female athletes (age: 16.7+ 1.5 years, height: 164.1+ 7.5 cm, body weight: 71.1+ 14.3 kg,) actively playing soccer in Denizli Kaplanlar Sports Club, training age:3.9+1,8 years, 1TM:71.1+14.1 kg) participated voluntarily. Before starting the measurements, the warm-up protocol, squat and jumping exercises were applied and volunteer forms were filled. Anthropometric measurements (height, body weight, training age), unloaded jump values and 1 repetition maximals of the athletes were determined on the first test day. On the second test day, after five dynamic warm-up movements, after two minutes of rest, 1 repetitive maximal (1 TM) 90% to 3 repetitive half squats, 4 minutes of rest and 2 countermovement jumps performance values were recorded, 15 seconds of rest between two jumps and after a set. One minute rest was given. In the study, the athletes applied the squat movement in three sets and the same test procedure was applied in the 2nd and 3rd sets. It was determined with the SPSS program for the statistical analysis of the data. The descriptive values are given as the mean and standard deviation. In repeated measurements, analysis of variance was applied and post-hoc test was used to determine whether there was a difference between the measurements and where the difference originated. **Results:** As a result of the statistical analysis, it was determined that there was a significant difference between the countermovement jump performances applied without preload. There was a significant difference in the countermovement jump performance obtained after preloading in the 1st set, between the 2nd and 3rd sets performed without preloading. In the study, no significant difference was found between the 2nd set and the 3rd set. However, it gave higher results than the active jumping performance without preload. **Conclusion:** In the warm-up exercise, it was determined that the 1st set had a higher effect on the countermovement jump performance after preload. It was observed that the effect of the countermovement jump performance after the preload of the 2nd and 3rd sets performed during the warm-up was decreased, but it was concluded that it was better than the jump performance performed without preload. Practical Application: According to the results of the study, it can be said that there is an acute effect situation in a single set of loading during warm up in female soccer players. However, it is recommended for trainers and sports scientists that they can apply it in two and three sets, since there is no decrease in the effect of the 2nd and 3rd sets compared to the countermovement jump performance without preload.

Key Words: Soccer, Strength, Warm-up, Jumping, Post Activation Potentiation.

SB123

Futbolda Ev Sahibi Olma Avantajı:

2021-2022 Sezonu UEFA Şampiyonlar Ligi ve Avrupa Ligi Değerlendirmesi

Erhan IŞIKDEMİR¹, Kadir DEMİR², Şevket Cihat ÖZER³

¹Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitim Bölümü, Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı, Nevşehir.

²Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitim Bölümü, Nevşehir.

³Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı, Nevşehir.

Futbolda müsabaka analizi takımların başarı ve başarısızlıklarını değerlendirme noktasında önemli bir araçtır. Ev sahibi takım olma avantajı, müsabakalarda başarı elde etme üzerinde önemli bir etken olarak değerlendirilir. Bu çalışmanın amacı, kulüpler düzeyinde düzenlenen UEFA Şampiyonlar Ligi ve UEFA Avrupa Liginde 2021-2022 sezonda oynanan ev sahibi olma avantajının teknik kriterler üzerine olan

etkisinin incelenmesidir. Verilerinin toplanması evresinde betimsel tarama yönteminden faydalanılmıştır. Araştırma kapsamında UEFA Şampiyonlar Ligi ve Avrupa Liginde tarafsız sahada oynanan final maçları hariç toplam 262 futbol karşılaşması ve bu maçlarda atılan toplam 744 gol ev sahibi ve deplasman takımları açısından incelenmiştir. Atılan goller, golün atıldığı dakika aralığı, golün atıldığı bölge (Ceza Sahası İçi: CSİ; Ceza Sahası Dışı: CZD), golün atılış biçimi (Kafa vuruşu; Ayak Vuruşu), gol öncesi topa temas sayısı (1 Temas: 1T; 2 Temas: 2T; 3 Temas: 3T; 4 Temas + >4T), gol öncesi hücum yönü ve duran toptan kaydedilen goller (Köşe Vuruşu; Penaltı ve Serbest Vuruş) olarak ev sahibi ve deplasman takımı açısından değerlendirilmek üzere sınıflandırılmıştır. İncelenen gollere ilişkin görüntülere, açık erişim izniyle UEFA resmi internet sitesi üzerinde ulaşılmıştır. Elde edilen verilere ilişkin değerlendirilmesi için frekans (f) ve yüzde (%) hesaplanmış, Shapiro-Wilk test sonuçlarına göre verilerin normal dağılım göstermediğinden dolayı gruplar arasındaki farka bakmak için Kruskal-Wallis testi uygulanmış ve anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ olarak kabul edilmiştir. Analiz sonuçlarına göre müsabakaların 01-15 dakikaları arasında ve 90+ bölümlerinde atılan goller incelendiğinde; bir temas ile atılan gol sayısının, ceza sahası içinden atılan gol sayısının, kafa vuruşu ile atılan gol sayısının ev sahibi takım lehine anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür ($p < 0.05$), diğer değişkenler açısından anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p > 0.05$). Bu sonuçlara göre ev sahibi takımların, müsabakaların özellikle ilk bölümünde ve uzatmaya giden müsabakalarda gol bulma noktasında daha avantajlı olduğu, ceza sahası içinde başarı yüzdesinin daha yüksek olduğu ve bununda gol sayısına yansıdığı dolayısıyla ev sahibi olmanın bu noktada önemli bir avantaj olduğu düşünülmektedir.

Anahtar Kelime: Futbol, Ev Sahibi Avantajı, Gol, Video Analiz

Homefield Advantage in Soccer: UEFA Champions League and Europa League Evaluation for the 2021-2022 Season

Competition analysis in football is an important tool in evaluating the teams' successes and failures. The home team advantage is considered as an important factor in achieving success in competitions. The purpose of this study is to examine the effect of the home team advantage on technical criteria in the UEFA Champions League and UEFA Europa League matches played in the 2021-2022 season at the club level. Descriptive survey method was used in the data collection phase. A total of 262 football matches and 744 goals scored in these matches were examined in terms of home and away teams, except for the final matches played in neutral fields in the UEFA Champions League and Europa League. The goals scored were categorised according to the interval of the goal scored, the area of the goal scored (Inside Penalty Area: IPA; Outside Penalty Area: OPA), the manner of the goal scored (Header; Foot), the number of touches before the goal (1 Touch: 1T; 2 Touches: 2T; 3 Touches: 3T; 4 Touches + >4T), the attacking direction before the goal and goals scored from set pieces (Corner; Penalty and Free Kick) for both the home and away teams. The images of the analysed goals were accessed on the official UEFA website with open access permission. Frequency (f) and percentage (%) were calculated for the evaluation of the data obtained, and since the data did not show normal distribution according to the Shapiro-Wilk test results, Kruskal-Wallis test was applied to look at the difference between the groups and the significance level was accepted as $p < 0.05$. According to the results of the analysis, when the goals scored in the 01-15 minutes and 90+ sections of the competitions were examined; it was seen that the number of goals scored with single contact, the number of goals scored from inside the penalty area, the number of goals scored with a header were significantly higher in favour of the home team ($p < 0.05$), while there was no significant difference in terms of other variables ($p > 0.05$). According to these results, it has been observed that the home teams were more advantageous in finding goals, especially in the first part of the matches and in the matches that go into extra time. In addition, it is thought that home teams have a higher success rate inside the penalty area, which is reflected in the number of goals scored, so being the home team is considered an important advantage in this regard.

Key Words: Soccer, Homefield Advantage, Goal, Video Analysis

SB124

Erkek ve Kadın Aktif Sporcular Arasında Performans Farklılıkları: Aerobik ve Anaerobik Güç Değerleri Üzerine Bir Çalışma

Muhammed Said YANAR^{1,2}, Orhan GÖK¹, Haydar AVCI², Burak ÖZEN², Buse DOĞRU², Pervil KARAOĞLAN², Levent CEYLAN³

¹Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Türkiye

²Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Türkiye

³Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Türkiye

Amaç: Çalışmada aktif spor yapan kadın ve erkek sporcuların aerobik ve anaerobik güç değerleri arasındaki farklılıkların incelenmesi amaçlanmıştır. **Materyal ve Metot:** Çalışmaya, Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda öğrenim gören ve aktif olarak spor yapan 24 erkek (yaş ort: 21,20±1,25 yıl; vücut ağırlığı ort: 72,41±8,35 kg; boy ort: 178,62±4,68 cm) ve 18 kadın (yaş ort: 21,22±1,86 yıl; vücut ağırlığı ort: 58,11±5,22 kg; boy ort: 166,16±4,84 cm) olmak üzere toplam 42 öğrenci katılmıştır. Katılımcılar, oksijen saturasyonu, dikey sıçrama ve 20 metre mekik koşusu (Max Vo₂) testlerine tabi tutulmuştur. Verilerin istatistiksel analizi için SPSS 23.0 istatistik programı kullanılmıştır. İkili grupların karşılaştırılmasında bağımsız t-test kullanılmış olup değişkenler arası ilişkiler Pearson Kolerasyon katsayısı yöntemiyle belirlenmiştir. **Bulgular:** Analiz sonuçlarına göre, erkek ve kadınlar arasında dikey sıçrama (kw) ve MaxVo₂ arasında erkek sporcular lehine anlamlı fark bulunmuştur (p<0,05). Oksijen saturasyonu ölçümü sonucunda erkek ve kadın sporcular arasında anlamlı fark saptanmamıştır (p>0,05). Katılımcıların yaş ile dikey sıçrama (kw) MaxVo₂ ve Oksijen saturasyonunda anlamlı ilişki saptanmamıştır (p>0,05). Sporcu yaşı parametrelerine bakıldığında MaxVo₂ değişkeninde anlamlı ilişki saptanmıştır (p<0,05). Sporcu yaşı arttıkça MaxVo₂ arttığı sonucuna varılmıştır. **Sonuç:** Çalışma sonuçlarına göre erkeklerin genellikle kadınlardan daha yüksek kas kütlelerine sahip olmaları ve bu nedenle kuvvet ve kuvvet temelli aktivitelerde daha üstün olmalarıyla açıklanabilir. Diğer yandan, erkeklerin genellikle daha yüksek testosteron seviyelerine sahip olmaları da bu üstünlüğü etkileyebilir. Oksijen saturasyonu açısından kadınlar ve erkekler arasında bir fark bulunmaması, kadınların solunum sistemi kapasitelerinin erkeklerden farklı olmayabileceğini gösterir. Sporcu yaşının MaxVo₂ performansı ile ilişkili olması, spor yaşının yükseldikçe fiziksel performansı yükseltebileceği gerçeğini yansıtabilir.

Anahtar Kelimeler: aerobik güç, dikey sıçrama, oksijen saturasyonu

Performance Differences between Male and Female Active Athletes: A Study of Aerobic and Anaerobic Power Values

Aim: The aim of the study was to investigate the differences between aerobic and anaerobic power values of male and female athletes who actively participate in sports. **Material and Method:** A total of 42 students, 24 males (mean age: 21.20±1.25 years; mean weight: 72.41±8.35 kg; mean height: 178.62±4.68 cm) and 18 females (mean age: 21.22±1.86 years; mean weight: 58.11±5.22 kg; mean height: 166.16±4.84 cm) studying and actively participating in sports at Osmaniye Korkut Ata University, School of Physical Education and Sports, participated in the study. Participants were tested for oxygen saturation, vertical jump and 20 metre pendulum run (Max Vo₂). SPSS 23.0 statistical program was used for statistical analysis of data. The independent t-test was used to compare the paired groups, and the relationships between the variables were determined by the Pearson Correlation coefficient method. **Results:** According to the results of the analysis, a significant difference was found between the vertical jump (kw) and MaxVo₂ between men and women in favor of male athletes (p < 0.05). When oxygen saturation was measured, no significant difference was found between male and female athletes (p > 0.05). There was no significant relationship between age and vertical jump (kw), Max Vo₂ and oxygen saturation of the participants (p > 0.05). When the age parameters of the athletes were examined, a significant relationship was found for the MaxVo₂ variable (p < 0.05). It was concluded that MaxVo₂ increased with increasing age of the athlete. **Conclusion:** According to the results of the study, this can be explained by the fact that men generally have higher muscle mass than women and are therefore superior in strength and strength-related activities. On the other hand, the fact that men generally have higher testosterone levels may also influence this advantage. The lack of difference between men and women in terms of oxygen saturation suggests that the capacities of the respiratory system of women do not differ from those of men. The fact that athlete age is associated with MaxVo₂ performance may reflect the fact that physical performance increases as athletes age.

Keywords: aerobic power, vertical jump, oxygen saturation

SB125

Türkiye’de Fiziksel Etkinlik Müdahale Planı İçeren Tez Çalışmalarının İncelenmesi

Ayberk KORKMAZ¹, Sıla GÖKMAN², Beste ERCAN³, Gonca EREN⁴, Günay YILDIZER⁴

¹Eskişehir Teknik Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Rekreasyon Anabilim Dalı

²Eskişehir Teknik Üniversitesi Lisansüstü Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Lisans Programı

³Eskişehir Teknik Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

⁴Eskişehir Teknik Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü

Giriş: Fiziksel aktivite, bireylerin sağlıklı bir yaşam sürdürmeleri için önemli bir bileşendir. Düzenli olarak yapılan fiziksel aktiviteler, obezite, kalp hastalıkları, diyabet ve diğer sağlık sorunları riskini azaltabilir. Ayrıca, fiziksel aktivitelerin yapıldığı ortamlar sosyal bağlantıları artırabilir ve stresi azaltabilir. Fiziksel aktivitenin sağladığı faydalar yaş gruplarına göre farklılık gösterebilir. Bu açıdan farklı yaş gruplarında fiziksel aktivitenin artırılması yoluyla fiziksel uygunluk bileşenleri, motor becerilerin geliştirilmesi ya da doğrudan fiziksel aktivite düzeyinin artırılması için müdahale planları dikkat çekmektedir. Ülkemizde yürütülen araştırmalarda da müdahale planı uygulamalarının giderek yaygınlaştığı görülmektedir. Bu müdahale planlarının içeriklerinin analiz edilmesi benzer ve etkili yönlerinin ortaya konulmasında ve uluslararası literatürde uygulanan müdahale planlarından farklılıklarının yansıtılmasında önem taşımaktadır. **Amaç:** Bu araştırmanın amacı Türkiye’de 2000-2021 yılları arasında yürütülen yüksek lisans ve doktora tez çalışmalarında fiziksel aktivitenin artırılmasını hedefleyen araştırmaların yöntemsel ve müdahale protokolü içeriği odaklarının incelenmesidir. **Yöntem:** Yöktez internet sayfasına yüklenen ve 2000-2021 yılları arasında yayınlanarak fiziksel aktivitenin artırılmasını hedef alan araştırmalar başlıkları ve özetleri incelenerek 2 farklı araştırmacı tarafından taranmıştır. Bu tarama sonucunda elde edilen araştırmalar ilk aşamada taramaya katılmayan 2 farklı araştırmacı tarafından tekrar gözden geçirilmiştir. Nihai olarak toplamda 24 tez çalışması araştırmaya dahil edilmiştir. Araştırmalar araştırma deseni, müdahale planının geliştirildiği ele alınan kuramsal çerçeve, örneklem grubu, randomizasyon durumu, protokolün uygulama süresi, içeriği, ele alınan bağımlı değişkenler ve kullanılan ölçüm araçları açısından incelenmiştir. **Bulgular:** Araştırma desenleri incelendiğinde çoğunlukla (12 çalışma) “ön test – son test kontrol gruplu desen” kullanıldığı görülmektedir. Yedi çalışmada “ön test – son test”, iki çalışmada “ön test – son test randomize kontrol gruplu desen” kullanıldığı; geriye kalan bir çalışmada ise “eşitlenmiş kontrol gruplu model”, “korelasyon deseni” ve kullanıldığı gözlemlenmiştir. Çalışmaların 19 tanesinde kuramsal çerçeve kapsamında herhangi bir kuram belirtilmemiştir. Kalan çalışmalarda ise oyun kuramı, çoklu zeka kuramı, zaman yönetimi kuramı, benlik kuramı ve motor gelişim kuramı olduğu görülmektedir. Çalışmaların örneklem grupları incelendiğinde çoğunlukla (18 çalışma) ergenler üzerinde gerçekleştirildiği görülmektedir. İki çalışmada yetişkin ve dört çalışmada çocuk örneklem grubu kullanılmıştır. Çalışmaların randomizasyon durumuna bakıldığında ise 18 çalışmada “randomize kontrol gruplu” gerçekleştirildiği, altı çalışmada ise “rastgele yöntem” kullanıldığı gözlemlenmiştir. Çalışmalardaki müdahale süreleri incelendiğinde en çok sekiz haftalık (beş çalışma) ve 12 haftalık (altı çalışma) periyotların kullanıldığı görülmektedir. Altı haftalık müdahale süresi kullanan çalışma sayısının üç olduğu gözlemlenmiştir. İkişer çalışma 10 ve 16 haftalık müdahale süresi kullanmıştır. Beş haftalık, dokuz haftalık, 14 ve 18 haftalık müdahale sürelerinin birer çalışmada kullanıldığı gözlemlenmiştir. Müdahale içeriklerine bakıldığında çoğunlukla (12 çalışma) “Hentbol, voleybol, futbol, atletizm, dans içerikli aktiviteler” ile müdahaleleri gerçekleştirildiği gözlemlenmiştir. Altı çalışmada “orta-şiddetli fiziksel aktivite” müdahale içeriğinin olduğu görülmektedir. Dört çalışmada “eğitsel oyunlar” oynatılarak, diğer iki çalışmada “zumba-fitness programı” uygulanarak müdahale gerçekleştirilmiştir. Çalışmalardaki bağımlı değişkenlere bakıldığında ise 19 çalışmada “fiziksel uygunluk bileşenlerinin” incelendiği görülmektedir. İki çalışmada akademik öğretim düzeyinin, diğer iki çalışmada ise fiziksel ve motor gelişim düzeyinin bağımlı değişkenler olduğu belirtilmiştir. Çalışmaların 19 tanesinde ölçüm aracı olarak fiziksel ölçümler (boy, vücut ağırlığı, beden kütle indeksi (BKİ) ölçümleri ve 20m mekik koşusu, mekik, sınav ve esneklik testler gibi) kullanıldığı gözlemlenmiştir. İki çalışmada “fiziksel ölçüm ve kan ölçümü”, bir çalışmada “Coopersmith Özsayıgı Envanteri”, bir çalışmada “spirometre” ve bir diğer çalışmada “eğitim programı” kullanılmıştır. Elde edilen

sonuçlar Tablo 1’de gösterilmektedir. **Sonuç:** Yapılan çalışmaların neredeyse hepsinde ön test – son test alınmış ve kontrol grubu ve deney grubu gözlemlenmiştir. Bu testlerin, müdahaleleri daha iyi gözlemleyebilmek ve daha etkili sonuçlara varabilmek adına çok önemli olduğu ve bu nedenle çoğu çalışmada kullanıldığı gözlemlenmektedir. Fiziksel aktivite içeren müdahale planları uygulayan çalışmaların tümünde özellikle fiziksel uygunluk parametrelerinde pozitif yönde anlamlı değişiklikler gözlemlenmiştir. Müdahale gruplarında mekik, şınav, esneklik, sürat, denge gibi testler Çalışmaların çoğunda kuram kullanılmamıştır. Kuram kullanılan çalışmaların bir kısmında anlamlı değişiklikler gözlemlenmemiştir. Bunun sebebinin, çalışmanın asıl amacı ile ilgili kuram kullanılmamasından ya da tek bir kuram üzerinden gidilmesi olarak belirtilebilir. Çalışmalarda müdahale süresi genellikle sekiz hafta olarak belirlenmiştir ve tüm sonuçların pozitif anlamlı olduğu gözlemlenmiştir. Müdahale süresinin az olması ya da fazla olmasının, çalışma bulgularına doğrudan etki ettiği varsayımında olmak yanlış olabilir. İncelenen çalışmalarda müdahale süresinin kısıtlılığı/uzunluğundan çok müdahale içeriği ve sıklığının önemli olduğu sonucuna varılabilir. Fiziksel aktivite içeren müdahalelerin genellikle beden eğitimi dersi ile paralel gittiği, bu derslere ek olarak verilen müdahalelere gönüllü katılımın da çalışma sonuçlarını pozitif yönde etkilediği gözlemlenmiştir. Genellikle okul temelli müdahalelerde okullarında ders aralıklarında oynadıkları oyunların süre dağılımlarının, yapılan çalışmalardan etkilendiğini ve katılım sürelerinin arttığını, katılımcıların okul dışı zamanlarında yaptıkları aktivitelerin süre dağılımlarının, yapılan çalışmalardan etkilendiğini ve katılım sürelerinin arttığı bulgularına varılmıştır. Yapılan bazı müdahalelerde, müdahale sıklığının az olması (haftada bir gün, bir saat gibi) çalışma sonuçlarının çalışma sonuçlarını pozitif yönde etkilemediği gözlemlenmiştir. Müdahale sıklığının müdahale içeriğine göre yapılandırılması ve süresinin ona göre belirlenmesi gerektiği sonucuna varılabilir. Bazı çalışmaların müdahale sıklığı fazla olsa da anlamlı sonuçlara varılamamıştır. Bunun sebebinin müdahale içeriğinin, ölçülmek istenen parametreler ile uyumlu olup olmaması konusuna bağlı olduğu söylenebilir. **Öneriler:** Uluslararası literatür incelendiği araştırmaların müdahale planı geliştirme sürecinde kuramsal olarak dayanak noktaları oluşturdukları, bu dayanaklar çerçevesinde ise müdahale planının ana bileşenlerinin nasıl belirlendiğini yansıttığı görülmektedir. Ülkemizde yürütülen tez araştırmalarındaki en büyük eksikliğin bu olduğu söylenebilir. Fiziksel aktivite ile fiziksel uygunluk bileşenlerine ilişkin ölçümlerde ise daha objektif yaklaşımların benimsenmesinin, uluslararası literatürde olduğu gibi hem yayınların kalitesini hem de yayımlanma potansiyelini arttırabileceği düşünülebilir.

Investigation of Thesis Containing Physical Activity Intervention Plans in Türkiye

Introduction: Physical activity is an important component for individuals to lead a healthy life. Regular physical activity can reduce the risk of obesity, heart disease, diabetes, and other health problems. Moreover, environments where physical activities take place can increase social connections, and reduce stress. The benefits of physical activity may differ according to age groups. In this respect, intervention plans for improving physical fitness components, motor skills or directly increasing the level of physical activity by increasing physical activity in different age groups attract attention. Research conducted in our country shows that intervention plan implementations are becoming more widespread. Analyzing the content of these intervention plans is important in revealing their similar and effective aspects and reflecting their differences from the intervention plans implemented in the international literature. **Objective:** The aim of this study is to examine the methodological and intervention protocol content foci of studies aiming to increase physical activity in master's and doctoral thesis studies conducted between 2000-2021 in Turkey. **Method:** The titles and abstracts of the studies uploaded to the Yöktez web page and published between 2000 and 2021 and targeted to increase physical activity were examined and scanned by 2 different researchers. The studies obtained as a result of this screening were reviewed by 2 different researchers who did not participate in the screening in the first stage. Finally, a total of 24 thesis studies were included in the study. The studies were examined in terms of research design, the theoretical framework in which the intervention plan was developed, sample group, randomization status, implementation period of the protocol, content, dependent variables addressed and measurement tools used. **Findings:** When the research designs are analyzed, it is seen that mostly (12 studies) "pre-test - post-test control group design" was used. It was observed that seven studies used "pre-test - post-test", two studies used "pre-test - post-test

randomized control group design" and the remaining one study used "equalized control group model" and "correlation design". In 19 of the studies, no theory was specified within the theoretical framework. The remaining studies included play theory, multiple intelligence theory, time management theory, self theory and motor development theory. When the sample groups of the studies are examined, it is seen that most of the studies (18 studies) were conducted on adolescents. Two studies used adult and four studies used child sample groups. Considering the randomization status of the studies, it was observed that the "randomized control group" was used in 18 studies, and the "random method" was used in six studies. When the intervention periods in the studies are analyzed, it is seen that eight-week (five studies) and 12-week (six studies) periods were mostly used. It was observed that the number of studies using a six-week intervention period was three. Two studies of 10 and 16 weeks each used intervention time. Five-week, nine-week, 14-week and 18-week intervention periods were used in one study each. When the intervention contents were examined, it was observed that interventions were mostly carried out with "activities involving handball, volleyball, football, athletics, dance" (12 studies). Six studies included "moderate-to-vigorous physical activity" intervention content. In four studies, the intervention was carried out by playing "educational games", and in the other two studies, "zumba-fitness program" was applied. When the dependent variables in the studies are analyzed, it is seen that "physical fitness components" were examined in 19 studies. In two studies, it was reported that the level of academic instruction and in the other two studies, the level of physical and motor development were the dependent variables. In 19 of the studies, physical measurements (such as height, body weight, body mass index (BMI) measurements, and 20m shuttle run, sit-ups, push-ups, and flexibility tests) were used as measurement tools. In two studies, "physical and blood measurements", in one study "Coopersmith Self-Esteem Inventory", in one study "spirometer" and in another study "training program" were used. **Result:** In almost all of the studies, pre-test and post-test were taken and the control group and experimental group were observed. It is observed that these tests are very important to better observe interventions and reach more effective conclusions, and for this reason, they are used in most studies. In all studies that implemented intervention plans including physical activity, significant positive changes were observed especially in physical fitness parameters. In the intervention groups, tests such as sit-ups, push-ups, flexibility, speed and balance were not used in most of the studies. In some of the studies using the theory, no significant changes were observed. The reason for this can be stated as not using a theory related to the main purpose of the study or going through a single theory. In the studies, the duration of the intervention was generally set at eight weeks and all results were positively significant. It may be incorrect to assume that more or less intervention time has a direct effect on the findings of the study. It can be concluded that the content and frequency of the intervention are more important than the shortness/length of the intervention period in the analyzed studies. It was observed that interventions involving physical activity generally went in parallel with physical education classes, and that voluntary participation in interventions given in addition to these classes positively affected the study results. Generally, in school-based interventions, the duration distribution of the games they played during the class intervals in their schools was affected by the studies and the duration of their participation increased, and the duration of the activities that the participants did in their out-of-school time increased. It was found that their distribution was affected by the studies conducted and the duration of their participation increased some interventions, it was observed that the low frequency of intervention (such as one day a week, one hour) did not positively affect the study results. It can be concluded that the frequency of intervention should be structured according to the intervention content and its duration should be determined accordingly. Although the frequency of intervention was high in some studies, no significant results were obtained. It can be argued that this is because the content of the intervention depends on whether it is compatible with the parameters to be measured. **Suggestions:** A review of the international literature reveals that the studies provide theoretical underpinnings for the process of developing an intervention plan and reflect how the main components of the intervention plan are determined within the framework of these underpinnings. It can be said that this is the biggest deficiency in thesis research conducted in our country. Adopting more objective approaches in the measurements of physical activity and physical fitness components may increase both the quality and publication potential of publications, as in the international literature.

SB126

Kısa Mesafe Koşucuların Bacak Boyları ile Denge ve 30 Metre Sürat Performansları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Musab ÇAĞIN¹, Selim ASLAN², Mehmet Erdem KAYA³, Özlem ORHAN⁴

Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara/Türkiye

Giriş ve Amaç: Denge ve sürat birçok spor branşı gibi atletizm branşı için de önemli bir parametredir. Bu iki parametre özellikle takozdan çıkış ve koşu esnasındaki ivmelenme bakımından önemli bir role sahiptir. Denge ve sürat parametrelerini etkileyen faktörler incelendiğinde ise boy uzunluğu, bacak boyu, kilo ve yağsız kas kütlesi belirleyici rol oynamaktadır. Bu bağlamda çalışmanın amacı; kısa mesafe koşucuların bacak boyları ile denge ve 30m sürat performansları arasındaki ilişkinin incelenmesidir. **Yöntem:** Araştırmaya, Ankara İlinde farklı kulüplerde yarışan lisanslı 13 erkek ve 13 kadın olmak üzere toplam 26 kısa mesafe koşucusu katılmıştır. Sporcuların yaş ortalaması 21.27 ± 1.88 ve spor yaşı ortalaması ise 9.27 ± 3.38 yıl olarak tespit edilmiştir. Araştırmaya katılan sporcuların bacak boyları stadiometre (SECA, Almanya), 30 m sürat testi Fitlight Trainer (CA/Ontario) ve denge ölçümleri ise flamingo denge aleti ile ölçülmüştür. Sporculardan elde edilen verilere SPSS 26.0 paket programında Pearson Korelasyon Testi ve tanımlayıcı istatistikler uygulanmıştır. **Bulgular:** Elde edilen bulgulara göre bacak boyları uzunluğu ile 30 m sürat performansı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ($p < 0,05$). Bacak boyları uzunluğu ile denge performansları arasında ise anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir ($p > 0,05$). **Sonuç:** Sonuç olarak yapılan çalışmada kısa mesafe koşucularının bacak boylarının uzunluğu arttıkça 30 metre sürat performanslarının arttığı tespit edilmiştir. Sürat performansının belirleyicilerinin incelenmesinin performans için önemli olduğu düşünülmektedir. Bacak boylarının uzunluğundaki farklılıklar adım uzunluğunu ve sıklığını etkileyebileceğinden antrenörlerin sürat koşucularının antropometrik özelliklerini dikkate alması gerektiği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: kısa mesafe koşucuları, denge, sürat, bacak boyu

Investigation of the Relationship between Leg Lengths and Balance and 30m Sprint Performances of Short Distance Runners

Introduction and Purpose: Balance and speed are important parameters for athletics as well as many sports branches. These two parameters have an important role especially in terms of getting out of the wedge and acceleration during running. When the factors affecting balance and speed parameters are examined, height, leg length, weight and lean muscle mass play a decisive role. In this context, the aim of the study is; The aim of this study is to examine the relationship between leg lengths and balance and 30m sprint performances of short distance runners. **Methods:** A total of 26 sprinters, 13 male and 13 female, who competed in different clubs in Ankara, participated in the research. The mean age of the athletes was 21.27 ± 1.88 years and the average age of sports was 9.27 ± 3.38 years. The leg lengths of the athletes participating in the research were measured with a stadiometer (SECA, Germany), the 30 m sprint test with the Fitlight Trainer (CA/Ontario) and the balance measurements with a flamingo balance device. Pearson Correlation Test and descriptive statistics were applied to the data obtained from the athletes in the SPSS 26.0 package program. **Findings:** According to the findings, it was determined that there is a positive and significant relationship between leg length and 30 m sprint performance ($p < 0.05$). There was no significant relationship between leg length and balance performance ($p > 0.05$). **Results:** As a result, it was determined that the 30-meter sprint performance of the short-distance runners increased as the length of their legs increased. It is thought that examining the determinants of sprint performance is important for performance. Since the differences in the length of the legs can affect the stride length and frequency, it can be said that the trainers should consider the anthropometric characteristics of sprinters.

Keywords: sprinters, balance, speed, leg length

SB127

Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Bazı Değişkenler Açısından Kimlik Statülerinin İncelenmesi

Fatma İrem TOPTAŞ¹, Ayşe ÖNAL¹

¹ Afyon Kocatepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Giriş ve Amaç: Kökeni beden terbiyesi olan spor biliminin insan organizmasının nasıl daha sağlıklı ve kaliteli halde yaşamını devam ettireceğini araştıran bilim dalı olduğu bilinmektedir. Ülkemizde Spor Bilimleri Fakültesi bünyesinde birden fazla bölüm yer almaktadır. Bunlardan bazıları Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, Antrenörlük Eğitimi ve Rekreasyon bölümleri olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu bölümleri kimler neden tercih ederler? Marcia'nın modeline göre bu sorunun cevabını kişilerin kimlik statüleri belirlemektedir. Bunlar; başarılı kimlik, ipotekli kimlik, ertelemeci kimlik ve dağınık kimliktir. Marcia bu statüleri iki alt boyutta incelerken, Luyckx ve arkadaşları Marcia'nın modelini geliştirerek beş alt boyutta incelemişlerdir. Bunlar içsel yatırımda bulunma, seçeneklerin genişlemesine araştırılması, seçeneklerin saplantılı araştırılması, içsel yatırımla özdeşleşme ve seçeneklerin derinlemesine araştırılmasıdır. Spor bilimleri öğrencilerinin incelenen beş alt boyuta göre hangi kimlik statüsüne sahip oldukları ise bu çalışmanın çıkış noktasıdır. Araştırmaya katılım gösteren bireylerin cinsiyet, bölüm, sınıf, yaşanan yer, aile ekonomik gelir durumu değişkenlerine göre kimlik gelişim statülerini incelemek amaçlanmıştır. **Yöntem:** Araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden genel tarama yöntemi kullanılmıştır. Araştırma grubunu basit tesadüfi örnekleme yöntemiyle seçilen 130'u (%48,0) kadın, 141'i (%52,0) erkek toplamda 271 spor bilimleri fakültesi öğrencisi oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak Morsünbül ve Çok (2014) tarafından Türkçeye uyarlanan "Kimlik Gelişiminin Boyutları" ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizi için, demografik bilgilerin tanımlayıcı istatistikleri için frekans ve yüzde analizi; cinsiyet, bölüm, tercih edilen bölüm kendi isteği ile gerçekleşip gerçekleşmemesi, yaşadığı yer ve aile ekonomik durumu değişkenleri açısından kimlik gelişim statülerini incelemek için t testi ve one-way ANOVA analizi yapılmıştır.

Bulgular: Araştırmadan elde edilen bulgular doğrultusunda cinsiyet değişkenine göre seçeneklerin saplantılı araştırılması ($p=.032<0.05$) ve seçeneklerin derinlemesine araştırılması ($p=.004<0.05$) boyutlarında; bölüm tercih etme nedeni değişkeninde içsel yatırımda bulunma ($p=.001<0.05$), seçeneklerin saplantılı araştırılması ($p=.009<0.05$) ve içsel yatırımla özdeşleşme ($p=.002<0.05$) boyutlarında; aile ekonomik gelir durumu değişkeninde seçeneklerin saplantılı araştırılması boyutunda anlamlı farklılık gözlenmiştir ($F=3.344$; $p=0.020<0.05$). Bölüm ve yaşanan yer değişkeninde ise anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir. **Sonuç:** Sonuç olarak kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre başarılı kimlik statüsüne yatkın olduğu, bölümlerini kendilerinin isteği ile tercih edenlerin başarılı kimliğe sahip oldukları ve aile ekonomik gelir durumu düşük olan öğrencilerin ertelemeci kimlik statüsüne yatkın olduğu gözlenmiştir. **Öneriler:** Bu çalışmanın sonuçlarından yola çıkarak ortaöğretim öğrencilerine 'Ben kimim?' sorusuna yanıt bulmalarına yardımcı olacak bir kariyer tanıtım programı uygulanması önerilmektedir. Ayrıca kimlik statüsünün akademik başarıya etkisi incelenebilir ve farklı bölümlerde öğrenim gören bireyler ile çalışma yapılabilir.

Anahtar Kelimeler: Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencileri, Kimlik Statüsü, Kimlik Gelişim Boyutları

Investigation of Identity Status of Sports Sciences Faculty Students in Terms of Some Variables

Introduction and Purpose: It is known that sports sciences, whose origin is physical training, is a branch of science that investigates how the human organism can maintain a healthier and higher quality life. In our country, there are more than one department within the Faculty of Sports Sciences. Some of these appear as Physical Education and Sports Teaching, Coaching Education and Recreation departments. Why would they prefer these departments? According to Marcia's model, the answer to this question is determined by the identity status of individuals. These; successful identity, encumbered identity, procrastinating identity and diffuse identity. While Marcia examined these statuses in two sub-dimensions, Luyckx et al. developed Marcia's model and examined them in five sub-dimensions. These are investing, exploration of options, obsessive exploration of options, identification with investing, and exploration of options. The identity status of sports science students according to the five sub-dimensions examined is the starting point of this study. It is aimed to examine the identity development status of the individuals participating in the research according to the variables of gender, department, class, place of residence, family economic income.

Method: General screening method, one of the quantitative research methods, was used in the study. The research group consists of 271 sports science faculty students, 130 (48.0%) female and 141 (52.0%) male, selected by simple random sampling method. The scale of "Dimensions of Identity Development", which was adapted into Turkish by Morsünbül and Çok (2014), was used as a data collection tool. For data analysis, frequency and percentage analysis for descriptive statistics of demographic information; t-test and one-way ANOVA analysis were conducted to examine

identity development statuses in terms of gender, department, preferred department, whether it was realized voluntarily or not, place of residence and family economic status variables. **Results:** In the dimensions of obsessive exploration of options ($p=.032<0.05$) and in-depth exploration of options ($p=.004<0.05$) according to the gender variable in line with the findings obtained from the research; In the variable of reason for choosing the department, the dimensions of internal investment ($p=.001<0.05$), obsessive exploration of options ($p=.009<0.05$) and identification with internal investment ($p=.002<0.05$); A significant difference was observed in the dimension of obsessive exploration of options in the family economic income variable ($F=3.344$; $p=0.020<0.05$). No significant difference was observed in the variables of department and place of residence. **Conclusion:** As a result, it has been observed that female students are more prone to successful identity status than male students, those who choose their departments voluntarily have a successful identity, and students with low family economic income are prone to procrastinating identity status. **Suggestions:** Based on the results of this study, it is recommended to apply a career introduction program to students in secondary education to help them find answers to the question 'Who am I?'. In other studies, the effect of identity status on academic achievement can be examined and individuals studying in different departments can be studied.

Key Words: Students of Faculty of Sports Sciences, Identity Status, Dimensions of Identity Development

SB128

Polis Meslek Eğitim Merkezinde (POMEM) Eğitim Gören Öğrencilerin Zihinsel Dayanıklılıklarının İncelenmesi

Hüseyin AKMAN

Ahi Evran Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Kırşehir

Amaç: Bu çalışmada eğitim görmekte olan POMEM öğrencilerinin spor özgeçmişli olan ve spor özgeçmişli olmayanların arasında zihinsel dayanıklılık açısından farklılık olup olmadığı incelenmiştir. **Yöntem:** Araştırmada betimsel tarama modeli kullanılmıştır. Çalışma grubunu Erzincan POMEM’de öğrenim görmekte olan 99 spor özgeçmişli olan, 101 spor özgeçmişli olmayan toplam 200 öğrenci oluşturmaktadır. Öğrencilerin demografik bilgilerini belirlemek amacıyla “Kişisel Bilgi Formu”, zihinsel dayanıklılıklarını belirlemek amacıyla ise “Zihinsel Dayanıklılık Envanteri” kullanılmıştır. Verilere uç değer analizi ve demografik dağılımları belirlemek amacıyla tanımlayıcı analizler yapılarak bağımsız değişkenleri karşılaştırmak için ise t testi uygulanarak raporlanmıştır. **Bulgular:** Araştırmada spor özgeçmişli olan öğrencilerin ortalamalarının, spor özgeçmişli olmayan öğrencilerin ortalamasından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir. Zihinsel dayanıklılık ölçeğinde bulunan üç alt boyutta da (güven, kontrol, devamlılık) aynı şekilde spor özgeçmişli bulunan öğrencilerin ortalamaları, spor özgeçmişli olmayan öğrencilerin ortalamalarından yüksek olduğu bulunmuştur. **Sonuç:** Araştırmanın sonucuna göre POMEM’de öğrenim gören öğrencilerin zihinsel dayanıklılık düzeylerinin spor özgeçmişli olmayan öğrencilerin zihinsel dayanıklılık düzeylerinden daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Psiko-Sosyal, Spor Bilimleri, Zihinsel Dayanıklılık

Investigation of Mental Endurance of Student Studying in Police Education Training Centre

Objective: In this study, it was examined whether there is a difference in terms of mental endurance between Police Education Training Centre students with a sports background and those without a sports background. **Method:** Descriptive survey model was used in the study. The study group consisted of a total of 200 students studying in Erzincan Police Education Training Centre, 99 of whom had an athlete background and 101 of whom did not have an athlete background. “Personal Information Form” was used to determine the demographic information of the students and “Mental Endurance Inventory” was used to determine their mental endurance. Outlier analysis was performed on the data, descriptive analyses were performed to determine demographic distributions and t test was applied to compare independent variables and reported. **Finding:** In the study, it was determined that the mean of the student with a sports background was statistically significantly higher than the mean of the students without a sports background. In the three sub-dimensions of the mental toughness scale (confidence, control, continuity), the averages of the students with a sports background were found to be higher than the averages of the students without a sports background. **Conclusion:** According to the results of the study, it was determined that the mental endurance levels of the students studying in Police Education Training Centre were higher than the mental endurance levels of the students who did not have a sports background.

Keywords: Psycho-Social, Sport Sciences, Mental Endurance

SB129

Üniversite Öğrencilerinin Gelişmeleri Kaçırma Kaygısı (FoMO), Sosyal Medya Kullanımı, Akıllı Telefon Bağımlılığı ve Fiziksel Aktivite Yeterlilikleri Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi

İlayda ERASLAN, Aysima TEMÜR, Mehmet Kemal AYDIN

Hitit Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Çorum

Amaç: Bu çalışma ile FoMO, akıllı telefon bağımlılığı, sosyal medya kullanımı ve fiziksel aktivite yeterliliği gibi kavramlara odaklanan diğer araştırmalardan farklı olarak üniversite öğrencilerinin FoMO ve Fiziksel aktivite yeterlilikleri arasındaki açıklayıcı ve yordayıcı ilişkilerinin incelenip, bu ilişkiler arasındaki akıllı telefon bağımlılığı ve sosyal medya kullanımının aracılık etkisinin de ele alındığını söyleyebiliriz. Literatürde bu konuda bir boşluk tespit edilmiştir ve mevcut çalışma ile bu boşluğun doldurularak alanyazına özgün ve önemli katkılar sağlanması amaçlanmıştır. Bu durum aynı zamanda çalışmanın önemi ve özgün değerini ortaya koymaktadır. **Yöntem:** Çalışmanın katılımcı grubunu Hitit Üniversitesi bünyesindeki eğitim birimlerinde 2022 Bahar döneminde kayıtlı 402 lisans öğrencisi oluşturmaktadır. 402 katılımcının 8 tanesi verilen cevapların güvenilirliğinin düşük olması sebebiyle veri analizinden çıkarılıp, güncel katılımcı sayısı 394 olarak revize edilmiştir. Çalışmada demografik bilgi formu, Üniversite öğrencilerinin kişilik özelliklerini incelemek amacıyla FoMO Ölçeği (Gökler ve diğerleri, 2015; Przybylski ve diğerleri, 2013), Fiziksel Aktivite Yeterliliği Ölçeği (Saygın ve diğerleri, 2017), Sosyal Medya Kullanım Ölçeği (Deniz & Ünal, 2019) ve Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği (Noyan ve diğerleri, 2015) kullanılmıştır. Anketler araştırmacılara yüz yüze ve online olarak doldurtulmuştur. Araştırmada elde edilen ham veriler, SPSS programına girildikten sonra kontrol edilerek eksik ya da hatalı veri girişi olup olmadığı tespit edilecektir. Tüm veriler kontrol edildikten sonra verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini test etmek amacıyla Kolmogorov-Smirnow (K-S), Q-Q plotlar ve çarpıklık ve basıklık katsayıları incelenecektir. Normallik varsayımları karşılanırsa parametrik testler kullanılarak istatistiksel analizler gerçekleştirilecektir. Betimsel analizlerde aritmetik ortalama (M) ve Standart sapma (ss), karşılaştırmalı analizlerde bağımsız örneklem t-testi ve one-way ANOVA ile post-hoc olarak Scheffe (gruplar arası anlamlı fark olması durumunda) ve son olarak hipotez edilen modelin test edilmesi için Yapısal Eşitlik Modeli kullanılarak istatistiksel analizler gerçekleştirilecektir. **Bulgular:** Veri analiz grubundaki 394 katılımcının %48'ini kadınlar ve % 52'sini erkekler oluşturmaktadır. Grubun en düşük yaşının 17, en yüksek yaşının 49, ortalamasının ise 22 olduğu katılımcıların ortalama sınıf seviyeleri de üniversite 2. sınıf olarak bulunmuştur. Haftada ortalama kaç saat spor (ya da orta şiddette fiziksel aktivite) yapıyorsunuz sorusuna yanıt veren 394 katılımcının 221'i (%56) spor yaptığı ve 173'ü (%44) spor yapmadığı yanıtı verenlerin ortalama spor yapma süreleri 7 saat olarak bulunmuştur. FoMO Ölçeği ortalaması $\bar{x} = 2,80$, $SS = 0,71$; Fiziksel Aktivite Yeterliliği Ölçeğinin alt boyutlarına ilişkin ortalama $\bar{x} = 6,94$, $SS = 1,99$; Sosyal Medya Kullanımı Ölçeği ortalaması $\bar{x} = 3,11$, $SS = 0,86$; Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği alt boyut ortalaması $\bar{x} = 3,03$, $SS = 1,18$ olarak tespit edilmiştir. Yapılan analizler sonucunda üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite, sosyal medya kullanımı ve akıllı telefon bağımlılığı durumları kendi içlerinde anlamlı sonuçlar gösterip konuyla ilgili yüksek derece ilişki kurdukları sonucuna ulaşılmıştır. **Sonuç ve Öneriler:** Yapılan çalışma sonucunda Hitit üniversitesinde öğrenim gören lisans öğrencilerinin FoMO, fiziksel aktivite, sosyal medya kullanımı ve akıllı telefon bağımlılığı değişkenleri yaş, cinsiyet, spor yapıp yapmama faktörlerine göre değerlendirilmiştir. Bu değerlendirmeye göre değişkenlerin yaş faktörü kapsamında 4 grup ele alınmaktadır (1. Grup, 18-19; 2. Grup, 20-21; 3. Grup, 22-23; 4. Grup, 24-25). Bu yaş gruplarının FoMO düzeylerinde anlamlı bir farkın olmadığı, 4. gruptaki gençlerin sosyal medya kullanımı ve akıllı telefon bağımlılığı oranlarının diğer gruplara oranla daha düşük olduğu, fiziksel aktivite yeterliliğinin ise 1. gruptaki gençlerde grubunda daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Değişkenlerin cinsiyet faktörü bakımından incelenmesinde ise kadın ve erkek katılımcıların verdiği cevaplarda fiziksel aktivite yeterliliğinin dışında diğer faktörler arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Çalışmaya göre erkek katılımcıların fiziksel aktivite yeterliliklerinin kadın katılımcılara oranla daha yüksek değer gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Katılımcıların haftalık olarak düzenli spor (ya da orta şiddette fiziksel aktivite) yapıyor musunuz? Sorusuna verdikleri yanıtlar incelendiğinde değişkenler arasında çok büyük farklılıkların olmadığı görülmektedir. Aynı şekilde değişkenlerin spor yapıp yapmama faktörüne göre incelenmesi sonucunda fiziksel aktivite yeterliliği dışındaki değişkenler arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Değişkenlerin kendi arasındaki ilişkilere bakılacak olursa üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite, sosyal medya kullanımı ve akıllı telefon bağımlılığı durumları kendi içlerinde anlamlı sonuçlar gösterip konuyla ilgili yüksek derece ilişki kurdukları sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: FoMO, fiziksel aktivite, sosyal medya kullanımı, akıllı telefon bağımlılığı, üniversite öğrencileri

Examining University Students' Fear of Missing out (FoMO), Social Media Use, Smartphone Addiction and Physical Activity Competency regarding Various Variables

Introduction: The quarantine and curfew that came with the COVID-19 epidemic affected many activities of our daily lives. The adequacy of physical activity, which is an inseparable whole of their lives, which young people apply to increase their self-confidence and socialization, to reduce nervousness and stress, has also been affected by this situation and brought many situations to the fore. Among these situations, we can consider smartphone addiction, social media use, and FoMO (Fear of Missing Out). As people stay at home, they spend more time in front of the screen to follow the developments on their phones and social media tools and not to miss the developments. This study was prepared to investigate the relationship between FoMO and physical activity proficiency in terms of the mediator effect of social media use and smartphone addiction by addressing this issue through university students. **Purpose:** In this study, unlike other studies focusing on concepts such as FoMO, smartphone addiction, social media use and physical activity competence, the explanatory and predictive relations between FoMO and Physical activity competences of university students were examined and the mediating effect of smartphone addiction and social media use between these relations was examined. We can say that it has been addressed. A gap has been identified in the literature in this regard, and it is aimed to provide original and important contributions to the literature by filling this gap with the current study. This situation also reveals the importance and original value of the study. **Method:** The participant group of the study consists of 402 undergraduate students registered in the education units of Hitit University in the spring term of 2022. Eight of the 402 participants were excluded from the data analysis due to the low reliability of the answers, and the current number of participants was revised to 394. In the study, demographic information form, FoMO Scale (Gökler et al., 2015; Przybylski et al., 2013), Physical Activity Adequacy Scale (Saygin et al., 2017), Social Media Usage Scale (Deniz & Ünal, 2019) were used to examine the personality traits of university students. and Smartphone Addiction Scale (Noyan et al., 2015). Questionnaires were filled by researchers face to face and online. After the raw data obtained in the research are entered into the SPSS program, it will be checked to determine whether there is missing or incorrect data entry. After checking all the data, Kolmogorov-Smirnov (K-S), Q-Q plots and skewness and kurtosis coefficients will be examined to test whether the data show a normal distribution. If the normality assumptions are met, statistical analyzes will be performed using parametric tests. Arithmetic mean (M) and Standard deviation (sd) in descriptive analyzes, independent samples t-test and one-way ANOVA in comparative analyzes with Scheffe as post-hoc (in case of significant difference between groups) and finally Structural for testing the hypothesized model. Statistical analyzes will be carried out using the Equity Model. **Findings:** Of the 394 participants in the data analysis group, 48% were women and 52% were men. The average class level of the participants, whose lowest age was 17, highest age 49, and average 22 in the group, was found to be 2nd class at the university. It was found that 221 (56%) of the 394 participants who answered the question of how many hours a week do you do sports (or moderate physical activity) do sports, and 173 (44%) did not do sports, and the average duration of doing sports was 7 hours. FoMO Scale mean \bar{x} = 2.80, SD = 0.71; Mean \bar{x} = 6.94, SD = 1.99 for the sub-dimensions of the Physical Activity Adequacy Scale; Social Media Usage Scale mean \bar{x} = 3.11, SD = 0.86; The mean of the Smartphone Addiction Scale sub-dimension was determined as \bar{x} = 3.03, SD = 1.18. As a result of the analyzes made, it was concluded that the physical activity, social media use and smartphone addiction status of university students showed significant results in themselves and established a high degree of relationship on the subject. **Conclusion and Recommendations:** As a result of the study, FoMO, physical activity, social media usage and smartphone addiction variables of undergraduate students studying at Hitit University were evaluated according to age, gender, and whether or not they do sports. According to this evaluation, 4 groups are considered within the scope of the age factor of the variables (1st Group, 18-19; 2nd Group, 20-21; 3rd Group, 22-23; 4th Group, 24-25). It was concluded that there was no significant difference in the FoMO levels of these age groups, the social media usage and smartphone addiction rates of the youth in the 4th group were lower than the other groups, and the physical activity adequacy of the youth in the 1st group was higher in the group. When examining the variables in terms of gender factor, no significant difference was found between the answers given by male and female participants, except for physical activity adequacy. According to the study, it was concluded that the physical activity adequacy of male participants showed higher values than female participants. Do the participants do regular sports (or moderate-intensity physical activity) on a weekly basis? When the answers given to the question are examined, it is seen that there is not much difference between the variables. Likewise, as a result of examining the variables according to the factor of whether or not to do sports, no significant difference was found between the variables other than physical activity adequacy. Looking at the relationships between the variables, it was concluded that university students' physical activity, social media use, and smartphone addiction status showed significant results in themselves and established a high degree of relationship on the subject.

Keywords: FoMO, physical activity, social media use, smartphone addiction, university students

SB130

Çim Hokeyi Antrenörlerinin Algılanan Stres Düzeylerinin Belirlenmesi

Kağan ÖZKAN

Giriş: Antrenörlerin stres deneyimleri kendi performanslarını ve birlikte çalıştıkları sporcuların performanslarını etkilediği bilinmektedir. Performansların maksimuma yakın sonuçlar vermesi için gerekli olan fiziki yüklemde antrenörün yeri oldukça önemli olmakla birlikte, antrenörler bu sürecin tamamında stresi yönetebilme becerilerine sahip olması gerektiği düşünülmektedir. **Amaç:** Bu çalışmada amaç, çim hokeyi antrenörlerinin algılanan stres düzeylerini belirlemek ve stres düzeylerine etki eden değişkenleri incelemektir. **Yöntem:** İlişkisel tarama modelinde gerçekleştirilen araştırmada veri toplama aracı olarak Algılanan Stres Ölçeği ve araştırmacı tarafından geliştirilen 4 sorudan oluşan demografik bilgi formu kullanılmıştır. Araştırmaya çim hokeyi antrenörlüğü yapan 60 antrenör gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılar çalışmaya Google Anket aracılığıyla üretilen anket üzerinden katılım sağlamıştır. **Bulgular:** Cinsiyet ile algılanan stres düzeyi arasında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$). Algılanan stres düzeyi puanları ile antrenörlük öncesinde müsabık olma durumuna göre karşılaştırdığımızda müsabık düzeyde sporcu olanların stres düzeyi ortalamalarının, müsabık olmayanların ortalamalarına göre daha yüksek olduğu ve anlamlı farklılık gösterdiği ($p<0,05$) tespit edilmiştir. Algılanan stres düzeyi puanının antrenörlük yılına göre karşılaştırıldığı durumda ise anlamlı farklılık olmadığı görülmüştür ($p>0,05$). Algılanan stres düzeyi puanının eğitim durumlarına göre karşılaştırdığında, antrenörlerin stres düzeyi puanının eğitim durumlarına göre değişiklik göstermediği ve anlamlı farklılık oluşmadığı görülmüştür ($p>0,05$). **Sonuç:** Antrenörlerin cinsiyet, antrenörlük süresi ve eğitim durumları yönlerinden incelendiğinde algılanan stres düzeyleri üzerinde bir etkisi bulunmamıştır. Antrenörlük öncesi süreçte, müsabık sporcu olan ve müsabık seviyede sporcu olmayan antrenörlerin, algılanan stres düzeyleri incelendiğinde ise müsabık sporcu olarak tanımlanan grubun stres düzeyi verilerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. **Öneriler:** Antrenörlük mesleğinin icrasından önce müsabık sporcu seviyesinde olan antrenörlerin algılanan stres düzeylerinin, müsabık sporcu geçmişi olmayan antrenörlere göre daha yüksek çıkmasının, müsabık sporculuk geçirenlerin müsabaka esnasında gerçekleştirebilecek olan aksiyonlara daha fazla önem vermesinden kaynaklandığı düşünülmektedir. Müsabık sporcu geçmişi olan antrenörlerin bu stres seviyesine sebep veren durumlar başka bir araştırmaya konu olabileceği değerlendirilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Algılanan Stres, Çim Hokeyi Antrenörleri, Stres

Determining Perceived Stress Levels of Field Hockey Coaches

Introduction: It is known that the stress experiences of the coaches affect their own performance and the performances of the athletes they work with. Although the coaches place is very important in the physical loading required for performances to yield close to maximum results, it is thought that the trainers should have the skills to manage stress throughout this process. **Purpose:** The aim of this study is to determine the perceived stress levels of field hockey coaches and to examine the variables that affect their stress levels. **Method:** Perceived Stress Scale and a demographic information form consisting of 4 questions developed by the researcher were used as data collection tool in the research conducted in the relational survey model. 60 field hockey coaches participated in the research voluntarily. Participants participated in the study through a survey produced through Google Survey. **Results:** No significant difference was found between gender and perceived stress level ($p>0.05$). When we compared the perceived stress level scores with the status of being a competitor before coaching, it was determined that the stress level averages of the athletes at the competitive level were higher than the averages of the non-competitors ($p<0.05$). When the perceived stress level score was compared according to the years of coaching, there was no significant difference ($p>0.05$). When the perceived stress level score was compared according to their educational status, it was seen that the stress level score of the coaches did not change according to their educational status and there was no significant difference ($p>0.05$). **Conclusion:** When the coaches were examined in terms of gender, coaching time and educational status, there was no effect on perceived stress levels. When the perceived stress levels of the coaches, who were competing athletes and non-competitive athletes in the pre-coaching period, were examined, it was determined that the stress level data of the group defined as the competitive athlete were higher. **Suggestions:** It is thought that the perceived stress levels of coaches, who were at the level of competitive athletes before the performance of the coaching profession, are higher than those of the coaches who do not have a competing athlete background, due to the fact that those who have been competitive athletes give more importance to the actions that can take place during the competition. It is considered that the situations that cause this stress level of the coaches with a competitive athlete background may be the subject of another research.

Keywords: Perceived Stress, Field Hockey Coaches, Stress

SB131

Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Fizik Kaygıları ve Beslenme Alışkanlıklarının İncelenmesi

Nilüfer ÇAT¹ Aydıner Birsin YILDIZ² Gözde ALGÜN DOĞU²

¹Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü

²Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

Giriş ve Amaç: Beslenme davranışı, fizyolojik olduğu kadar aynı zamanda sosyolojik ve psikolojik bir olaydır. Bu durum, beslenme alışkanlıklarındaki değişikliklerin farkında olunmasını, yeni bir beslenme alışkanlığının başlangıcı olan üniversite öğrencilerine bu bakış açısıyla yaklaşılmasını ve sosyodemografik faktörler açısından değerlendirilmesini önemli kılmaktadır. Bu dönemde öğrenciler yeni kuracakları bir düzene uyum sağlamanın yanı sıra, yeni pek çok insanla iletişime geçmeleri sebebiyle dış etkilere daha fazla açık hale gelirler ve bu dönemde normalde gösterdiklerinden farklı davranışlar sergileyebilirler. Bu noktada, bireylerin başkaları tarafından kendi fiziksel görünümü değerlendirildiğinde yaşadıkları gerginlik ve kaygı durumu bir sosyal fizik kaygı durumuna dönüşebilmektedir. Bu düşünceden hareketle, araştırmada, üniversite öğrencilerinin sosyal fizik kaygıları ve beslenme alışkanlıklarının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi amaçlanmıştır. **Yöntem:** Tarama modelinde yürütülmüş bu araştırmaya toplam 228 üniversite öğrencisi gönüllü olarak katılmıştır. Araştırma kapsamında verilerin elde edilmesinde Kırac ve arkadaşları (2015) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan Üç Faktörlü Beslenme Anketi ile Mülazımoğlu Ballı ve Aşçı (2006) tarafından geçerlik güvenilirlik çalışması yapılan Sosyal Fizik Kaygı Envanteri' nin daha sonra Hagger ve arkadaşları (2007) tarafından kültürler arası geçerlik çalışmasında yapılan doğrulayıcı faktör analizleri sonucunda Türk popülasyonu için önerilen yedi maddelik versiyonu kullanılmıştır. Elde edilen yanıtların iç tutarlılıkları Cronbach's Alpha ile test edilip, kabul edilebilir düzeyde oldukları belirlendikten sonra yapılacak testlerin belirlenmesi adına verilerin normal dağılım özelliği incelenmiştir. Sonuçlar doğrultusunda Bağımsız Gruplar T-Testi kullanılmıştır. Ayrıca değişkenler arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla da Pearson Korelasyon katsayısı hesaplanmıştır. Yapılan tüm analizler "p<.05" anlamlılık düzeyine tabi olarak SPSS 22 paket programı aracılığıyla yapılmıştır. **Bulgular:** Öğrencilerin sosyal fizik kaygı ölçeği alt boyutlarından olumsuz değerlendirilme beklentisi puanlarında, beslenme alışkanlığı ölçeğinde ise duygusal yemek yeme alt boyutlarında, cinsiyet değişkeni açısından kadınlarda; öğrencisi oldukları bölüm açısından ise kontrolsüz yemek yeme seviyelerinin spor bilimleri bölümü öğrencilerinde, olumsuz değerlendirilme beklentisi puanlarında ise diğer bölüm öğrencilerinde daha yüksek puanlar elde edilmiştir. Ayrıca düzenli olarak fiziksel aktivite yapmayan öğrencilerin sosyal fizik kaygı seviyelerinin daha yüksek olduğu tespit edilirken, düzenli olarak fiziksel aktivite yapan öğrencilerin ise bilinçli olarak yemek yemelerini kısıtlama derecelerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Öte yandan beden kitle indeksleri ile fiziksel görünüm rahatlığı, duygusal olarak yemek yeme, bilinçli olarak yemek yemeyi kısıtlama ve açlığa duyarlılık seviyelerinde pozitif yönlü zayıf, doğrusal bir ilişki tespit edilmiştir. **Sonuç:** Analizler sonucunda çalışmaya katılan üniversite öğrencilerinin sosyal fizik kaygıları ve beslenme alışkanlıklarının cinsiyet, öğrencisi oldukları bölüm, beden kitle indeksi ve düzenli olarak fiziksel aktivite yapma durumu değişkenlerine göre farklılaştıkları tespit edilirken, sosyal fizik kaygıları ile beslenme alışkanlıkları arasında ise pozitif yönlü zayıf, doğrusal bir ilişki tespit edilmiştir. **Öneriler:** Çalışmadan hareketle üniversite öğrencilerine uygun, düzenli beslenme ve sağlığı korumaya yönelik fiziksel aktiviteler içeren iyileştirici programların düzenlenmesi gerektiği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Beslenme Alışkanlıkları, Sosyal Fizik Kaygısı, Üniversite Öğrencileri

Investigation of Social Physique Anxiety and Eating Behaviours of University Students

Introduction and Purpose: Nutritional behavior is a sociological and psychological phenomenon as well as a physiological one. This makes it important to be aware of changes in eating habits, to approach university students who are the beginning of a new eating habit from this perspective and to be evaluated in terms of sociodemographic factors. In this period, students are more open to external influences as they communicate with many new people, as well as adapting to a new order, and may exhibit different behaviors than they normally do during this period. At this point, the tension and anxiety that individuals experience when their physical appearance is evaluated by others can turn into a social physical anxiety state. Based on this idea, the research aims to examine the social physics concerns and nutritional habits of university students according to various variables. **Method:** A total of 228 university students participated in this survey conducted in the screening model. As a result of the confirmatory factor analyses made by Kırac et al. (2015) in the acquisition of the data in Turkish and the validity reliability study of the Social Physics Anxiety Inventory by Mülazımoğlu Ballı and Aşçı (2006) in the cross-cultural validity study by Hagger et al. (2007) a seven-point version of the proposed population was used. The internal consistency of responses in the study was

tested with Cronbach's Alpha and determined to be acceptable. The normal distribution of the data were examined in order to determine the tests to be performed. As a result of the normal distribution of the obtained values independent samples t-test was used for unrelated samples. Moreover, a Pearson Correlation coefficient was calculated to determine the relationship between variables. All analyzes were performed using the SPSS 22 package program, taking the significance level of " $p < .05$ " into account. **Results:** In the expectations of students to be evaluated negatively from the social physics anxiety scale sub-dimensions; in the nutrition habit scale, emotional eating subdimensions; in women in terms of gender variable, in terms of the part they are students of uncontrolled eating levels in sports science department students, and in the negative evaluation expectation scores in other department students were higher scores. It was also found that students who did not regularly do physical activity had higher levels of social physical anxiety, while students who did physical activity regularly had higher degrees of restricting them from eating consciously. On the other hand, a positive weak, linear relationship was detected with body mass indexes in physical appearance comfort, emotional eating, consciously restricting eating and sensitivity to hunger levels. **Conclusion:** As a result of the analyses, it was determined that the social physique anxiety and eating behaviours of the university students in the study differed according to the gender, the department they were students in, their body mass index, and their regular physical activity status. It was found that there was a weak positive relationship between social physique anxiety and eating behaviours. **Suggestions:** Based on the study, it is thought that remedial programs should be organized that include regular nutrition and physical activities aimed at maintaining health suitable for university students.

Keywords: Eating Behaviours, Social Physique Anxiety, University Students

SB132

Beden Eğitimi ve Sporda Kullanılan Web 2.0 Araçları

Keziban AYDEMİR¹, Bijen FİLİZ¹

Afyon Kocatepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor ABD, Afyonkarahisar

Giriş ve amaç: Son yıllarda gelişen ve değişen teknoloji her alanda olduğu gibi eğitim alanında da değişikliklere yol açmıştır. Özellikle COVID-19 salgını nedeniyle uzaktan eğitime geçiş yapılmış ve Web 2.0 araçları önem kazanmıştır. Web 2.0 araçları öğretmenlere ders içeriklerini hazırlama, planlama, aktarma ve değerlendirme aşamalarında birçok kolaylık sağlamaktadır. Ayrıca, öğrencilerin derse olan ilgisini ve dikkatini çekme ve teknolojik okuryazarlık düzeylerini artırma gibi faydalar sağlamaktadır. Bu çalışmanın amacı, beden eğitimi ve sporda kullanılan Web 2.0 araçları hakkında bilgi vermektir. **Yöntem:** Çalışmada literatür taraması yapılmıştır. **Bulgular:** Web 2.0 araçlarının animasyon, çizim, müzik, video, poster- afiş, sanal gerçeklik, sınav, sunum gibi amaçlara yönelik kullanım sağladığı görülmektedir. Bu amaçlara yönelik Blogger, Coggle, Vyond, Prezi, Animoto, Edmodo, Dartfish Express, iMuscle 2, Bitmoji, Canva, Classdojo, Google Formlar, Padlet, Google Classroom, Thinglink araçları tanıtılmıştır. **Sonuç:** Bu çalışma ile öğretmenlerin beden eğitimi ve sporda değişik amaçlar için kullanılabilecek Web 2.0 araçları hakkında farkındalıklarının artması beklenmektedir. **Öneriler:** Öğretmenlerin beden eğitimi ve spor alanında eğitim içeriklerini zenginleştirmek için Web 2.0 araçlarını sıklıkla kullanmaları önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Teknoloji, COVID-19, Web 2.0 araçları, Beden eğitimi ve spor, Teknolojik okuryazarlık

Web 2.0 Tools Used in Physical Education and Sports

Introduction and purpose: The developing and changing technology in recent years has led to changes in the field of education as well as in every field. Especially due to the COVID-19 epidemic, distance education has been transitioned and Web 2.0 tools have gained importance. Web 2.0 tools provide many conveniences to teachers in preparing, planning, transferring and evaluating course content. In addition, it provides benefits such as attracting students' interest and attention to the lesson and increasing their technological literacy level. The aim of this study is to give information about Web 2.0 tools used in physical education and sports. **Method:** A literature review was conducted in the study. **Results:** It is seen that Web 2.0 tools are used for purposes such as animation, drawing, music, video, poster-banner, virtual reality, exam, presentation. Blogger, Coggle, Vyond, Prezi, Animoto, Edmodo, Dartfish Express, iMuscle 2, Bitmoji, Canva, Classdojo, Google Forms, Padlet, Google Classroom, Thinglink tools have been introduced for these purposes. **Conclusion:** With this study, it is expected that increase the awareness of trainers about Web 2.0 tools that can be used for different purposes in physical education and sports. **Recommendations:** It is recommended that trainers frequently use Web 2.0 tools to enrich their educational content in the field of physical education and sports.

Keywords: Technology, COVID-19, Web 2.0 tools, Physical education and sports, Technological literacy

SB133

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni Adaylarının Gelecek Kaygılarının Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi: Karabük Üniversitesi Örneği

Tuççe COŞAR¹, Yaşar İsmail GÜLÜNAY²

¹Karabük Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor ABD

²Karabük Üniversitesi, Hasan Doğan BESYO, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü

Giriş: Kaygı durumu, insanlığın başlangıcından beri var olan bir duygudur. Bireyler hayatlarını şekillendirirken geleceği göz önünde bulundurmalıdır. Özellikle üniversitede son senesinde olan öğrenciler için bu durum ayrı bir önem taşımaktadır. Çünkü mezun olduktan sonra yeni bir döneme adım atacaktırlar. Bu durumun farkındalığı ile öğrenciler gelecek kaygısı yaşayabilmektedir. **Amaç:** Çalışmada beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının gelecek kaygılarının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi amaçlanmaktadır. **Yöntem:** Araştırma tarama modelinde yapılmış, betimsel bir çalışmadır. Araştırmada veri toplama araçları olarak araştırmacılar tarafından geliştirilen “demografik bilgi formu”, Geylani ve Yıldız (2022) tarafından geliştirilen “Üniversite öğrencilerinde gelecek kaygısı ölçeği” kullanılmıştır. Bu çalışmada ölçeğin Cronbach değerleri tüm ölçek için ,82, Faktör 1 için ,92, Faktör 2 için ,74 olarak hesaplanmıştır. Verilerin normal dağılım gösterdiği tespit edilmiş ve SPSS 27 programı parametrik testlerden faydalanılmıştır. İstatistiksel olarak anlamlılık düzeyi $p<.05$ olarak kabul edilmiştir. **Bulgular:** Beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının cinsiyet, sınıf düzeyi ve gelir düzeyine göre gelecek kaygıları arasında anlamlı farklılık tespit edilmezken, genel ağırlıklı not ortalamasında anlamlı fark tespit edilmiştir ($p<.05$). **Sonuç:** Araştırma sonucuna göre beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının gelecek kaygıları çeşitli değişkenlere göre incelenirken, genel ağırlıklı not ortalamasının önemli bir kriter olabileceği sonucuna ulaşılmıştır. **Öneriler:** İleriki çalışmalar için daha geniş kapsamlı örneklem grubu ile çalışma yapılması, diğer öğretmenlik bölümleri ile karşılaştırma yapılması gibi öneriler ortaya çıkarılmıştır.

Anahtar kelimeler: Beden eğitimi ve spor öğretmeni adayı, gelecek kaygısı,

Examination of the Future Concerns of Physical Education and Sports Preservice Teachers According To Various Variables: Case of Karabük University

Introduction: Anxiety is an emotion that has existed since the beginning of humanity. Individuals should consider the future while shaping their lives. This is especially important for students who are in their last year at the university. Because after graduation, they will step into a new era. With the awareness of this situation, students may experience future anxiety. **Purpose:** In this study, it is aimed to examine the future concerns of physical education and sports preservice teachers according to various variables. **Method:** The research is a descriptive study conducted in scanning model. In the study, "demographic information form" developed by the researchers and "future anxiety scale in university students" developed by Geylani and Yıldız (2022) were used as data collection tools. In this study, the Cronbach values of the scale were calculated as .82 for the whole scale, .92 for Factor 1 and .74 for Factor 2. It was determined that the data showed normal distribution and SPSS 27 program parametric tests were used. The statistical significance level was accepted as $p<.05$. **Findings:** While no significant difference was found between the future anxieties of physical education and sports preservice teachers according to gender, class level and income level, a significant difference was found in the general weighted grade point average ($p<.05$). **Conclusion:** According to the results of the research, while the future concerns of physical education and sports teacher candidates were examined according to various variables, it was concluded that the general weighted grade point average could be an important criterion. **Suggestions:** These may be applied for future studies, such as working with a larger sample group and making comparisons with other teaching departments.

Key words: Physical education and sport preservice teacher, future concern

SB134

Bedensel Okuryazarlık ve Beden Eğitimi Dersi Arasındaki İlişki

Hasan YILMAZ¹, İrem ŞENTÜRK², Aynur YILMAZ²

¹Trabzon Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

²Trabzon Üniversitesi Spor Yönetim Bilimleri Anabilim Dalı

Amaç: Beden eğitimi dersi öğrencilerin başta fiziksel gelişimleri olmak üzere sosyal gelişim, duyuşsal gelişim, bilişsel gelişim ve psikolojik gelişim gibi bir çok alana hizmet etmektedir. Öğrencilerin beceri gelişimleri ve farklı spor branşlarına yönelik farkındalık elde etmede beden eğitiminin önemli bir yeri bulunmaktadır. Özellikle yaşam boyu fiziksel aktivite davranışını sürdürmede bu derste elde edilecek kazanımlardan biride öğrencilerin beden okuryazarlığına sahip olabilmeleridir. Bu amaçla bu araştırmada öğrencilerin beden eğitimi dersine yönelik tutumları ile bedensel okuryazarlık düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi amaçlanmıştır. **Yöntem:** Araştırmada nicel araştırma yaklaşımlarından ilişkisel tarama deseni kullanılmıştır. Araştırma Trabzon il merkezindeki ortaokullarda öğrenim gören öğrenciler üzerinde yapılmıştır. Örneklem seçiminde seçkisiz örneklem yöntemlerinden biri olan basit seçkisiz örneklem kullanılmıştır. Veriler araştırmacılar tarafından hazırlanan “Kişisel Bilgi Formu”, Özgül, Semiz ve Kangalgil (2023) tarafından geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılan “Ortaokul öğrencileri için bedensel okuryazarlık tutum ölçeği” ve “Demirhan ve Altay (2001) tarafından geliştirilen “Beden eğitimi ve spora ilişkin tutum ölçeği” aracılığıyla elde edilmiştir. Verilerin analizinde betimsel analizler, iki bağımlı değişken arasındaki ilişkiyi belirlemek için Pearson Korelasyon analizi kullanılmıştır. Ayrıca Bağımsız gruplar t testi, Tek yönlü varyans analizi, basit doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Güvenirlilik Croanbach Alpha İç Tutarlık Katsayısı ile hesaplanmıştır. Verilerin analizinde SPSS 21 Paket programı kullanılmıştır. **Bulgular:** Öğrencilerin bedensel okuryazarlık ve beden eğitimi dersine yönelik tutumlarının yüksek olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin bedensel okuryazarlık ölçeği ile beden eğitimi dersi tutum ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları arasında yüksek düzeyde pozitif yönde ilişki olduğu elde edilmiştir. Öğrencilerin beden eğitimi dersine yönelik tutumları arttıkça bedensel okuryazarlık tutumları da arttığı söylenebilir. Öğrencilerin bedensel okuryazarlıkları ile beden eğitimi dersi tutumları cinsiyet değişkenine göre farklılaşmaktadır. Ayrıca bedensel okuryazarlık beden eğitimi dersine yönelik tutumu anlamlı şekilde yordamaktadır. **Sonuç:** Beden eğitimi dersine yönelik öğrencilerin tutumlarının artması bedensel okuryazarlık tutumlarını da olumlu şekilde etkilemektedir. Beden eğitiminin kazanımları arasında yer alan bedensel okuryazarlık beden eğitimi dersine yönelik tutumu önemli şekilde yordamaktadır. Öğrencilerin bedensel okuryazarlıklarını geliştirmek için beden eğitimi dersine olan tutumlarını olumlu hale getirmek önemlidir.

Anahtar Kelimeler: Bedensel okuryazarlık, Beden eğitimi dersi, Tutum

The Relationship Between Physical Literacy and Physical Education Lesson

Purpose: Physical education course serves many areas such as social development, emotional development, cognitive development and psychological development, especially physical development of students. Physical education has an important place in students' skill development and awareness of different sports branches. One of the gains to be obtained in this course, especially in maintaining lifelong physical activity behavior, is that students can have body literacy. For this purpose, in this study, it was aimed to determine the relationship between students' attitudes towards physical education lesson and their physical literacy levels. **Method:** Relational screening design, one of the quantitative research approaches, was used in the study. The research was carried out on students studying in secondary schools in Trabzon city center. Simple random sampling, which is one of the random sampling methods, was used in sampling selection. The data were collected with the "Personal Information Form" prepared by the researchers. In addition, the data were obtained through the "Somatic literacy attitude scale for secondary school students" developed by Özgül, Semiz and Kangalgil (2023) and "Attitude scale towards physical education and sports" developed by Demirhan and Altay (2001). Descriptive analyzes were used to analyze the data and Pearson Correlation analysis was used to determine the relationship between two dependent variables. Reliability was calculated with the Croanbach Alpha Internal Consistency Coefficient. SPSS 21 Package program was used in the analysis of the data. **Results:** It was determined that students' attitudes towards physical literacy and physical education lessons were high. It was found that there was a high level of positive correlation between the students' physical literacy scale and the average scores they got from the physical education lesson attitude scale. It can be said that as the attitudes of the students towards the physical education lesson increase, their physical literacy attitudes also increase. The physical literacy and physical education lesson attitudes of the students differ according to the gender variable. In addition, physical literacy significantly predicts the attitude towards physical education lesson. **Conclusion:** The increase in students' attitudes

towards physical education lesson also positively affects their physical literacy attitudes. Physical literacy, which is among the achievements of physical education, significantly predicts the attitude towards the physical education lesson. It is important to make students' attitudes towards physical education lesson positive in order to improve their physical literacy.

Keywords: Physical literacy, Physical education lesson, Attitude

SB135

Spor Bilimleri Fakültesi ve Diğer Fakültelerde Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Uzaktan Eğitim Memnuniyet Düzeylerinin Karşılaştırılması

Harun TOPAL¹, Doğukan ATASEVEN¹, Öznur KARADAĞ¹, Selahattin AKPINAR¹

¹Düzce Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Düzce

Giriş ve Amaç: Bu çalışmada spor bilimleri fakültesi ve diğer fakültelerde öğrenim gören üniversite öğrencilerinin uzaktan eğitim memnuniyet düzeylerinin karşılaştırılması ve üniversite öğrencilerinin uzaktan eğitim memnuniyet düzeylerinin cinsiyet, sınıf düzeyi, yaşanan yer, uzaktan eğitimde kullanılan cihaz ve öğrenim gördüğü programa göre fark olup olmadığının incelenmesi amaçlanmıştır. **Yöntem:** Bu amaçla, üniversitede öğrenim gören 303 öğrenci araştırmaya gönüllü olarak katılım sağlamıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak, araştırmacılar tarafından hazırlanan 'Kişisel Bilgi Formu' ve Kafes ve Yıldırım (2021) tarafından geliştirilen 'Üniversite Öğrencilerinin Uzaktan Eğitim Memnuniyeti Ölçeği' kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 22 paket programından faydalanılmıştır. Frekans, yüzde ve ortalama hesaplamalarının yanı sıra yapılan normallik testi sonucunda verilerin normal dağılım gösterdiği tespit edilmiş ve bu gerekçe ile veriler bağımsız gruplarda t testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi ile analiz edilmiştir. **Bulgular:** Araştırma sonucunda, öğrencilerin uzaktan eğitim memnuniyet düzeyleri ölçek alt boyutları ve ölçek toplam puanlarının cinsiyet, sınıf düzeyi, yaşadıkları yer, uzaktan eğitimde kullandıkları cihaz değişkenlerine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır ($p>0,05$). Ayrıca spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin ve diğer fakültelerde öğrenim gören öğrencilerin uzaktan eğitim memnuniyet düzeyleri arasında anlamlı bir fark yoktur ($p>0,05$). **Sonuç ve Öneriler:** Bu bulgular ışığında, farklı fakültelerde öğrenim gören üniversite öğrencilerinin uzaktan eğitim memnuniyet düzeylerinin farklılaşmadığı söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: üniversite öğrencisi, uzaktan eğitim, memnuniyet, spor bilimleri

Comparison of Distance Education Satisfaction Levels of University Students Studying in Faculty of Sport Sciences and Other Faculties

Introduction and Purpose: In this study, it was aimed to compare the distance education satisfaction levels of university students studying at the faculty of sports sciences and other faculties, and to examine whether there is a difference between university students' satisfaction with distance education according to gender, class level, place of residence, the device used in distance education and the program they studied. **Method:** For this purpose, 303 university students voluntarily participated in the research. The 'Personal Information Form' prepared by the researchers and the 'Distance Education Satisfaction Scale of University Students' developed by Kafes and Yıldırım (2021) were used as data collection tools in the research. The 'Personal Information Form' prepared by the researchers and the 'Distance Education Satisfaction Scale of University Students' developed by Kafes and Yıldırım (2021) were used as data collection tools in the research. SPSS 22 package program was used in the analysis of the data. In addition to frequency, percentage and mean calculations, it was determined that the data showed normal distribution as a result of the normality test, and for this reason, the data were analyzed with independent groups t test and one-way analysis of variance (ANOVA) test. **Results:** As a result of the research, it was concluded that students' distance education satisfaction levels, scale sub-dimensions and scale total scores did not differ significantly according to gender, class level, place of residence, the device they used in distance education and the program they studied ($p>0.05$). In addition, there is no significant difference between the distance education satisfaction levels of the students at the faculty of sports sciences and those studying at other faculties ($p>0.05$). **Conclusion and Suggestions:** In the light of these findings, it can be said that the distance education satisfaction levels of university students studying in different faculties do not differ.

Keywords: university student, distance education, satisfaction, sports science

SB136

Türk Tenis Antrenör Eğitim Sisteminin İncelenmesi

Asuman CELİK¹, Yusuf Dinar İŞGÖREN¹, Şeniz KARAGÖZ¹

¹Afyon Kocatepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi / Afyonkarahisar

Giriş ve Amaç: Tenis branşının tabana yaygınlaştırılması ve tenis branşında başarının sürdürülebilir hale getirilmesi her branşta olduğu gibi tenis branşında da uzman eğitici kadroların yetiştirilmesiyle mümkün olmaktadır. Bu eğitici kadrolarının en başında antrenörler gelmektedir. Antrenörler, mesleki sorumluluklarını en iyi şekilde yerine getirebilmek için alanındaki gelişmeleri sürekli takip etmeli ve değişen koşullara göre eğitimlerini şekillendirmelidir. Bu noktada antrenörlerin hizmet öncesi aldıkları eğitimin niteliği tenis branşında belirleyici bir etken olmaktadır. Bu güne kadar ülkemiz, dünya tenisini yakından takip ederek Türk tenis eğitim sisteminde güncel eğitim programları oluşturmuştur. Bu çalışmanın amacı; ülkemizde uygulanan güncel tenis antrenör eğitim sistemini açıklamak, bu güne kadar uygulanan tenis antrenör eğitim sistemlerinin farklılıklarını ve avantajlarını ortaya koymaktır. **Yöntem:** Bu araştırmada, tanımlayıcı yaklaşımla birlikte dikey ve yatay yaklaşım yöntemleri kullanılmış, verilerin toplanmasında ise belgesel tarama tekniğinden faydalanılmıştır. **Bulgular ve Sonuç:** Araştırma sonuçlarına göre yeni tenis antrenörü yetiştirme sisteminin işlevsel bir yapıya sahip olduğu anlaşılmaktadır. Güncellenen antrenörlük kademelerindeki tenis eğitimi aşamalarındaki içeriğin, doğal dersleri ve daha az kurallı oyunlara yönelik yaklaşımı benimsediği ve bu yaklaşımların daha zeki tenisçiler yetiştirmede etkili olacağı anlaşılmaktadır. **Öneriler:** Bu çalışmada Türkiye Tenis Antrenörü Yetiştirme Sistemi hakkında geçmiş sistemler ile karşılaştırmalar yapılarak mevcut sistem hakkında bilgiler verilmiştir. Bu bilgiler doğrultusunda oluşturulan yeni sistemin verimliliğinin daha detaylı incelenmesi adına fizyolojik, psikolojik, yönetsel ve diğer alanlarda akademik çalışmaların yapılması önerilmektedir. Ayrıca tenis branşında gerçekleştirilen bu çalışmadaki tartışmanın, diğer branşlarda da yapılarak verimliliğin ve sürdürülebilirliği artırılması önerilmektedir.

Anahtar kelimeler: Tenis, Antrenör Eğitimi, Eğitim sistemi

Investigation of Turkish Tennis Coach Training System

Introduction and Purpose: The generalization of the tennis branch and the sustainability of the success in the tennis branch is possible by training expert trainers in the tennis branch, as in every branch. At the forefront of these education is trainer training. In order to fulfill their professional responsibilities in the best way, trainers should constantly follow the developments in their field and shape their training according to changing conditions. At this point, the quality of the pre-service training received by the coaches is a determining factor in the tennis branch. Until today, our country has closely followed the world tennis and created up-to-date training programs in the Turkish tennis education system. The aim of this study; to explain the current tennis coach training system applied in our country, to reveal the differences and advantages of the tennis coach training systems applied until today. **Method:** In this study, vertical and horizontal approach methods were used together with the descriptive approach, and the documentary scanning technique was used in the collection of data. **Findings and Conclusion:** According to the results of the research, it is understood that the new tennis coach training system has a functional structure. In the updated coaching levels, it has been understood that the content in the tennis training stages is based on natural lessons and games with fewer rules, and these approaches will be effective in raising smarter tennis players. **Suggestions:** In this study, information about the current system is given by making comparisons with the previous systems about the Turkish Tennis Coach Training System. It is recommended to conduct academic studies in physiological, psychological, managerial and other fields in order to examine the efficiency of the new system created in line with this information in more detail. In addition, it is recommended to increase efficiency and sustainability by making the discussion in this study carried out in the tennis branch also in other branches.

Keywords: Tennis, Trainer Training, Education system

SB137

Titreşimli –Titreşimsiz Köpük Silindir Uygulamalarının Boksörlerin Maç Performansına ve Fiziksel Uygunluk Özelliklerine Etkisi

Merve Özge AKYÜZ¹, Malik BEYLEROĞLU¹

¹*Sakarya University of Applied Sciences, Faculty of Sport Sciences, Sakarya*

Bu çalışmanın amacı; 4 haftalık titreşimli ve titreşimsiz köpük silindir uygulamalarının 18 yaş ve üstü elit kadın boksörlerde denge ve esneklik özelliklerine etkisinin araştırılmasıdır. 4 hafta boyunca titreşimli ve titreşimsiz foam roller egzersizlerinin stork denge testi, flamingo denge testi, otur eriş testi ve yıldız denge testi parametrelerinde, 4 hafta boyunca kontrol grubunun stork denge testi, flamingo denge testi, otur eriş testi ve yıldız denge testin parametrelerinde istatistiksel olarak anlamlı bir gelişme gözlenmiştir ($p<0.05$). Yapılan çalışma sonucunda 18 yaş üzeri elit kadın boksörlerde 3 haftalık foam roller egzersizlerinin ön test ve son test değerlerine bakıldığında; otur eriş (esneklik), sağ sol ayak stork denge , sağ sol ayak flamingo denge , sağ sol ayak yıldız denge parametrelerinde olumlu katkısı olduğu görülmektedir. Testlerdeki bazı açısız değerlerde olumsuzluklar gözlenmiştir. Bunun sebebinin sporcuların kamp döneminde yaşadığı sakatlıkların masör fizyoterapist gibi uzmanların eksik olmaları sonucunda iyileştirilememesi olarak düşünülmektedir. Bu yüzden uygulanan son testler verimli geçmemiştir, buna bağlı olarak olumsuz katkıları da olmuştur.

Anahtar Kelimeler: Boks, köpük silindir, esneklik, denge

The Effect of Vibrating-No-Vibrating Foam Cylinder Applications on the Match Performance and Physical Fitness Features of Boxers

The aim of this study; The aim of this study is to investigate the effects of 4-week vibrating and non-vibrating foam roller applications on balance and flexibility properties of elite female boxers aged 18 and over. It was statistically significant in the stork balance test, flamingo balance test, sit down and star balance test parameters of vibrating and non-vibrating foam roller exercises for 4 weeks, and in the parameters of the stork balance test, flamingo balance test, sit down test and star balance test of the control group for 4 weeks. an improvement was observed ($p<0.05$). As a result of the study, when the pre-test and post-test values of 3-week foam roller exercises in elite female boxers over the age of 18 were examined; sit and reach (flexibility), right left foot stroke balance, right left foot flamingo balance, right left foot star balance parameters are seen to have a positive contribution. Negativenesses were observed in some angular values in the tests. It is thought that the reason for this is that the injuries experienced by the athletes during the camp period cannot be healed as a result of the lack of specialists such as masseur physiotherapists. That's why the last tests applied were not efficient, and there were also negative contributions to this.

Keywords: Boxing, foam roller, flexibility, balance

SB138

Kronotip'in Sportif Performans Üzerine Etkisi

Yakup KÖSE¹, Raci KARAYİĞİT¹

¹*Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara*

Profesyonel spor çağında, sporcular, antrenörler ve teknik ekip, sportif performansın arkasındaki bilim, tıp ve psikolojiye eskiye nazaran daha fazla dikkat etmekte, çünkü performanstaki en ufak artış bile önemli kabul edilmekte. Bir sporcunun bireyselliğini anlamak, sporcunun performansını en üst düzeye çıkarmak amacıyla antrenmanını programlamak için yardımcı olabilir. Bu doğrultuda her sporcu benzersiz kılan faktörlerden biri,

doğuştan gelen sirkadiyen ritmin bireysel farklılıkları olan kronotiptir. Bu farklılığı etkileyen birçok faktör vardır ve dolaylı veya direkt olarak sportif performansı etkileyebileceği düşünülmektedir. Bu araştırmada kronotip'in sportif performans üzerine etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma, literatür taraması ve içerik analiz yöntemi kullanılarak yapılan derleme türü bir çalışmadır. Literatür taraması sonucu çalışmaya dahil edilen veriler; konuyu açıklayacak ve soru işaretlerini giderebilecek nitelikli akademik yayınlar ve çalışmalardan elde edilmiştir. Bu doğrultuda PubMed, Web of Science, Google Scholar veri tabanlarında 'chronotype and sports performance', 'chronotype and their effects on athletic performance', 'chrono-exercise' anahtar kelimeleri ile tarama yapılarak yayınlanan araştırmalar çalışmanın amacına uygun şekilde incelenmiş ve derlenmiştir. İncelenen çalışmalarda sabahcıl kronotipe sahip sporcuların kişisel olarak en iyi performansını gün ortasında, ara tip kronotipe sahip sporcuların en iyi performansını öğleden sonra ve akşamcıl tip kronotipe sahip sporcuların en yüksek performansı akşam gösterdiği görülmektedir. Ayrıca aerobik ve anaerobik enerji sistemlerinin organizmaya katkısının akşamları sabaha göre daha fazla arttığına dair bazı kanıtlar olduğunu gözlemlenmektedir bu da kronotip'in hem enerji sistemlerinin dağıtımını hem de hızını etkileyen potansiyel bir faktör olabileceğini düşündürmektedir. Fakat bu ilişkiyi doğrudan test eden herhangi bir çalışma yoktur. Sporcularda direnç antrenmanı ve kısa süreli maksimal egzersiz performansı, sabah yapılan antrenman performansına kıyasla akşam saatlerinde yapılan antrenman performansının zirve yaptığını ortaya koyan çalışmalar da mevcuttur. Bu da akşamcıl kronotipe sahip sporcuların kısa vadeli maksimal egzersiz ve direnç antrenmanı performansının sabahcıl kronotipe sahip sporculardan daha iyi olacağını ve avantaj sağlayabileceğini düşündürmektedir. Diğer yandan atletik grupların genel popülasyonda tipik olarak rapor edilenden daha yüksek oranda sabahcıl kronotipi içerdiği görülmektedir. Buradan da atletlerin müsabakalarının daha çok öğlen ve öğleden sonra gerçekleştiğinden yola çıkarsak sabahcıl kronotipe sahip atletlerin, ara tip ve akşamcıl tip sporculara göre daha başarılı olduğunu düşündürmektedir. Bu alanda yapılacak yeni ve kaliteli çalışmalar konu hakkında daha kesin sonuçlara ulaşmamızı sağlayacaktır.

Türkçe Anahtar Kelimeler: Kronotip - spor - performans

The Effect of Chronotype on Sport Performance

In the era of professional sport, athletes, coaches and technical staff are paying more attention to the science, medicine and psychology behind sporting performance than ever before, as even the smallest increase in performance is considered significant. Understanding an athlete's individuality can help to program their training to maximize their performance. One of the factors that make each athlete unique in this regard is the chronotype, which is the individual differences in the innate circadian rhythm. There are many factors that affect this difference and it is thought that it may indirectly or directly affect athletic performance. In this study, it was aimed to examine the effect of chronotype on sportive performance. The research is a review type study using literature review and content analysis method. The data included in the study as a result of the literature review were obtained from qualified academic publications and studies that could explain the subject and eliminate question marks. In this direction, PubMed, Web of Science, Google Scholar databases were searched with the keywords 'chronotype and sports performance', 'chronotype and their effects on athletic performance', 'chrono-exercise' and the studies published were examined and compiled in accordance with the purpose of the study. In the reviewed studies, it is seen that the athletes with morning chronotype show their personal best performance in the middle of the day, the athletes with intermediate chronotype show their best performance in the afternoon and the athletes with evening chronotype show their best performance in the evening. There is also some evidence that the contribution of aerobic and anaerobic energy systems to the organism increases more in the evening than in the morning, suggesting that chronotype may be a potential factor affecting both the distribution and rate of energy systems. However, no studies have directly tested this relationship. Resistance training and short-duration maximal exercise performance in athletes has also been shown to peak during evening training compared to morning training performance. This suggests that athletes with an evening chronotype may have better short-term maximal exercise and resistance training performance than athletes with a morning chronotype and may provide an advantage. On the other hand, athletic groups appear to contain a higher proportion of morning chronotypes than typically reported in the general population. This suggests that athletes with a morning chronotype are more successful than athletes with an intermediate and evening chronotype, based on the fact that athletes' competitions mostly take place at noon and in the afternoon. New and high-quality studies to be conducted in this field will enable us to reach more definite conclusions about the subject.

Keywords: Chronotype - sport - performance

SB139

Stroboskopik Antrenmanın Teniste Performans ve Reaksiyon Zamanına Etkisinin İncelenmesi

Serkan UZLAŞIR¹, Serhat TUFAN², Hilmi DANIŞMAN², Erhan IŞIKDEMİR¹

¹Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı

²Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü

Dünyada popüler sporlardan olan, binlerce izleyicinin ilgisini çeken tenis yarışma kökenli bir spordur. Süre sınırlaması olmadığından maçlar bazen 2 saatten az bazen ise 4 saatten fazla sürebilmektedir bu durum enerji sistemlerinin ve çeviklik, denge, hız, esneklik, patlayıcı kuvvet ve reaksiyon zamanı gibi motor özelliklerin üst düzeyde kullanımını gerektirmektedir. Sporun önemli bileşenlerinden reaksiyon ve hareket zamanı yarışma performansındaki önemi gün geçtikçe artmaktadır. Bu çalışmada düzenli olarak haftada 3 gün tenis oynayan kadın ve erkek sporcuların reaksiyon zamanı ve tenis performansı üzerindeki etkisinin ortaya konması amaçlanmıştır. Çalışmanın örneklem grubunu Spor Bilimleri Fakültesinde eğitim gören ve haftanın en az 3 günü düzenli olarak tenis antrenmanı yapan (Yaş: 21.5±2.7, boy uzunluğu: 170.0±10.9 cm., vücut ağırlığı: 68.3±13,9 kg) Spor Bilimleri Fakültesinde eğitim gören, en az bir dönem tenis eğitimi almış 10 Kadın; 10 erkek öğrenci oluşturmuştur. Antrenmanlar her iki gruba da 4 hafta ve her hafta 2 gün, antrenör eşliğinde yaptırılmıştır. Her antrenmanda öğretim yöntemine göre Gözlüklü/Gözlüksüz antrenmanlarının içeriği; forehand, backhand, vole ve servis şeklinde olmuştur. Antrenmanlar her iki gruba da 4 hafta ve haftada 2 gün, günde 60 dk olarak planlanmıştır. Çalışma kapsamında reaksiyon ve hareket zamanını test etmek için Kinereach testi, tenis performansı özelliğini değerlendirmek için ITN (Internotianal.....) testi uygulanmıştır. Çalışmanın istatistiksel analizi Tekrarlı Ölçümlerde Varyans Analizi (ANOVA) bağlı olmayan gözlemler arası faktör analizi kullanıldı. Anlamlılık düzeyi p<0,05 olarak kabul edilmiştir. Elde edilen sonuçlara Gözlüklü Grup ITN (p=0,001, η²=0,50), Gözlüksüz Grup ITN (p=0,001, η²=0,47) ve Gözlüklü grup Reaksiyon Zamanı (p=0,904, η²=0,001), Gözlüksüz grup Reaksiyon zamanı (p=0,470, η²=0,001) şeklinde bulunmuştur. Elde edilen sonuçlara göre tenis branşında görseelliğin değiştirilmesi performansı olumlu yönde etkilediği ancak reaksiyon zamanını etkilemediği belirlenmiştir. Deney grubunun sayısının artırıldığı çalışmalara ihtiyaç vardır.

Anahtar kelimeler: Tenis, Reaksiyon zamanı, Stroboskopik Antrenman

Investigation of the Effect of Stroboscopic Glasses on Reaction Time in Tennis

Tennis, which is one of the popular sports in the world and attracts the attention of thousands of spectators, is a competition-based sport. Since there is no time limit, the matches can sometimes last less than 2 hours and sometimes more than 4 hours. This requires the use of energy systems and motor features such as agility, balance, speed, flexibility, explosive strength and reaction time at a high level. The importance of reaction and movement time, which is one of the important components of sports, in competition performance is increasing day by day. In this study, it was aimed to reveal the effect of male and female athletes who regularly play tennis 3 days a week on reaction time and tennis performance. The sample group of the study consisted of the students who studied at the Faculty of Sport Sciences and regularly trained at least 3 days a week (age: 21.5±2.7, height: 170.0±10.9 cm., body weight: 68.3±13,9 kg), who studied at the Faculty of Sport Sciences. 10 women who had a little tennis training; It consisted of 10 male students. The trainings were carried out for both groups for 4 weeks and 2 days a week, accompanied by a trainer. The content of the training with/without glasses according to the teaching method in each training; forehand, backhand, volley and serve. The trainings were planned for both groups for 4 weeks, 2 days a week, 60 minutes a day. Within the scope of the study, the Kinereach test was used to test the reaction and movement time, and the ITN (Internotianal.....) test was used to evaluate the tennis performance feature. Statistical analysis of the study The Analysis of Variance in Repeated Measures (ANOVA) non-dependent between-observation factor analysis was used. Significance level was accepted as p<0.05. According to the results obtained, Glasses Group ITN (p=0.001, η²=0.50), Glasses-Free Group ITN (p=0.001, η²=0.47) and Glasses group Reaction Time (p=0.904, η²=0.001), Glass-free group Reaction Time time (p=0.470, η²=0.001). According to the results obtained, it was determined that changing the visual appearance in the tennis branch affected the performance positively, but did not affect the reaction time. There is a need for studies in which the number of the experimental group is increased.

Keywords: Tennis, Reaction time, Stroboscopic Training

SB140

Spor Takviyesi Olarak Gelişim ve Toparlanmada Melatonin

Kadir GÖREN², Semih KARAMAN¹, Melike KESKİNOĞLU²

¹*Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü*

²*Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü*

Sporcular, performanslarını daha fazla arttırmak için legal veya illegal olarak bir çok destekleyici madde kullanmaktadırlar. Bu maddelerden birisi, güçlü bir antioksidan ve uyku ile direkt ilişkili olan hormon, melatoninidir. Bu çalışmada amaç, spor takviyesi olarak kullanılan melatoninin takviyesinin, toparlanma ve gelişim sürecindeki rolünü ve işlevini açıklamaktır. Melatonin, egzersiz sonrası toparlanmada aktif rol oynayarak toparlanmaya yardımcı olmaktadır. Toparlanma daha hızlı gerçekleşerek bir sonraki yoğun egzersiz için sporcunun uygun fizyolojik yeterliliğe gelmesine olanak sağlar. Dışarıdan alınan melatonin, gelişim üzerinde olumlu etkileri bulunmaktadır. Bu bulgular yeterli ve uygun dozlar alınarak gelişim için yardımcı olmaktadır. Buna karşın literatürde melatonin kullanımının bazı performans parametrelerinde düşüşe neden olduğu ve plasebo grubu ile farklı olmadığı raporlanmıştır. Elde edilen bulgular melatonin hormonunun toparlanma ve gelişim açısından önemli olabileceğini düşündürmektedir lakin kanıt yetersizliği sebebiyle melatoninin performans üzerindeki tam etkileri henüz tam belirlenmemiştir. Ancak toparlanma sürecinde uykuyu destekleyerek sporcuların daha verimli bir toparlanma süreci geçirmesine yardımcı olabileceğinden, eksojen melatonin uygun dozda kullanımı, toparlanma sürecinde etkili olabilir.

Anahtar Kelimeler: Uyku, Melatonin, Supplement, Toparlanma

Sports Supplement; Melatonin Development and Recovery

Athletes use many supplements, legally or illegally, to further increase their performance. One of these substances is melatonin, a powerful antioxidant and hormone directly related to sleep. The aim of this study is to explain the role and function of melatonin supplement, which is used as a sports supplement, in the recovery and development process. Melatonin helps recovery by playing an active role in recovery after exercise. By reducing the recovery process, it allows the athlete to come to the appropriate physiological competence for the next intense exercise. Exogenous melatonin has been found to have positive effects on development. These findings have been helpful for improvement by taking adequate and appropriate doses. On the other hand, it has been reported in the literature that the use of melatonin causes a decrease in some performance parameters and there is no difference with the placebo group. The findings suggest that the hormone melatonin may be important for recovery and development, but due to lack of evidence, the exact effects of melatonin on performance have not been fully determined yet. However, the appropriate dose of exogenous melatonin intake may be effective in the recovery process, as it can help athletes have a more efficient recovery process by supporting sleep during the recovery process.

Key Words: Sleep, Melatonin, Supplement, Recovery

SB141

Yoga'nın Farklı Değişkenlere Göre Kadınlar Üzerindeki Olumlu Etkileri

Derya MÜKELLEF¹, Zeynep YILDIRIM¹, Serdar CEYHUN¹

¹*Bartın Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi*

Giriş: Yoga 1820 yılında Hindistan'da başlayıp günümüzde tüm dünya ülkelerinde yaygınlaşan insanların duygusal, manevi ve zihinsel durumlarına denge ve sağlık kazandırmak amacıyla tasarlanmış, din veya inançlar bütünü olmayan, yalnızca bir düşünce sistemi olan ve kişinin kendini tanımasını sağlayan en eski kişisel gelişim yöntemlerinden biridir. En önemli amacı bütün yaşam şekillerinde derin bir birliktelik ve

şefkat duygusu oluşturmaktır. Sanskritçede “boyunduruk” anlamına gelen “yug” kelimesinden türetilmiştir. Ortaya çıktığı yıllarda sadece erkekler tarafından farklı bir rahatlama şekli olarak uygulanmış, 1920’li yıllara gelindiğinde araştırma merkezlerinin kurulduğu zindelik egzersizi haline evrilmiş, 1930’lu yılların sonunda ise kadınların da yoga yapmaya başlamasıyla birlikte dünyada popüler bir uygulama durumuna ulaşmıştır. Bu çalışmada temel yoga tarihçesi, yoganın kadınlar üzerindeki etkileri ve yoganın kadınlar tarafından tercih edilme nedenleri üzerine yapılan ulusal ve uluslararası bilimsel araştırmalar derlenmiştir. **Amaç:** Bu araştırmanın amacı, yoganın kadınlar üzerinde ki olumlu etkilerinin içerik analizinin yapılması üzerinedir. **Yöntem:** Bu amaçla yola çıkılarak 19 makale analizi yapılmıştır. Bu makalelerde Cenkseven (2004) ve Akın’ın geliştirdiği geçerlik ve güvenilirliklerini yapılarak Türkçeye uyarlanan Ryff’in (1989) geliştirdiği Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (PIÖ), King ve Emmons tarafından geliştirilen öz değerlendirmeye dayalı Duyguları İfade Ölçeği, Gençdoğan’ın (2006) geliştirdiği Premenstrüel Sendrom Ölçeği (PMSÖ), Ware (19879) tarafından geliştirilen ve ülkemizde geçerlilik ve güvenilirlik çalışması 1999 yılında Koçyiğit ve arkadaşları tarafından yapılmış olan SF36 Yaşam Kalitesi Ölçeği, Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği (GRCDÖ), Beden İgesinin Yaşam Niteliğine Etkisi Ölçeği (BİYNEÖ), Vücut Algısı Ölçeği (VAÖ),QUALEFFO Yaşam Kalitesi indeksi, Uluslararası Fiziksel Aktivite anketi (IPAQ), depresyon seviyesi Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ), Beck Ansiyete ölçeği kullanılmıştır. Sözkonusu 19 bilimsel çalışma incelendiğinde yoganın kadınlar üzerinde fiziksel, duygusal ve zihinsel sağlık alanlarına olumlu etki ettiği gözlemlenmiştir. **Sonuç:** Araştırılan bilimsel çalışmalara göre Yoga’nın kadınlar üzerinde birçok olumlu etkisi olduğu söylenebilir. Alt boyutlar bazında bakıldığında, kendini bulma, çevresi ile olumlu ilişkiler kurma, öz hâkimiyet geliştirme gibi olumlu yönde farklılık yarattığı görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Kadınlar, Yoga, Fiziksel Egzersiz, Duygusal ve Zihinsel sağlık

Positive Effects of Yoga on Women According to Different Variables

Introduction: Yoga is one of the oldest personal development methods, which started in India in 1820 and has become widespread in all countries of the world today, designed to bring balance and health to the emotional, spiritual and mental states of people. Its most important aim is to create a deep sense of togetherness and compassion in all forms of life. It is derived from the Sanskrit word “yug” meaning “yoke”. In the years it emerged, it was applied only by men as a different form of relaxation, in the 1920s it evolved into a fitness exercise where research centers were established, and at the end of the 1930s, it became a popular practice in the worldwith women starting to practice yoga. In this study, national and international scientific researches on the basic history of yoga, the effects of yoga on women and the reasons why yoga is preferred by women have been compiled. **Objective:** The aim of this research is to analyze the positive effects of yoga on women. **Method:** Based on this purpose, 19 articles were analyzed. In these articles, the Psychological Well-Being Scale (PII) developed by Ryff (1989) developed by Cenkseven (2004) and Akın, validity and reliability were adapted to Turkish, and the Expression of Emotions Scale developed by King and Emmons based on self-evaluation was used by Gençdoğan (2006). The Premenstrual Syndrome Scale (PMSÖ), developed by Ware (19879) and the validity and reliability study of which was carried out in our country by Koçyiğit et al. in 1999, SF36 Quality of Life Scale, Golombok-Rust Sexual Satisfaction Scale (GRISS), The Effect of Body Image on Quality of Life Scale (BIYNES), Body Perception Scale (VAS), QUALEFFO Quality of Life index, International Physical Activity Questionnaire (IPAQ), depression level Beck Depression Inventory (BDI), Beck Anxiety Scale were used. When the aforementioned 19 scientific studies were examined, it was observed that yoga had a positive effect on women's physical, emotional and mental health areas. **Conclusion:** According to researched scientific studies, it can be said that Yoga has many positive effects on women. Looking at the sub-dimensions, it has been seen that it creates a positive difference such as finding oneself, establishing positive relationships with the environment, and developing self-control.

Keywords: Women, Yoga, Physical Exercise, Emotional and Mental health

SB142

Instagram'da Kurum Kimliği İnşası: Spor Bilimleri Fakülteleri

Tuğba ERTUĞRAL¹, Kıvanç SEMİZ²

¹Giresun Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor ABD, Giresun Türkiye

²Giresun Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Giresun Türkiye

Giriş ve Amaç: Üniversite öğrencilerinin sosyal medya üzerinden gerçekleştirdikleri günlük ritüeller, bağlı buldukları üniversitelerin bu yeni dünyada kendilerine nasıl yer edinecekleri konusunu gündeme getirmektedir. Dolayısıyla üniversitelerin kamu kurumu olarak sosyal medyayı profesyonel kullanması, hedef kitle olan öğrencilerinin akademik personel ile etkili iletişim kurabilmesi, kurumsal kimliğinin güçlenmesi, tercih sıralarında öne çıkması, mezunlarla ve ebeveynlerle iletişim kurması hem akademik personel hem de öğrencilere fayda sağlaması bakımından önemlidir. Kurumun imajı o kurumun üyeleri (akademisyenler, öğrenciler, idari kadro) ve kurum dışındaki insanların kuruma olan duygusal ve davranışsal cevaplarından oluşmaktadır. Kurumsal felsefe, kurumsal davranış, kurumsal tasarım ve kurumsal iletişim kurum kimliğini oluşturan öğelerdir. Bu çalışmanın temel amacı; Türkiye’de faaliyet gösteren sekiz devlet üniversitesinin spor bilimleri fakültelerinin Instagram üzerinden kurum kimliği inşa sürecini incelemektir. **Yöntem:** Birden fazla olayın, ortamın, sosyal grubun veya programın birbirine bağlı sistemlerin derinlemesine incelenmesi söz konusu olduğundan bu araştırma nitel araştırma yöntemlerinden durum çalışması deseni temel alarak tasarlanmıştır. Amaçsal örnekleme yöntemi kullanılarak; Türkiye’de faaliyet gösteren bir devlet üniversitesinin spor bilimleri fakültesi olarak Instagram hesabını aktif kullanma ve belirli bir kitleye (takipçi sayısına) hitap etme kriterlerine göre toplam sekiz spor bilimleri fakültesi sosyal medya sorumlusu ile yapılandırılmış görüşmeler yoluyla veriler toplanmıştır. Verilerin çözümlemesi (transkripsiyon) yapılarak, MaxQDA programıyla tematik içerik analizi gerçekleştirilmiştir. İnanırlılık (trustworthiness) için; görüşmeler sonrası katılımcı teyidi ve veri analizinde alanında uzman ikinci bir araştırmacının desteği alınarak araştırmacı üçlemesi (triangulation) sağlanmıştır. **Bulgular:** Tematik içerik analizi sonucu üç adet ana tema ortaya konmuştur. Bunlar sırasıyla; Postmodern iletişim: çevrimiçi anlık etkileşim, kurumun çevrimiçi sunumu, sosyal medya lideri rolü olarak sıralanabilir. **Sonuç:** Üniversitelerin kendi içlerinde oluşturdukları sosyal medya hesaplarıyla birlikte öğrenciler daha geniş öğrenci topluluklarıyla özdeşliği ve üniversite faaliyetlerine katılım oranlarının arttığı görülmektedir. Üniversitelerin üst yöneticilerinin sosyal medyayı iletişim ve etkileşim aracı olarak kullanmaları tanınırlıklarına etki ettiği, böylece öğrencilerin istek ve şikayetlerine çözüm bulmada katkı sağladığı, öğrencilerle iletişimlerinde motivasyonlarını olumlu yönde etkilediği, kurumsal aidiyetlerini ve takipçi sayılarının hızla arttığı görülmektedir. **Öneriler:** Eğitim kurumlarının sosyal medya üzerinden farklı paydaşlarla etkileşim kurması ve kurum kimliğini yansıtmayı; özellikle kurum içi sosyal medya sorumlusu / liderinin önemini ortaya koymaktadır. Kurumların bu doğrultuda çevrimiçi davranış ve felsefe oluşturma konusunda yeni vizyon ve misyon geliştirmesi önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Sosyal medya, kurum kimliği, çevrimiçi mevcudiyet

Teacher Identity Reflection on Instagram: A Netnographic Research

Introduction and Purpose: The daily rituals that university students perform over social media bring up the issue of how the universities will find a place for themselves in this new world. Therefore, it is important for universities to use social media professionally as a public institution, to enable their students, who are the target audience, to communicate effectively with academic staff, to strengthen their corporate identity, to stand out in the preference order, to communicate with alumni and parents in terms of benefiting both academically and personally. The image of the institution consists of the members (academics, students, administrative staff) and the emotional and behavioral responses of people outside the institution. The philosophy, behavior, and communication design of the institution are the elements that make up the identity. The main purpose of this study; is to examine the institutional identity construction process of the sports sciences faculties of eight state universities in Türkiye. **Method:** Since there is an in-depth

examination of interconnected systems of more than one event, environment, social group or program, this research was designed on the basis of the case study, which is one of the qualitative research methods. Using the purposive sampling method; a total of 8 social media officials were selected with criteria as follow: being a sports sciences faculty of a state university in Turkey, and having an active Instagram account with a certain audience (number of followers). Data were collected through structured interviews. Thematic content analysis was carried out with the MaxQDA program. For trustworthiness; member-checking is done after the interviews and with the support of a second researcher who is an expert in the field for the data analysis, researcher triangulation was done. **Findings:** As a result of the thematic content analysis, three main themes were revealed. These are; Postmodern communication: online instant interaction, online presentation of the institution, social media leader role, respectively. **Conclusion:** With the social media accounts created by the universities, it is seen that the wider student community interacted with the university and the rate of participation in university activities increases. It is also seen that the use of social media by the administration of universities as a means of communication and interaction affects their reputation, thus contributing to finding solutions to the requests and complaints of the students. Having an Instagram account also positively affects the students' motivation in their communication with the faculty, and increasing their institutional belonging and the number of followers rapidly. **Recommendations:** Educational institutions interact with different stakeholders through social media and reflect their institutional identity especially reveals the importance of the position for social media manager / leader. In this direction, it is recommended that institutions develop a new vision and mission to create online behavior and philosophy.

Keywords: Social media, institution identity, online presence

SB143

Farklı Kültürlerdeki Çocuk Oyunlarının Ebe Seçimlerindeki Benzerliklerinin İncelenmesi

Yağmur DEMİREL¹, Muhsin HAZAR¹

¹*Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi*

Çocuk oyunları, bir toplumun kültürel özelliklerini yansıtan değerli kaynaklardır. Hangi kültüre mensup olduğu fark etmeksizin her çocuk oyun oynar. Oyun, İnsan psikolojisinin evrensel bir özelliği olarak kabul edilebilir. Ancak, her insan etkinliği gibi, kültürel değerlerimizden de etkilenmektedir. Oyunlar, farklı kültürlerin ya da aynı kültürün ürünü de olsa kendi içinde bazı farklılıkları ve benzerlikleri barındırabilmektedir. Araştırmada, çocuk oyunlarında sıklıkla kullanılan ebe seçimi yöntemlerinin, farklı kültürler incelendiğinde aralarındaki benzerliklerin bulunması amaçlanmaktadır. Sonuç olarak oyunlar, isimleri ve oynanış biçimleriyle farklılık gösterebilirler bile sıklıkla kullanılan birçok ebe seçme yöntemi benzer bulunmuştur.

Anahtar kelimeler: oyun, ebe, ebe seçimi.

'It' Choices of Children's Games in Different Cultures in Examining the Similarities

Children's games are valuable resources that reflect the cultural characteristics of a society. No matter what culture they belong to, every child plays. Play can be considered a universal feature of Human psychology. However, like every human activity, it is also affected by our cultural values. Even if the games are the product of different cultures or the same culture, they can contain some differences and similarities. In the research, it is aimed to find the similarities between the "it" selection methods, which are frequently used in children's games, when different cultures are examined. As a result, although the games differ in terms of their names and playing styles, many of the frequently used "it" selection methods were found to be similar.

Key words: game, it, it selection.

SB144

Tenis Antrenör Adaylarının Öz Yeterlilik Düzeylerinin İncelenmesi

Merve KARAMEMİŞ¹, Yusuf Dinar İŞGÖREN¹, Şeniz KARAGÖZ¹

¹Afyon Kocatepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi / Afyonkarahisar

Giriş-amaç: Öz yeterlilik, farklı durumlar karşısında kişinin nasıl davranması gerektiği, zor durumlarla nasıl mücadele edebileceği, belirli görevleri nasıl başarabileceğine yönelik, kapasite ve yeteneklere olan inanç ve yargıdır. Antrenör; sporcularının hedeflerine ulaşması için onlara yol gösteren, kendini yenilemek ve güncellemek için çalışan, sporcularına katkı sağlamak için araştırmalar yapan, bilinçli ve sorumluluk sahibi kişilerdir. Öz yeterlilik kavramının antrenörlerin müsabaka sürecinde düşünce, motivasyon ve performanslarını etkileyen önemli bir kavram olduğu bilinmektedir. Güçlü öz yeterlik duygusuna sahip kişiler zorlu problemlerin kolayca üstesinden gelerek, hayal kırıklıklarının ardından daha çabuk toparlanırlar. Bu doğrultuda antrenör adaylarının öz yeterlilik düzeylerinin bilinmesi, adayların devam eden eğitim süreçleri içerisinde eksik yönlerinin tespiti ve bu yönlerinin gelişiminin daha hızlı ve verimli şekilde devam edebilmesi açısından önemlidir. Bu araştırma tenis antrenör adaylarının öz yeterliliklerinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır. **Yöntem:** Araştırmanın örneklemini spor bilimleri fakültelerinde öğrenim gören ve tenis uzmanlık dersi alan 102 (50 Kadın, 52 erkek) antrenör adayı oluşturmaktadır. Araştırma verileri, 2022-2023 eğitim-öğretim yılında bahar döneminde, araştırmacılar tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu ve Öcel (2002) tarafından türkçe güvenilirlik ve geçerliği yapılmış olan özyeterlilik ölçeği kullanılarak yapılmıştır. Veriler Google form aracılığıyla dijital ortamdan toplanmıştır. Verilerin çözümlenmesinde SPSS paket programı kullanılmıştır. Verilerin analizinde demografik değişkenler yüzde (%) ve frekans (f) tabloları verilerek özetlenmiştir. Tanımlayıcı istatistiklerden, gruplar arası farklılıkları belirlemek için bağımsız örneklem t testi, One-way ANOVA testi ve değişkenler arasındaki ilişkiyi belirlemek için Pearson korelasyon testinden yararlanılmıştır. **Bulgular:** Verilerin çözümlenmesi sonucunda, tenis antrenör adaylarının özyeterlilik düzeyleri ile tenis antrenör adaylarının algıladıkları tenis yetkinlik durumları arasında pozitif orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edildi ($r=483^{**}$, $p<0.001$). Tenis antrenör adaylarının öz yeterlilik düzeyleri cinsiyet, bölüm, gelir durumu ve mezun olduktan sonra alacakları kademe değişkenlerine göre incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$). Tenis antrenör adaylarının öz yeterlilikleri tenis yetkinlik durumları ($p=0,001$), öğrenim gördükleri sınıf düzeyleri ($p=0,001$), yaşları ($p=0,04$) ve tenis antrenörlüğü yapma durumlarına ($p=0,02$) göre değişkenler incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur ($p<0,05$). **Sonuç:** Sonuç olarak tenis antrenör adaylarının öz yeterlilik düzeylerinin öğrenim gördükleri sınıf kademesi, tenis antrenörlüğü yapıp yapmadıkları ve kendi yetkinlik durumlarına göre değiştiği sonuçlarına ulaşılmıştır. Antrenör adaylarının eğitim döneminde yetkinlik durumlarını geliştirmeleri öz yeterlilik düzeylerini artırabileceğini göstermektedir. **Öneriler:** Bu araştırma sonuçları doğrultusunda öz yeterlilik kavramının birkaç değişkene bağlı olarak değişiklik gösterdiği görülmüştür. Öz yeterlilik kavramının hangi durumlardan etkilendiğinin bilinmesi adına farklı değişkenler ile de karşılaştırılarak yeni akademik çalışmaların yapılması, öz yeterlilik konusunda problem yaşayan antrenör adaylarının psikolojik ve profesyonel yardım almalarının teşvik edilmesi, eğitim plan ve programlarının yeniden düzenlenmesi önerilmektedir.

Anahtar kelimler: Tenis, Antrenör, Öz Yeterlilik

Investigation of Self-Efficacy Levels of Tennis Coach Candidates

Introduction-purpose: Self-efficacy is the belief and judgment in capacity and abilities about how a person should behave in different situations, how to cope with difficult situations, how to accomplish certain tasks. Coach; They are conscious and responsible people who guide their athletes to reach their goals, work to renew and update themselves, do research to contribute to their athletes. It is known that the concept of self-efficacy is an important concept that affects the thinking, motivation and performance of coaches during the competition. People with a strong sense of self-efficacy overcome difficult problems easily and recover more quickly from disappointments. In this respect, knowing the self-efficacy levels of the coach candidates is important in terms of identifying the missing aspects of the candidates during the continuing education processes and enabling the development of these aspects to continue faster and more efficiently. This research was conducted to examine the self-efficacy of tennis coach candidates. **Method:** The sample of the research consists of 102 (50 female, 52

male) coach candidates who are studying at the faculties of sports sciences and taking tennis specialization courses. The research data were collected in the spring term of the 2022-2023 academic year, using the personal information form prepared by the researchers and the self-efficacy scale, which was validated in Turkish by Öcel (2002). Data were collected from digital media via Google form. SPSS package program was used to analyze the data. In the analysis of the data, demographic variables are summarized by giving percentage (%) and frequency tables (f). From descriptive statistics, independent sample t-test, One-way ANOVA test was used to determine the differences between groups and Pearson correlation test was used to determine the relationship between variables. **Findings:** As a result of the analysis of the data, it was determined that there was a positive moderate significant relationship between the self-efficacy levels of the tennis coach candidates and the tennis competency levels perceived by the tennis coach candidates ($r=483^{**}$, $p<0.001$). When the self-efficacy levels of the tennis coach candidates were examined according to the variables of gender, department, income status and the level they will take after graduation, no statistically significant difference was found ($p>0.05$). When the variables according to the self-efficacy of the tennis coach candidates ($p=0.001$), the level of their education ($p=0.001$), their age ($p=0.04$) and their tennis coaching status ($p=0.02$) are examined, it is statistically significant differences were found ($p<0.05$). **Conclusion:** As a result, it has been concluded that the self-efficacy levels of the tennis coach candidates vary according to the grade level they study, whether they are tennis coaching or not, and their own competency status. Improving the competency of the coach candidates during the education period shows that they can increase their self-efficacy levels. **Recommendations:** In line with the results of this research, it has been observed that the concept of self-efficacy varies depending on several variables. In order to know in which situations the concept of self-efficacy is affected, it is recommended to conduct new academic studies by comparing them with different variables. In addition, it is recommended to encourage coach candidates who have problems with self-efficacy to receive psychological and professional help, and to reorganize their training plans and programs.

Keywords: Tennis, Coach, Self-Efficacy

SB145

Spor Yapan Bireyleri Spora Katılmaya Yönlendiren Temel Nedenlerin Thurstone'un İkili Karşılaştırmalara Dayalı Ölçekleme Yöntemi ile Ölçeklenmesi

Yasin ALTIN¹

¹Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Sivas

Bu araştırmada spor yapan bireyleri spora katılmaya yönlendiren temel nedenlerin Thurstone'un ikili karşılaştırmalara dayalı ölçekleme yöntemi ile ölçeklenmesi amaçlanmıştır. Araştırma grubunu amaçsal örnekleme yöntemlerinden maksimum çeşitlilik örnekleme kullanılarak belirlenen, çeşitli branşlarda spor yapan 147'li erkek ve 58'i kadın olmak üzere toplam 205 sporcu oluşturmaktadır. Veri toplama aracı kişisel bilgi formu ve araştırmacı tarafından literatürde yer alan spora katılmaya yönlendiren 8 temel nedene (saygınlık kazanmak, başarıyı deneyimlemek, fiziksel zindeliği artırmak, eğlenmek, yarışmak/rekabet etmek, hareketli/aktif olmak, beceri öğrenmek/geliştirmek, arkadaş edinmek) dayalı olarak hazırlanan "Spora Katılım Nedenleri Formu" kullanılmıştır. Spora katılım nedenleri formunda her bir katılım nedeninin diğer katılım nedenleriyle önem açısından ikişerli olarak karşılaştırılmasını sağlayan 28 soru yer almaktadır. Ölçekleme, Thurstone'un karşılaştırmalı yargılar kanununun III. Hal denklemi kullanılarak tam veri matrisinde gerçekleştirilmiştir. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre spora katılım açısından en önemli neden başarıyı deneyimlemek olarak görülmüştür. Bunu sırası ile beceri öğrenmek/geliştirmek, fiziksel zindeliği artırmak, yarışmak/rekabet etmek, saygınlık kazanmak, hareketli/aktif olmak, eğlenmek ve arkadaş edinmek takip etmiştir.

Anahtar kelimeler: Spora katılım nedenleri, İkili karşılaştırma yöntemi, III. Hal denklemi, Ölçekleme

Scaling Basic Reasons Directing Individuals Who do Sports to Sports Participation with Thurstone's Paired Comparison Method

The aim of the study was to scale with Thurstone's the paired comparison of the basic reasons directing individuals who do sports to participate in sports. The study group consisted of a total of 205 athletes, 147 male and 58 female, who play sports in various branches, determined by using maximum variation sampling, one of the purposeful sampling methods. Personal information and form of reasons for participation in sports were used for data collection tool. The form of reasons for participation in sports designed by reseachers based on eight basic reasons (to gain respect, to experience success, improve fitness, to enjoy, to compete, be active, to learn/improve skill, make friends) in the literature. In this form, there are twenty-eight questions that enable each reason for participation to be compared in paired with other reasons for participation in terms of importance. The data was scaled by the third case equation on of Thurstone's law of comparative judgment. The results of the study indicated that the most significant sport participation reason was to experience success. This is followed by decrease of to learn/improve skill, to improve fitness, to compete, to gain respect, be active, to enjoy and make friends.

Keywords: Reasons for sport participation, Paired comparison method, III. case equation, Scaling

SB146

Çocuk Tenis Sporcularında Aile Katılımlarının Değerlendirilmesi

Onur YILDIZ¹, Menşure AYDIN AVCI¹, Sercan KARABACAK

¹*Haliç Üniversitesi*

Çalışmadaki amacımız tenis sporu yapan çocukların ebeveynlerinin aile katılımlarının değerlendirilmesi ile; çocuk tenis sporcularında ailelerin ne amaçla (aktif sporcu olması veya rekreatif etkinlik) katkı sağladıkları ve çocuk tenis sporcularında aile katılımlarının etki düzeylerinin araştırılmasıdır. Araştırmaya değişik spor kulübü sporcusu 7-14 yaş arası tenis sporcularının anne (n:50) ve baba (n:50), toplam 100 ebeveyn katılmıştır. Veri Toplama aracı olarak Teques ve ark. (2016) tarafından geliştirilen ve ibanoğlu ve arkadaşlarının (2018) Türkçe formunun geçerliliği ve güvenilirliğini yaptığı “Spora Aile Katılımı Ölçeği (Sporcu Ve Ebeveyn Formu)” kullanılmıştır. Elde edilen verilerin istatistiksel analizlerse SPSS 22 paket programı kullanılmıştır. Araştırmada verilerin betimsel analizleri ile değişkenleri arasındaki Pearson korelasyon analizleri yapılmıştır. Çalışmada ele alınan değişkenlere ait betimsel istatistiklerde; basıklık ve çarpıklık katsayıları incelendiğinde, değişkenlere ait çarpıklık katsayısı -0.34 ile 0.79 aralığında, basıklık katsayısı -1.13 ile 0.56 aralığında bulunmuştur. Araştırmanın değişkenleri arasındaki pearson korelasyon katsayısı değerlerine göre; baskı değişkeninin takdir ve anlayışı (r=0.409, p<0.01) ve yönlendirici davranış (r=0.365, p<0.01) ile arasında pozitif korelasyon bulunmuştur. Sonuç olarak ailelerin takdir ve anlayış bakımından çocuklarını tenise yönlendirmede olumlu etki sağladığı söylenilebilir.

Evaluation of Family Participation in Child Tennis Athletes

Our aim in this study is to evaluate the family participation of the parents of children who play tennis; The aim of this study is to investigate the contribution of families (being active athletes or recreational activities) in child tennis athletes and the effect levels of family participation in child tennis athletes. Mother (n: 50) and father (n: 50), a total of 100 parents of tennis players aged 7-14, who are athletes of different sports clubs, participated in the research. As a Data Collection tool, Teques et al. (2016) and Ibanoglu et al. (2018) evaluated the validity and reliability of the Turkish version. “Family Participation in Sports Scale (Athlete and Parent Form)” was used. SPSS 22 package program was used for statistical analysis of the obtained data. Pearson correlation analyzes between the descriptive analyzes of the data and its variables were performed in the study. In the descriptive statistics of the variables discussed in the study; When the kurtosis and skewness coefficients were examined, the skewness coefficient of the variables was found to be between -0.34 and 0.79, and the kurtosis coefficient was between 1.13 and 0.56. According to the pearson correlation coefficient values between the variables of the study; A positive correlation was found between the pressure variable's appreciation and understanding (r=0.409, p<0.01) and directive behavior (r=0.365, p<0.01). As a result, it can be said that families have a positive effect in directing their children to tennis in terms of appreciation and understanding.

SB147

Sporcularda Sosyal Medya Bağımlılığının Uyku Kalitesine Etkisi

Selin ŞİMŞEK¹, Çalık Veli KOÇAK¹

¹Aksaray Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Aksaray, Türkiye

Sosyal medya ve internette geçirilen süre arttıkça herkes için geçerli olan sosyal medya bağımlılığı ve benzer olumsuzluklar ortaya çıkabilmektedir. Bu olumsuzluklar; ilişki sorunları, yaşam memnuniyetinde ve özgüvende azalma, uyku kalitesinde bozulma gibi sonuçlar ortaya çıkarmaktadır. Bu olumsuzluklardan biri olan uyku kalitesinde bozulma her bireyde önemli olduğu gibi sportif faaliyetler ve uyku arasında da önemli bir ilişki barındırmaktadır. Sporcu için önemli olan uyku, bireyin antrenmandan sonra toparlanmasına fırsat sağlayarak bir sonraki antrenman ve müsabaka gününe hazır olması açısından önemlidir. Bu çalışmada, sporcularda sosyal medya bağımlılığı ve uyku kalitesi arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın örneklemini 18 yaş ve üzerindeki sporcular arasındaki 200 kadın, 209 erkek bireysel ve takım sporu ile uğraşan 409 sporcu katılımcı oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak Kişisel Bilgi Formu, Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği ve Cumhuriyet Öznel Uyku Kalitesi Ölçeği kullanılmıştır. Araştırma verilerinin normal dağılım varsayımını karşıladığı belirlenmiştir. Araştırmanın istatistiksel analizlerinde parametrik testler kullanılmış ve anlamlılık düzeyi $p<0,05$ ve $p<0,01$ olarak kabul edilmiştir. Araştırmanın sonucunda sporcularda sosyal medya bağımlılığı ve uyku kalitesi arasında düşük düzeyde, pozitif yönde bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Kadın sporcuların sosyal medya bağımlılığı ve uyku kalitesizliklerinin erkek sporculara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Benzer çalışma daha farklı örneklem gruplarında ve farklı değişkenler dahil edilerek yapılabilir.

Anahtar kelimeler: Sporcu, sosyal medya bağımlılığı, uyku kalitesi, spor, internet

The Effect of Social Media Addiction on Sleep Quality in Athletes

As the time spent on social media and the internet increases, social media addiction and similar negativities, which are valid for everyone, may occur. These disadvantages are; relationship problems, decrease in life satisfaction and self-confidence, deterioration in my sleep quality. Deterioration in sleep quality, which is one of these negativities, has an important relationship between sportive activities and sleep, as it is important for every individual. Sleep, which is important for the athlete, is important for the individual to be ready for the next training and competition day by providing the opportunity to recover after the training. In this study, it was aimed to examine the relationship between social media addiction and sleep quality in athletes. The sample of the study consists of 200 female and 209 male athletes aged 18 and over, and 409 athletes engaged in individual and team sports. Personal Information Form, Bergen Social Media Addiction Scale and Cumhuriyet Subjective Sleep Quality Scale were used as data collection tools. It was determined that the research data met the assumption of normal distribution. Parametric tests were used in the statistical analysis of the study and the significance level was accepted as $p<0.05$ and $p<0.01$. As a result of the research, it was determined that there is a low level, positive relationship between social media addiction and sleep quality in athletes. It was determined that social media addiction and poor sleep quality of female athletes were higher than male athletes. A similar study can be done in different sample groups and by including different variables.

Key words: Athletics, social media addiction, sleep quality, sport, internet

SB148

Farmakolojik Ergojenik Yardımcılar ile Gastrointestinal Semptomlar Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Musab ÇAĞIN¹, Şimal Damla ALTINSOY¹, Damla BOSTAN¹, Ebru ÇETİN¹

Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara/Türkiye

Giriş ve Amaç: Egzersiz yapan bireylerin yapmış oldukları fiziksel aktiviteden istenen verimi alabilmeleri için beslenme stratejileri oldukça önemlidir. Bu beslenme sürecinde bazı sağlık problemleri yaşadıkları görülmektedir. Bu sağlık problemlerinden biri olan gastrointestinal semptomlar, sindirim sisteminde meydana gelen fonksiyon bozukluklarını ifade etmektedir. Gastrointestinal semptomların görülme sıklığı bireylerin kullanmış olduğu ergojenik yardımcı türüne göre farklılıklar göstermektedir. Bu bağlamda çalışmanın amacı farmakolojik ergojenik yardımcı türleri ile gastrointestinal semptomlar arasındaki ilişkinin incelenmesidir. **Yöntem:** Araştırmaya Eskişehir’de bulunan kadın ve erkek Sablon Wellness Club üyelerinden oluşan toplam 100 birey katılım göstermiştir. Bireylerin yaş ortalamaları 24.12±6.43, egzersiz özgeçmiş ortalamaları 6.48±5.74 yıl ve haftada spor salonuna gelme ortalamaları 4.69±1.27 gün olarak tespit edilmiştir. Araştırmaya katılım gösteren bireylere 15 sorudan oluşan Gastrointestinal Semptom Derecelendirme Ölçeği ve kullanmakta oldukları ergojenik yardımcı türlerini tespit etmek adına hazırlanmış olan 5 sorudan oluşan ergojenik yardımcı kullanımına dair soru formu uygulanmıştır. Bireylerden elde edilen verilere SPSS 26.0 paket programında bulunan Tek Faktörlü ANOVA Testi, Bağımsız T-Testi ve tanımlayıcı istatistikler uygulanmıştır. **Bulgular:** Elde edilen bulgulara göre en çok kullanılan farmakolojik ergojenik yardımcı türünün protein tozu en az kullanılan ise l-karnitin olduğu gözlemlenmiştir. Gastrointestinal semptom görülme sıklığında ise en fazla olan semptom görülen farmakolojik ergojenik yardımcı türünün kafein, en düşük ise glutamin olduğu tespit edilmiştir. İncelenen farmakolojik ergojenik yardımcı türleri arasında gastrointestinal semptomlar görülme sıklığı bakımından anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir (p>0,05). Ergojenik yardımcı kullanım yöntemine göre bireyler karşılaştırıldığında birden fazla ergojenik yardımcı kullanan bireylerin gastrointestinal semptom toplam puanı sadece bir ergojenik yardımcı kullanan bireylere göre daha düşük olduğu tespit edilmiştir (p<0,05). **Sonuç:** Bu bağlamda kullanılan farmakolojik ergojenik yardımcı türlerinin gastrointestinal sistem üzerine etkilerinin birbirine benzer olduğu tespit edilmiş, ayrıca birden fazla farmakolojik ergojenik yardımcı kullanan bireylerde daha az gastrointestinal semptom görüldüğü sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: gastrointestinal semptom, ergojenik yardımcı, sağlık, performans, egzersiz

Investigation of the Relationship between Pharmacological Ergogenic Aids and Gastrointestinal Symptoms

Introduction and Purpose: Nutritional strategies are very important for individuals who exercise to get the desired efficiency from their physical activity. It is seen that they experience some health problems during this feeding process. Gastrointestinal symptoms, one of these health problems, refer to dysfunctions in the digestive system. The incidence of gastrointestinal symptoms varies according to the type of ergogenic aid used by individuals. In this context, the aim of the study is to investigate the relationship between pharmacological ergogenic aids types and gastrointestinal symptoms. **Methods:** A total of 100 individuals, consisting of male and female Sablon Wellness Club members in Eskişehir, participated in the research. The average age of the individuals was 24.12±6.43, the average of their exercise background was 6.48±5.74 years, and the average of coming to the gym was determined as 4.69±1.27 days a week. The Gastrointestinal Symptom Rating Scale consisting of 15 questions and a questionnaire consisting of 5 questions prepared to determine the ergogenic aids they are using were applied to the individuals participating in the study. One-Way ANOVA Test, Independent T-Test and descriptive statistics in SPSS 26.0 package program were applied to the data obtained from individuals. **Findings:** According to the findings, it was observed that the most used pharmacological ergogenic aid was protein powder, and the least used was l-carnitine. In the frequency of gastrointestinal symptoms, it was determined that the pharmacological ergogenic aid with the highest symptom was caffeine and the lowest was glutamine. There was no significant difference in the incidence of gastrointestinal symptoms among the pharmacological ergogenic aids examined. When individuals were compared according to the ergogenic aid use method, it was determined that the gastrointestinal symptom total score of the individuals using more than one ergogenic aid was lower than the individuals using only one ergogenic aid (p<0.05). **Results:** In this context, it has been determined that the effects of pharmacological ergogenic aids used on the gastrointestinal system are similar to each other, and it has been concluded that individuals who use more than one pharmacological ergogenic aid have less gastrointestinal symptoms.

Keywords: gastrointestinal symptom, ergogenic aid, health, performance, exercise

SB149

Adölesan Futbolcularda Beslenme

Muhammed Uygur SERTKAYA¹, Raci KARAYİĞİT¹

¹Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara

Adölesan dönem, ergenlik çağı olarak da bilinen 10-19 yaş arasındaki bir dönemdir. Bu dönemde, beden gelişimi hızlı bir şekilde gerçekleşir ve bu nedenle beslenme ihtiyaçları da artar. Sedaranter adölesan bireylerde bu ihtiyacın çok olmasının yanında bireylerin bir spor branşıyla ilgilenmesi beslenme ihtiyacını daha da artırmaktadır. Özellikle futbol gibi spor dallarında, sağlıklı beslenme doğru performans için oldukça önemlidir. Adölesan futbolcuların beslenme ihtiyaçlarına yönelik en önemli faktörlerden biri yeterli ve dengeli beslenmedir. Bu, yeterli miktarda protein, karbonhidrat, yağ, vitamin ve minerallerin alınmasını içerir. Proteinler, kasların onarımı ve yenilenmesi için önemlidir, karbonhidratlar ise enerji kaynağıdır. Yağlar, vücutta kullanılmak üzere depolanır ve enerji kaynağı olarak kullanılırken, vitaminler ve mineraller vücudun sağlıklı bir şekilde işlev görmesi için gereklidir. Bununla birlikte, adölesan dönemdeki futbolcuların beslenmesinde dikkat edilmesi gereken diğer faktörler de vardır. Bunlar arasında, yeterli sıvı alımı, sağlıklı bir kilo yönetimi, uyku ve stres yönetimi gibi faktörler bulunur. Sonuç olarak, adölesan dönemdeki futbolcuların beslenmesi, performans ve sağlık açısından önemlidir. Yeterli ve dengeli beslenme, yeterli sıvı alımı, sağlıklı bir kilo yönetimi, uyku ve stres yönetimi gibi faktörler, futbolculuk gibi spor dallarında başarı için önemlidir. Bu nedenle, adölesan futbolcuların beslenme ihtiyaçlarına özen gösterilmesi, sağlıklı bir gelecek için kritik öneme sahiptir.

Türkçe Anahtar Kelimeler: beslenme - adölesan dönem – futbolcu

Nutrition in Adolescent Football Players

The adolescent period, also known as the teenage years, is a period between the ages of 10-19 characterized by rapid physical development, which leads to an increased need for nutrition. In sedentary adolescents, this need is further increased when individuals participate in sports, such as football. Proper nutrition is particularly important in sports like football, where healthy eating is essential for optimal performance. One of the most important factors for meeting the nutritional needs of adolescent football players is a sufficient and balanced diet, including adequate amounts of protein, carbohydrates, fats, vitamins, and minerals. Proteins are essential for repairing and rebuilding muscles, while carbohydrates are a source of energy. Fats are stored in the body to be used as energy, and vitamins and minerals are necessary for the proper functioning of the body. However, there are other factors to consider in the nutrition of adolescent football players. These include adequate fluid intake, healthy weight management, sleep, and stress management. In conclusion, proper nutrition is essential for the performance and health of adolescent football players. Adequate and balanced nutrition, along with factors such as sufficient fluid intake, healthy weight management, sleep, and stress management, are essential for success in sports like football. Therefore, taking care of the nutritional needs of adolescent football players is critical for their healthy future.

Keywords: nutrition – adolescent period – football player

SB150

Lisansüstü Programlarda Yapılan Akademik Çalışmaların Analizi: Kafein ve Egzersiz

Özlem ÖZ¹, Sema CAN²

¹Hitit Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Çorum

²Hitit Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Çorum

Kafein; bitkilerde doğal olarak bulunan en fazla kahve ve çaydan alınan bir maddedir. Kafeinin, merkezi sinir sistemi ve kardiovasküler sistemi uyardığı, uyanıklılığı ve konsantrasyonu artırdığı için özellikle dayanıklılık sporcularında performans üzerinde etkili olduğu belirtilmektedir fakat çelişkili sonuçlarda bulunmaktadır. **Amaç:** Bu araştırmada Yüksek Öğretim Kurumu (YÖK) Ulusal Tez Merkezi'nde 2013-2022 yılları arasında yayımlanmış ve erişime açık olan "kafein ve egzersiz" konulu toplam 27 adet tezi, üniversitesi, türü, yayımlandıkları yıl, anabilim dalı ve konu ölçütleri bakımından incelemek amaçlanmıştır. **Yöntem:** Araştırmada doküman incelemesi yöntemi kullanılmıştır. Araştırma, YÖK veri tabanında "kafein" anahtar kelimesi ile "spor", "egzersiz" ve "performans" kelimelerinin kombinasyonları ile gerçekleştirilmiştir. **Bulgular:** Türleri ve sayıları bakımından değerlendirildiğinde, 22 adet yüksek lisans ve 5 adet doktora tezinin yayımlandığı görülmektedir. 2014, 2018 ve 2022 yıllarında 1'er adet; 2016, 2020 ve 2021 yıllarında toplam 3 adet; 2017 ve 2019 yıllarında 4 adet; 2022 yılında ise 7 adet tez yapıldığı tespit edilmiştir. Tezlerin sadece 4 tanesinde hem kadın hem erkek bireyler çalışmaya dahil edilmiştir, diğer çalışmalar ise sadece erkek bireyler üzerinde yapılmıştır. Tezlerin en fazla Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı'nda futbolcular üzerinde yapıldığı görülmektedir. Uygulanan yöntemler incelendiğinde, nicel araştırma sayısının daha fazla kullanıldığı belirlenmiştir. 18 araştırmada kafeinin performans üzerinde pozitif etkisi olduğu, 3 çalışmada ise etkisi olmadığı görülmüştür. **Sonuç:** Araştırmaların en fazla futbolcular üzerinde yapıldığı görülmektedir. Kafeinin dayanıklılık performansı üzerinde doz ve zamanlamaya bağlı olarak olumlu etki gösterdiği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Kafein, Spor, Egzersiz, Performans

Analysis of the Theses in Postgraduate Programmes: Caffeine and Exercise

Caffeine is a substance that exists naturally and is taken commonly in coffee and tea. It is stated that Caffeine is efficient, especially in the performance of athletes whose proficiency is based on endurance because it stimulates the central neural cardiovascular system, thus it increases wakefulness and concentration. On the other hand, it has contradictory results. **Aim:** This study aims to investigate the characteristics of 27 postgraduate theses related to caffeine and exercise between 2013-2022, in terms of university, type, year of publication, department, and subject criteria at the Higher Education Council (YÖK) National Thesis Center. **Method:** This research was based on the method of document review. It carried out the words "sports", "exercise", and "performance" and their combination with the keyword "caffeine" in the database of YÖK National Thesis Center. **Results:** When the postgraduate theses in this field are evaluated in terms of their types and numbers, it is seen that 22 master's theses and 5 doctoral theses have been published. It is identified that 1 paper per year in the years of 2014, 2018, 2022, a total of 3 papers in the years of 2016, 2020, 2021; 4 papers in the years of 2017, 2019, and 7 papers in the year of 2022 have been completed. In 4 of these theses, both female and male athletes are included. Other studies are conducted with only male athletes. The theses are mostly studied by the Department of Coaching Education and conducted with football players. When the methods of the theses are examined, it is seen that the number of quantitative research is more. While in 18 research, it is seen that caffeine has a positive effect on performance, in 3 research, it is seen that it is ineffective. **Conclusion:** It is seen that the research is mostly conducted with football players. It can be said that caffeine has a positive effect on the performance of endurance according to dose and timing.

Keywords: Caffeine, Sports, Exercise, Performance.

SB151

Atletik Kalbin Yapısal ve Fizyolojik Özelliklerinin Araştırılması

Serdar ŞERARE¹

¹Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Antrenman ve Hareket Anabilim Dalı, Ankara

Bu araştırmanın amacı uzun süren antrenmanlar sonucunda oluşan atletik kalbin yapısal ve fizyolojik özelliklerini tanımak ve çalışma farklılıklarını tespit etmektir. Çalışmada atletik kalbin morfolojik yapısı, kalp atım hızı (KAH) ve egzersiz ilişkisi, kalp debisi (Kardiyak Output) ve egzersiz ilişkisi, atletik kalp ve tanısı başlıkları altında literatür de yer alan ve sporcu kalbini içeren yazı, metin, araştırma ve kitaplar incelenerek yapısal ve fizyolojik özellikleri araştırılmaya çalışılmıştır. Sporcunun yaşı, cinsiyeti, etnik kökeni, genetik yapısı, antrenmanların türü, kapsamı, şiddeti ve süresi gibi faktörlerden etkilenen atletik kalp, genellikle performans gerektiren büyük kas gruplarının kullanıldığı ve haftada en az 20 saat ve daha fazla yoğun antrenmana maruz kalan sporcularda görülmektedir. Kalp de dayanıklılık antrenmanları boyunca geri dönen kanın fazla oluşu sonucu daha fazla kan kalp karıncıklarına dolmakta ve karıncıkları oluşturan kaslar daha güçlü kasılmaktadır. Güçlü kasılmalar sonucunda ise kalp, ihtiyaca kardiyovasküler uyum göstererek miyokardiyal kütlelerini artırmakta, ventriküler boşluklarını genişletmekte ve ventrikül duvarlarını kalınlaştırmaktadır. Tüm bu yapısal değişimler sonucunda daha düşük KAH ile daha büyük hacimle kanı pompalayabilmektedir. Sedarer bireylerde normalde istirahat de 70-80 atım/dakika (atım/dk) KAH görülürken üst düzey dayanıklılık sporcularında 40 atım/dk KAH ve hatta 30 atım/dk KAH'na rastlanılmaktadır. Atletik kalbe sahip sporcular artan kardiyak output ve O₂ kullanımı nedeniyle yüksek derece de maksimal O₂ (VO₂ maks) kullanımı üretebilirler. Beyaz renkli sporcular da sol ventrikül (SV) duvar kalınlığı nadiren 12 mm'yi aşarken afrika siyahi kökenli sporcularda 12 mm aşan duvar kalınlıkları görülebilir. İyi antrene edilmiş elit sporcular kalp debisini ortalama 42 litre/dk kadar arttırabilir. Sonuç olarak atletik kalp uzun süren antrenmanlar sonucunda kardiyak, morfolojik, fonksiyonel ve elektriksel adaptasyonlar ile hipertrofiye uğrayarak sol ventrikül duvar kalınlığı artan ve daha düşük KAH ile daha büyük hacimde kan pompalayarak dokulara daha fazla O₂ taşıyabilen kalbi ifade eder. Atletik kalbin oluşumunda genetiğin ve farklı coğrafi koşulların etkilerinin incelenmesini önermekteyiz.

Anahtar Kelimeler: Atletik kalbin Yapısı, Atletik kalbin fizyolojik özellikleri

Investigation of the structural and physiological properties of the athlete's heart

The aim of this research is to recognize the structural and physiological characteristics of the athletic heart, which is formed as a result of long-term training, and to determine the working differences. In the study, articles, texts, researches and books included in the literature under the titles of the morphological structure of the athletic heart, the relationship between heart rate (HR) and exercise, the relationship between cardiac output (cardiac output) and exercise, the athletic heart and its diagnosis, and the athletes' heart were examined and the structural and physiological properties were investigated. The athletic heart, which is affected by factors such as the athlete's age, gender, ethnicity, genetic structure, type, scope, intensity and duration of the training, is generally seen in athletes who use large muscle groups that require performance and who are exposed to intense training for at least 20 hours a week or more. As a result of the excess blood returning to the heart during endurance training, more blood fills the heart ventricles and the muscles forming the ventricles contract more strongly. As a result of strong contractions, the heart adapts to the cardiovascular need, increasing myocardial mass, expanding the ventricular spaces and thickening the ventricular walls. As a result of all these structural changes, it can pump blood in a larger volume with lower KAH. While 70-80 beats/minute (beats/min) KAH is seen at rest in sedentary individuals, 40 beats/min HR and even 30 beats/min HR are seen in high-level endurance athletes. Athletes with an athletic heart can produce a high degree of maximal O₂ (VO₂ max) utilization due to increased cardiac output and O₂ use. While left ventricular (LV) wall thickness rarely exceeds 12 mm in white athletes, wall thicknesses exceeding 12 mm can be seen in African-black athletes. Well-trained elite athletes can increase cardiac output by an average of 42 liters per minute. As a result, the athletic heart refers to the heart that is hypertrophied with cardiac, morphological, functional and electrical adaptations as a result of long-term training, the left ventricular wall thickness increases, and the heart can carry more O₂ to the tissues by pumping a larger volume of blood with a lower KAH. We suggest examining the effects of genetics and different geographical conditions on the formation of the athletic heart.

Keywords: Structure of the athletic heart, Physiological properties of the athletic heart

SB152

Somutlaştırılmış 3D Basılı Geri Bildirimin Genç Yetişkinlerin Günlük Adım Sayıları ve Fiziksel Aktivite Motivasyonlarına Etkisi

Leyla ALKAN¹, Melis DURSUN UĞRAŞ², Barış BUMİN², Kübra GÜMÜŞ¹, Mustafa SÖĞÜT¹

¹ Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Ankara, Türkiye

² Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Mimarlık Fakültesi, Endüstriyel Tasarım Bölümü, Ankara, Türkiye

Giriş: Teknolojik gelişmeler, fiziksel hareketsizliğe yaratıcı çözümler getirmekte ve daha aktif yaşam tarzını teşvik etmektedir. **Amaç:** Bu çalışmanın amacı, somutlaştırılmış 3D basılı geri bildirim sedanter ve fiziksel olarak düşük aktivite düzeyindeki genç yetişkinlerin günlük adım sayısı ve fiziksel aktivite motivasyonu üzerindeki etkisini incelemektir. **Yöntem:** İki haftalık saha çalışmasına on bir üniversite öğrencisi (ortalama yaş = 21.4 ± 1.5) katılmıştır. Araştırma grubunun antropometrik özellikleri (boy uzunluğu, vücut ağırlığı, adım uzunluğu) ölçülmüştür. Günlük adım sayısı dijital pedometre ile kaydedilmiştir. İlk 7 günlük kullanım sonunda günlük adım sayıları somutlaştırılarak katılımcılara geri bildirimde bulunulmuştur. Fiziksel aktivite motivasyonlarını derinlemesine anlamak için yarı yapılandırılmış görüşmeler yapılmıştır. **Bulgular:** Temel bulgular, ortalama günlük adım sayılarında %8,5'lik bir artış olduğunu göstermiştir. Ayrıca, katılımcılar günlük rutinlerde küçük ama etkili değişiklikler yapma motivasyonlarının arttığını belirtmişlerdir. Bununla birlikte mevcut sağlık durumları hakkında bir farkındalık kazandıklarını ve gelecek planlarına egzersiz programlarını eklemek istediklerini dile getirmişlerdir. **Sonuç:** Genel bulgular, fiziksel aktiviteyi teşvik etmek için günlük yaşamda erişilebilir teknoloji entegrasyonuna ihtiyaç duyulduğunu göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Hareketsizlik, sedanter davranış, teknoloji, tasarım, pedometre

The Influence of Tangible 3D-Printed Feedback on Daily Step Counts and Physical Activity Motivation in Young Adults

Background: Technological developments provide creative solutions to physical inactivity and encourage a more active lifestyle. **Purpose:** The aim of this study was to examine the impact of tangible 3D-printed feedback on daily step counts and physical activity motivation in sedentary and low-active young adults. **Method:** The study included eleven university students (mean age = 21.4 ± 1.5) in a two-weeks field study. The anthropometric characteristics (height, weight, stride length) of the participants were measured. The daily steps were counted and recorded by a digital pedometer. At the end of the first 7-day usage of the pedometer, the daily steps were visualized and presented as tangible feedback. Semi-structured interviews were conducted to deeply understand the physical activity motivation of the participants. **Results:** The main results revealed an 8.5% increase in the average daily step counts. Moreover, increased motivation for making small but effective changes in daily routines was reported. The participants also declared an awareness of their current health status and stated future goals for engaging in exercise programs. **Conclusion:** The overall findings suggest a need for easily accessible technology integration in daily life to promote physical activity.

Keywords: Physical inactivity, sedentary behavior, technology, design, pedometer

SB153

Sporcu ve Sporcu Olmayan Bireylerin Temel Tenis Eğitimi Sonrası Forehand-Backhand Beceri Öğrenme Düzeylerinin Karşılaştırılması

Sena AKÇALI², Osman DİŞÇEKEN¹

¹Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fak., Antrenörlük Eğitimi Böl., Antrenörlük Eğitimi ABD, Nevşehir.

²Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Nevşehir.

Amaç: Bu çalışmayla, farklı beceri düzeyine sahip iki gruba uygulanan 14 haftalık temel tenis eğitimi sonrasında tenise özgü beceri öğrenme düzeylerinin karşılaştırılması amaçlanmıştır. **Yöntem:** Araştırmaya Nevşehir Hacı

Bektaş Veli Üniversitesi'nde okuyan yaşları 18-23 arasında olan toplam 30 öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmada gruplar kasıtlı örnekleme yöntemi ile belirlenmiş ve çalışmaya başlanmıştır. Deney (Sporcu) grubu en az 3 yıl düzenli olarak tenis branşı dışında farklı spor dalları ile uğraşmış kişilerden oluşturulmuş ve kontrol (Sedanter) grubu ise daha önce hiç spor yapmamış Üniversitemizin farklı fakültelerinden katılan gönüllülerden oluşturulmuştur. Verilerin toplanma sürecinde katılımcıların öğrenme düzeyleri arasındaki farkı görmek amacı ile öncelikle katılımcıların ITN testi forehand-backhand kesinlik ve derinlik vuruş puanları kayıt edildi. Temel tenis eğitimleri, 14 hafta boyunca hafta da 2 gün, günde 1 saat olarak uygulandı. 14. haftanın sonunda ise katılımcılardan ITN testi ölçümleri tekrar alınarak eğitim ve ölçüm süreci tamamlandı. Verilerin normal dağılıma uygunluğu Histogram grafikleri ve Shapiro Wilk testiyle değerlendirildi. Katılımcıların ITN skor becerileri arasındaki grup içi ve gruplar arası farkın incelenmesinde T-Test kullanılmıştır. **Bulgular:** Katılımcıların gruplar arası ITN ön test skorları arasında anlamlı bir fark saptanmazken, son testlerde forehand, backhand vuruş ve forehand-backhand paralel, çapraz vuruşlarda ve toplam skorda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmıştır ($p=0,00$). Deney grubu ön test-son test karşılaştırmasında forehand, backhand vuruş, backhand-forehand paralel, çapraz vuruş ve toplam skorda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmıştır ($p=0,00$). Kontrol grubu ön test-son test karşılaştırmasında forehand vuruşta anlamlı bir farklılığa rastlanmazken ($p=0,503$) backhand-forehand çapraz, paralel vuruş ve toplam skorda anlamlı farklılığa rastlanmıştır ($p=0,00$). **Sonuç:** Çalışmada daha önce herhangi bir spor deneyimi olan kişilerin tenis öğrenme becerilerinin hiç spor yapmamış bireylere oranla daha yüksek olduğu saptanmıştır. **Öneriler:** Öğrenilmiş bir becerinin başka bir motor beceri öğrenme sürecini hızlandırdığı çalışma sırasında dikkatimizi çekmiştir. Bu yüzden öğrenme sürecinde zamana bağlı değişimler daha sonra ki çalışmalarda araştırılabilir. Ayrıca antrenörler, çocuk ve gençlerde antrenman süreçlerine zamanında başlanmalı ve bu süreçte branşla birlikte çok yönlü gelişime bağlı diğer branşlardan da fayda sağlamayı ihmal etmemelidirler.

Anahtar Kelimeler: Tenis, Beceri, Öğrenme.

Comparison of Forehand-Backhand Skill Learning Levels of Athletes and Non-Athletes After Basic Tennis Training.

Purpose: The aim of this study is to compare the tennis-specific skill learning levels of two groups with different skill levels, who received 14 weeks of basic tennis training. **Method:** A total of 30 volunteer students aged between 18-23, studying at Nevşehir Hacı Bektaş Veli University, participated in the study. The groups were determined by purposive sampling and the study was started. The experimental (Athlete) group consisted of individuals who had practiced different sports outside of tennis for at least 3 years regularly, while the control (Sedentary) group consisted of volunteers from different faculties of our university who had never done sports before. In the process of collecting data, the ITN test scores of the participants in forehand-backhand precision and depth were recorded to see the difference in learning levels between the participants. Basic tennis training was conducted for 14 weeks, 2 days a week, 1 hour per day. At the end of the 14th week, ITN test measurements were taken again from the participants, and the training and measurement process were completed. The normal distribution of the data was evaluated with Histogram graphics and Shapiro Wilk test. T-Test was used to examine the intra-group and inter-group differences in the ITN score skills of the participants. **Results:** While there was no significant difference in the ITN pre-test scores between the groups, a statistically significant difference was found in forehand, backhand, forehand-backhand parallel, cross hits, and total scores in the post-tests ($p=0.00$). In the experimental group, a statistically significant difference was found in forehand, backhand, backhand-forehand parallel, cross hits, and total scores in the pre-test-post-test comparison ($p=0.00$). In the control group, no significant difference was found in forehand hits ($p=0.503$), but significant differences were found in backhand-forehand cross, parallel hits, and total scores in the pre-test-post-test comparison ($p=0.00$). **Conclusion:** The study found that individuals with prior sports experience had higher tennis learning skills than individuals who had never done any sports. Recommendations: We noticed that learned skills can accelerate the process of learning another motor skill during the study. Therefore, time-dependent changes in the learning process can be investigated in future studies. Additionally, coaches should start training processes on time for children and adolescents and not neglect the benefits of multidimensional development from other branches dependent on the sport during this process.

Keywords: Tennis, Skill, Learning.

SB154

Polar Team Pro Ünitelerinden Elde Edilen Kalp Atım Hızı Değerlerinin Güvenilirliğinin İncelenmesi

Sabri BİRLİK¹, Mehmet YILDIZ¹, Zeki AKYILDIZ²

¹ Afyon Kocatepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

² Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Amaç: Bu araştırmanın amacı Polar Team Pro kalp atış hızı sensörlerinin güvenilirliklerinin incelenmesidir. **Yöntem:** Araştırmaya sekiz futbol oyuncusu dahil olmuştur. Her bir oyuncunun göğüs bölgesine aynı anda iki tane Polar Team Pro kalp atış hızı sensörü takılmıştır. Bu çalışmada sporculara 20m mekik koşusu testinin 6,20 dakikasına kadar olan kısmını uygulanmıştır. Koşu 8 km/s'de başlamış ve 6,20 dakika sonra 10,5 km/s'de sona ermiştir. Aynı sporcu üzerinde bulunan Polar Team Pro kalp atış hızı sensörlerinden elde edilen ortalama ve maksimum kalp atım hızı değerleri birbirleriyle karşılaştırılmıştır. Tüm testler 48 saat arayla test-tekrar test güvenilirliği görmek için tekrarlanmıştır. Güvenilirlik analizleri için varyasyon kat sayısı yüzdesi, sınıf içi korelasyon kat sayısı, standart ölçüm hatası, en küçük değerli değişiklik ve minimum tespit edilebilir değişiklik analizleri kullanılmıştır. Ölçümlerin farklılıkları 2x2 ANOVA ve Blant- Altman, ilişkileri ise Pearson korelasyon testi ile incelenmiştir. **Bulgular:** Polar Team Pro kalp atış hızı sensörlerinden elde edilen ortalama ve maksimum kalp atım hızı değerlerinin sunduğu verilerin hem üniteler içinde hem de farklı oturumlarda güvenilir veriler sunduğu görülmektedir. Üniteler ve oturumlar arasında da istatistiksel olarak herhangi bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Güvenilirlik analizleri için varyasyon kat sayısı tüm değerler için kabul edilebilir sınırlar içerisindedir (% 5 <), sınıf içi korelasyon kat sayısı (0,56- 0,85), standart ölçüm hatası (2,48- 4,36 atım/dakika⁻¹), en küçük değerli değişiklik (1,98- 3,24) ve minimum tespit edilebilir değişiklik (6,88- 11,25) incelenmiştir. 2x2 ANOVA analizlerinde KAH Ortalama (atım/dakika) [F: 0.068; p: 0.79; η^2p : 0.002] ve KAH Maksimum (atım/dakika) [F: 0.003; p: 0.95; η^2p : 1.202 $\times 10^{-4}$] değerlerinde farklılık görülmemektedir. Pearson korelasyon testi sonucunda üniteler arasında yüksek düzeyde ilişki görülmektedir [Ortalama (atım/dakika⁻¹): r= 0,94 ; p= < .001; Maksimum (atım/dakika⁻¹): r= 0,88 ; p= 0.003]. Blant- Altman farklılık değerleri kabul edilebilir sınırlar içerisindedir. **Sonuç:** Polar Team Pro kalp atış hızı sensörleri spor bilimciler, antrenörler ve pratik uygulayıcılar için güvenilir veriler sunduğu gözlemlenmiştir. **Öneriler:** Polar Team Pro kalp atış hızı sensörlerinde elde edilen veriler güvenilir olarak kullanılabilir. Fakat verilerin geçerliği için yeni çalışmalar yapılması gerekmektedir.

Anahtar Kelimeler: Spor, Kalp Atım Hızı, Sensör, Monitorizasyon

Investigation of the Reliability of Heart Rate Values Obtained from Polar Team Pro Units

Purpose: The aim of this research was to investigate the reliability of Polar Team Pro heart rate sensors. **Method:** Eight soccer players participated in the study. Two Polar Team Pro heart rate sensors were simultaneously attached to the chest of each player. In this study, the athletes performed up to 6.20 minutes of the 20m shuttle run test. The run started at 8 km/h and ended at 10.5 km/h after 6.20 minutes. Mean and maximum heart rate values obtained from Polar Team Pro heart rate sensors on the same athlete were compared with each other. All tests were repeated 48 hours apart to see inter-session reliability. Reliability analyses included percent coefficient of variation, intraclass correlation coefficient, standard error of measurement, least significant variation and minimum detectable variation. The differences of the measurements were analyzed by 2x2 ANOVA and Blant- Altman relationships were analyzed by Pearson correlation test. **Result:** It is seen that the data presented by the average and maximum heart rate values obtained from Polar Team Pro heart rate sensors provide reliable data both within the units and in different sessions. It was determined that there was no statistical difference between the units and sessions. For reliability analyses, the coefficient of variation was within acceptable limits for all values (<5%), the intraclass correlation coefficient (0.56- 0.85), the standard error of measurement (2.48- 4.36 beats per minute⁻¹), the smallest valued change (1.98- 3.24) and the minimum detectable change (6.88-11.25) were examined. In 2x2 ANOVA analyses, there was no difference in the values of HR Mean (beats/minute) [F: 0.068; p: 0.79; η^2p : 0.002] and HR Maximum (beats/minute) [F: 0.003; p: 0.95; η^2p : 1.202 $\times 10^{-4}$]. Pearson correlation test showed a high level of correlation between the units [Mean (beats per minute⁻¹): r= 0.94 ; p= < .001; Maximum (beats per minute⁻¹): r= 0.88 ; p= 0.003]. Blant- Altman difference values are within acceptable limits. **Conclusion:** Polar Team Pro heart rate sensors are proven to provide reliable data for sports scientists, coaches and practitioners. **Recommendations:** Data from Polar Team Pro heart rate sensors can be used reliably. However, further studies are required for the validity of the data.

Key words: Monitoring, Heart Rate, Sensor, Sport

SB155

Yaş Grubu Yüzücülerinde İp Atlama Egzersizinin Sıçrama Performansına Etkisi

Burak Han UÇARSU¹, Atakan YEĞİN¹, Berat ÜNLÜ¹, Mervenur DURLU¹, Burcu ERTAŞ DÖLEK²

¹Ankara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü Lisans Öğrencisi

²Ankara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü Öğretim Üyesi

Sporcular genellikle düzenli egzersiz rutinlerini tamamlamak için ek egzersizlere ihtiyaç duyarlar. İdeal olarak, ilgilendikleri spor dalında zaten mevcut olan aynı kas gruplarına veya hareket türlerine odaklanan egzersiz türleri olmalıdır. Bir yüzme yarışmasında yüzülecek olan mesafeyi düşündüğümüz zaman, yarışın başlangıcından bitişine kadar, sıçrama becerisi oldukça önem taşımaktadır. Çıkışta deparda ve tüm yarış boyunca dönüşler sırasında sıçrama becerisi, performansı etkileyen bileşenlerden biridir. Hızlı yüzebilmek, hızlı olmayı ve patlayıcı hızı geliştirebilmeyi gerektirmektedir. Antrenörler genellikle yüzücülerin yüzme performansı kısmı ile ilgilendiklerinden, dolaylı olarak geliştirebilecekleri sıçrama performanslarını göz ardı etmektedirler. Yüzme sporu için ip atlamanın rutin yüzme çalışmalarına kolayca eklenebilecek bir egzersiz türü olduğu aşikardır. İp atlama egzersizi tüm alt gövde ve üst gövde kaslarını koordineli olarak çalıştıran ve sıçrama performansının artmasına yardımcı olan bir çalışma türüdür. Özellikle yaş grubu yüzücülerde önem taşımaktadır. Çalışmamıza yaş ortalamaları 10±35 yıl, boy uzunluğu ortalamaları 139,71 cm olan 21 erkek 13 kız toplam 34 yaş grubu yüzücüsü (Türkiye Yüzme Federasyonu, 2018) katılmıştır. Çalışmanın başlangıcında yüzücülerin vücut ağırlıkları, kulaç uzunlukları, dikey sıçrama yükseklikleri, durarak uzun atlama değerleri, bacak uzunlukları ölçülerek, 1 dk. boyunca mekik çekme sayıları, otur eriş testi sonuçları kaydedilmiştir. Yüzücüler, haftalık yüzme ve kara çalışmalarına ek olarak her antrenman sonrasında 15 dk. (50 tekrar/ 1 dk. dinlenme*x setlik) 10 hafta süresince ip atlamıştır (Amaro et al., 2017). 10 haftanın sonunda ölçümler tekrarlanarak karşılaştırılmış ve sonuçlar ortaya konulmuştur. İp atlama egzersizinin etkileri ile ilgili yüzücülerde yapılmış çalışmalar mevcuttur, özellikle son yıllarda kemik yoğunluğunu artırıcı etkileri ile ip atlama egzersizleri tavsiye edilmektedir (Aktug et al., 2018; Bellver et al., 2021). Yüzücülerin havuz çalışmalarına ek olarak, kara çalışmalarında yer verecekleri düzenli sıçrama egzersizlerinin hem tüm vücutlarının dengeli ve koordineli bir şekilde çalışmasına yardımcı olacağı hem de havuza aktarabilecekleri sıçrama performansları ile toplam yüzme derecelerinde gözle görüşür artış olacağı düşünülmektedir. Özellikle yaş grubu yüzücülerinin gövde bölgesi stabilizasyon gelişimine etki edeceği düşünülmektedir. Antrenörler ve yüzücüler tarafından da ulaşılması ve uygulaması kolay ve pratik olması da tercih sebebi olacaktır.

Anahtar kelimeler; yüzme, yaş grupları, ip atlama, sıçrama, performans

The Effect of Jumping Rope Exercise on Leap Performance in Age Group Swimmers

Athletes often need additional exercises to complement their regular exercise routines. Ideally, they should be types of exercises that focus on the same muscle groups or types of movements already present in the sport they are interested in. When we consider the distance to be swim in a swimming competition, jumping skill is very important from the start to the end of the race. Jumping ability is one of the components that affect performance during the start, sprint and during turns throughout the entire race. Being able to swim fast requires being fast and developing explosive speed. Since the coaches are usually concerned with the swimming performance part of the swimmers, they ignore the jump performance that they can indirectly improve. It is obvious that jumping rope for swimming is a type of exercise that can be easily added to routine swimming exercises. Jump rope exercise is a type of work that works all the lower body and upper body muscles in a coordinated way and helps to increase jump performance. It is especially important for swimmers of the age group. A total of 34 age group swimmers (Turkish Swimming Federation, 2018) participated in our study, with a mean age of 10±35 years and an average height of 139.71 cm, 21 boys and 13 girls. At the beginning of the study, the swimmers' body weights, arm lengths, vertical jump heights, long jump values, leg lengths, for 1 min. the number of sit-ups were measured. The results of the sit and reach test were recorded. Swimmers, in addition to weekly swimming and land exercises, 15 minutes after each training (50 reps/ 1 min. rest*x sets) skipped rope for 10 weeks (Amaro et al., 2017). At the end of 10 weeks, the measurements were repeated and compared and the results were presented. There are

studies on the effects of jump rope exercise on swimmers, especially in recent years, jumping rope exercises are recommended with their bone density increasing effects (Aktug et al., 2018; Bellver et al., 2021). It is thought that regular jumping exercises will both help all their bodies work in a balanced and coordinated way, and that there will be a noticeable increase in the total swimming performances with the jump performances that they can transfer to the pool. It is thought that it will affect the stabilization development of core stability of swimmers, especially in the age group. It will also be preferred by trainers and swimmers as it is easy and practical to reach and apply.

Keywords; swimming, age groups, jumping rope, leap, performance

SB156

Isınma Sonrası Farklı Dinlenme Sürelerinin Dikey Sıçrama Performansına Etkisi: Pilot Çalışma

Yusuf COŞAR¹, Emre BAĞCI¹, Kadir KESKİN¹, Mehmet GÜNAY¹

¹Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

Giriş: Sakatlıkları önlemek ve optimal performansa erişebilmek için sportif performans öncesi ısınma egzersizleri yaygın olarak kullanılmaktadır. Ancak ısınmanın ardından sportif performans öncesi dinlenme süresinin ne kadar olması gerektiği net değildir. **Amaç:** Dolayısı ile bu çalışmanın amacı, ısınma sonrasında verilen farklı dinlenme sürelerinin dikey sıçrama test performansına etkisini incelemektir. **Yöntem:** Çalışmaya sağlıklı, fiziksel olarak aktif 10 voleybolcu kız çocuğu (yaş: 16.1 ± 0.7 yıl; boy uzunluğu: 167.2 ± 4.99 m; vücut ağırlığı: 57.6 ± 10.27) gönüllü olarak katılmıştır. Araştırma çapraz desen ile kurgulanmış olup, her katılımcı farklı zamanlarda 2 teste katılmıştır. Katılımcılara 3 deneme yaptırılıp en yüksek sonucu esas alınmıştır. Katılımcılardan nabız ve dikey sıçrama test verileri 2 farklı denemede elde edilmiştir: ısınmadan 5 dakika sonra, ısınmadan 10 dakika sonra. **Bulgular:** Farklı dinlenme sürelerinden sonra dikey sıçrama testinde katılımcıların sıçrama performanslarında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($p < 0.05$). **Sonuç:** Sonuç olarak, ısınma sonrası, sportif performans öncesi dinlenme süresinin 5 dakikalık süreler içinde olmasının sportif performans açısından olumlu bir katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu durumun özellikle kısa süreli ve yüksek şiddetli sportif aktiviteler açısından geçerli olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Isınma, Dikey Sıçrama, Isınma Sonrası Toparlanma

Influence of Post-Warm-Up Recovery Time on Optojump Test Performance in Healthy Individuals: A Pilot Study

Introduction: Warm-up is carried out before exercise to prevent injuries and optimize the subsequent exercise performance. However, how much time is needed to recover for optimal performance after the warm-up is not clear. **Objective:** The study aimed to investigate the effect of post-warm-up passive recovery times on the vertical jump test. **Method:** 10 healthy and physically active women (age: 16.1 ± 0.7 years; height: 167.2 ± 4.99 m; weight: 57.6 ± 10.27) volunteered for the study. The study was a crossover design, and participants completed two separate trials. Participants were given 3 trials and the highest result was taken as a basis. After each warm-up, heart rate and anaerobic power were measured at two intervals: 5 min after, 10 min after. **Results:** At the end of the different rest periods and the vertical jump test, a statistically significant difference was found in the jump heights of the participants ($p < 0.05$). **Conclusion:** As a result, it is thought that a 5-minute rest period after warming up and before the sportive performance will make a positive contribution in terms of sportive performance. It can be said that this is especially true for short-term and high-intensity sports activities.

Key Words: Warm-Up, Vertical Jump, Post-Warm-Up Recovery

SB157

Sportif Performansın Analizi ve Yorumlanması için Yeni Bir Araç: R Programlama Dili ile SPOTY Paketinin Geliştirilmesi

Hüseyin Şahin UYSAL¹, Sezgin KORKMAZ¹

¹Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Burdur

Giriş ve Amaç: Sporcuların mevcut performans durumlarının değerlendirilmesi ve gelişimlerinin gözlenmesi için sportif performans testlerine ihtiyaç duyulmaktadır. Bununla birlikte laboratuvar ortamında uygulanan sportif performans testlerine erişimin kısıtlı olmasından dolayı alan uzmanları sıklıkla saha testlerini tercih etmektedir. Saha testleri uygulanabilirlik açısından alan uzmanlarına kolaylık sağlarken, performans sonuçlarının raporlanması için bazı ek analizlerin yapılması zaman tasarrufu açısından dezavantaj oluşturabilir. Bu çalışmanın amacı, sportif performans testi sonuçlarının referanslara dayanarak analiz edileceği, yorumlanacağı ve sonuçların görselleştirileceği SPOTY (Sportif Performansın Ölçümü ve Testlerin Yorumlanması) adlı paketin R programlama dili ile geliştirilmesidir. **Yöntem:** Bu çalışmada sportif performans testlerine yönelik norm değerleri tespit etmek ve analiz boyunca gerekli olan formüllere ulaşmak için veri toplama aracı olarak elektronik veri tabanları (Google Scholar ve Web of Science) taranmış ve konu alanında yazılmış kitaplar incelenmiştir. R programlama dili ile SPOTY paketinin geliştirilmesi için (devtools) ve (roxygen2) paketleri tercih edilmiştir. Her sportif performans testi için ayrı bir fonksiyon yazılırken, paketin geliştirilmesi aşamasında temel düzeyde matematiksel işlemlerden ve koşul ifadelerinden (if, if else, else if, else) yararlanılmıştır. SPOTY paketinin geçerli ve güvenilir olarak çalıştığını test etmek için (usethis) paketi kullanılmıştır. SPOTY paketi ile ilgili tüm dokümanlar GitHub platformu üzerinde depolanmıştır. **Bulgular:** Çalışma sonucunda 5238 satır kod yazılmış ve SPOTY paketine yönelik 32 fonksiyon oluşturulmuştur. Kullanıcılar SPOTY paketi içerisinde yer alan 30 fonksiyon ile farklı motor becerilere ilişkin performans test sonuçlarını analiz edebilir veya yorumlayabilir. Ek olarak kullanıcılar, sporcuların bireysel performanslarını karşılaştırmak için “performans_grafik” fonksiyonu ile test sonuçlarını görselleştirebilir ya da grup performansını değerlendirmek için “performans_özet” fonksiyonu ile grup ortalaması ve standart sapmasını belirleyebilir. **Sonuç:** Sonuç olarak, geliştirilen SPOTY paketi sportif performans testlerinin analiz edilmesi veya yorumlanması için alan uzmanı ve uygulayıcılara Türkçe dil destekli alternatif bir araç sunabilir ve performans testi sonuçlarının rapor edilme sürecini hızlandırabilir. **Öneriler:** SPOTY paketinin kullanımı için GitHub üzerindeki kullanım talimatları (<https://github.com/hsuysal/SPOTY>) takip edilebilir.

Anahtar Kelimeler: Sportif performans, performans testleri, spor analitiği, R programlama dili

A New Tool for Analysis and Interpretation of Sporting Performance: Development of the SPOTY Package with the R Programming Language

Introduction and Purpose: Sportive performance tests are needed to evaluate the athletes' current performance status and observe their development. However, due to the limited access to sportive performance tests applied in the laboratory environment, field experts often prefer field tests. While field tests provide convenience to field experts regarding the applicability, performing additional analyses for reporting performance results may be disadvantageous in terms of time-saving. This study aims to develop the package SPOTY (Measurement of Sportive Performance and Interpretation of Tests) with the R programming language, in which the results of the sportive performance test will be analyzed, interpreted, and visualized based on references. **Method:** In this study, electronic databases (Google Scholar and Web of Science) were scanned as data collection tools. The books written in the subject area were examined to determine the norm values for sportive performance tests and reach the formulas required throughout the analysis. The (devtools) and (roxygen2) packages were preferred for developing the SPOTY package with the R programming language. While a separate function was written for each sportive performance test,

basic mathematical operations and conditional statements (if, if else, else if, else) were used during the development of the package. The (usethis) package was used to test the validity and reliability of the SPOTY package. All documents related to the SPOTY package are stored on the GitHub platform. **Results:** As a result of the study, 5238 lines of code were written, and 32 functions were created for the SPOTY package. Users can analyze or interpret performance test results of different motor skills with the 30 functions in the SPOTY package. In addition, users can visualize test results with the "performans_grafik" function to compare the individual performance of the athletes or determine the group mean and standard deviation with the "performans_özet" function to evaluate the group performance. **Conclusion:** As a result, the developed SPOTY package can provides an alternative tool with Turkish language support to field experts and practitioners to analyze or interpret sportive performance tests and can speed up the reporting process of performance test results. **Suggestions:** For the use of the SPOTY package, the usage instructions on GitHub (<https://github.com/hsuysal/SPOTY>) can be followed.

Keywords: Sports performance, performance tests, sports analytics, R programming language

SB158

Sporcuların Yaratıcılık Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi

Hediye Şevval ARTAN¹, Ekrem Levent İLHAN¹, Okan Burçak ÇELİK¹

¹*Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi*

Bu araştırmanın amacı lisanslı olarak spor yapan bireylerin yaratıcılık düzeylerini çeşitli değişkenler açısından incelemektir. Araştırma nicel araştırma yaklaşımlarından tarama modeli ile tasarlanmıştır. Araştırmanın katılımcılarını n=128'i erkek n=87'si kadın olmak üzere toplam 215 sporcu oluşturmuştur. Verilerin toplanmasında Sporcular İçin Yaratıcılık Ölçeği kullanılmıştır. Basıklık ve çarpıklık değerleri dikkate alınarak verilerin dağılımı belirlenmiş ve ikili karşılaştırmalarda T-testi ve ilişki analizlerinde ise Pearson Korelasyon Testi kullanılmıştır. Araştırma sonucunda cinsiyete göre sporcuların yaratıcılık düzeylerinin farklılaşmadığı ancak milli sporcuların milli olmayan sporculara göre yaratıcılık düzeylerinin anlamlı şekilde yüksek olduğu belirlenmiştir. Yaş değişkeni dikkate alındığında ise hem yaş hem de spor yaşı arttıkça sporda yaratıcılık puanlarının da anlamlı şekilde arttığı sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar kelimeler: Sporcu, spor, sporda yaratıcılık, nicel araştırma, sporda yaratıcılık ölçeği

Examination of Athletes' Creativity Levels in Terms of Some Variables

The aim of this research is to examine the creativity levels of individuals who do sports under license in terms of various variables. The research was designed with the screening model, which is one of the quantitative research approaches. The participants of the study consisted of 215 athletes, 128 men and 87 women. Creativity Scale for Athletes was used to collect data. The distribution of the data was determined by considering the kurtosis and skewness values, and t-test was used for pairwise comparisons and Pearson Correlation test was used for relational analysis. As a result of the research, it was determined that the creativity levels of the athletes did not differ according to the gender, but the creativity levels of the national athletes were significantly higher than the non-national athletes. Considering the age variable, it was concluded that the creativity scores of the athletes increased significantly as both the age and the sports age increased.

Keywords: Athlete, sport, creativity in sport, quantitative research, creativity in sport scale

SB158

Bireysel Spor Hakemlerinin Öz Yeterlilik ve İletişim Becerilerinin Değerlendirilmesi

Furkan Rufai YILMAZ¹, Şahinur ZARARSIZ¹, Gözde Algün DOĞU¹

¹Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi

Giriş: Spor; insanın kendi halinde veya bir topluluk ile belirlenmiş kurallar dâhilinde bir yarış halinde veya eğlenme amaçlı yapılan enerji harcamak için yapılan aktivitelerdir. Spor müsabakalarının adil ve doğru yönetilmesinde hakem tecrübesinin önemi yadsınamayacak kadar büyüktür. Hakemlerin öz yeterlilik düzeylerinin yüksek olması ve iletişim becerilerinin iyi olması da müsabakaların yönetimini kolaylaştırmaktadır (Sarıdede 2018). **Amaç:** Bu araştırmanın amacı bireysel spor hakemlerinin öz yeterlilik düzeyleri ve iletişim becerilerini farklı değişkenler açısından incelemek ve aralarındaki ilişkiyi ortaya koymaktır. **Yöntem:** Araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden tarama modeli (betimsel, survey) kullanılmıştır. Çalışmada veri toplama aracı olarak araştırmacı tarafından uzman görüşü alınarak hazırlanan "Kişisel Bilgi Formu", "Hakem Öz Yeterlilik Ölçeği" "İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği" kullanılmıştır. Elde edilen veriler IBM SPSS programı kullanılarak analiz edilmiştir. Ölçeklerden alınan puanların normal dağılım şartını sağlayıp sağlamadığını belirlemek için Kolmogorov-Smirnov ve Shappiro-Wilk testleri yapılmıştır. Bu testlerin sonucuna göre veri setine parametrik ya da non-parametrik testler uygulanarak ölçeklerden alınan puanların bağımsız değişkenlere göre anlamlı farklılık gösterip göstermediği belirlenmiştir. Hakem öz yeterlik düzeyi ve iletişim becerileri arasındaki ilişkinin belirlenmesi için ise Spearman korelasyon analizi yapılmıştır. **Bulgular:** Hakemlerin hakem öz yeterlik ölçeği puanlarının yaşa göre anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir ($X^2 = (3; n=203) = 6,103; p = ,107$). Hakemlerin iletişim becerileri ölçeğinden alınan puanların yaşa göre anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir ($X^2 = (3; n=203) = 0,618; p = ,892$). Hakem öz yeterlik ölçeği puanı ve iletişim becerileri ölçek puanının hakemlerin cinsiyetine göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark göstermediği görüldü ($p>0.05$). Hakem öz yeterlik ölçeği puanı ile iletişim becerileri ölçeği puanlarının hakemlerin eğitim düzeylerine göre istatistiksel olarak anlamlı fark göstermediği görüldü ($p>0.05$). Hakemlerin hakem öz yeterlik ölçeğinden alınan puanların meslek gruplarına göre anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir ($X^2 = (3; n=203) = 6,591; p = ,086$). İletişim becerileri ölçeğinden alınan puanların meslek gruplarına göre anlamlı şekilde farklılaşmadığı tespit edilmiştir ($X^2 = (3; n=203) = 3,923; p = ,270$). Hakemlerin klasmanlarına göre hakem öz yeterlik ölçeği puanının anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görüldü ($p<0.001$). İletişim becerileri ölçeği puanının hakemlerin klasmanlarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark göstermediği görüldü ($p>0.05$). Hakemlerin branşlara göre hakem öz yeterlik ölçeği puanının anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görüldü ($p<0.001$). Hakemlerin branşlara göre iletişim becerileri ölçeği puanı ele alındığında anlamlı düzeyde yüksek belirlendi. Hakemlerin hakem öz yeterlik ölçeği puanlarının deneyim yılına göre anlamlı şekilde farklılaştığı tespit edilmiştir ($X^2 = (3; n=203) = 8,779; p = ,032$). Hakemlerin iletişim becerileri ölçeğinden aldıkları puanların deneyim süresine göre anlamlı farklılık göstermediği saptanmıştır ($X^2 = (3; n=203) = 6,562; p = ,087$). Fiziksel yeterlilik, baskı, karar verme ve oyun bilgisi ile iletişim becerileri ölçeği arasında pozitif yönlü zayıf düzeyde ilişki vardır. Hakem öz yeterlik ölçeği ile iletişim becerileri ölçeği arasında pozitif yönlü orta düzeyde ilişki vardır. **Sonuç:** Araştırmada elde edilen sonuçlara göre hakem öz yeterlik ölçek puanları ve iletişim becerileri ölçeği puanlarına göre yaş, cinsiyet, eğitim düzeyleri, meslek değişkenlerinde anlamlı farklılık göstermediği, hakemlerin klasmanlarına, branşlara ve deneyim yılına göre hakem öz yeterlik ölçeği puanının anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği, hakemlerin iletişim becerileri ölçeğinden aldıkları puanların deneyim yılına, klasmanına göre anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur. **Öneriler:** Bireysel spor hakemlik ile ilgili daha fazla araştırma yapıp branşa özgü hakem eğitimleri planlanarak ve takibi sağlanarak bireysel spor hakemlerinin gelişmesi yönünde akademik alana katkı sağlanabilir.

Anahtar kelimeler: Hakem, öz yeterlilik, iletişim becerisi

Evaluation of Self-Efficacy and Communication Skills of Individual Sports Referees

Entrance: Sport; They are the activities done to spend energy in a race or for fun within the rules determined by the person himself or with a community. The importance of referee experience is undeniably great in the fair and correct management of sports competitions. The high level of self-efficacy of the referees and their good communication skills also facilitate the management of the competitions (Sarıdede 2018). **Aim:** The aim of this research is to examine the self-efficacy levels and communication skills of individual sports referees in terms of different variables and to reveal the relationship between them. **Method:** In the research, survey model (descriptive, survey) which is one of the quantitative research methods was used. In the study, "Personal Information Form", "Referee Self-Efficacy Scale" and "Communication Skills Evaluation Scale", which were prepared by the researcher by taking expert opinion, were used as data collection tools. Obtained data were analyzed using IBM SPSS program. Kolmogorov-Smirnov and Shappiro-Wilk tests were performed to determine whether the scores obtained from the scales met the normal distribution condition. According to the results of these tests, parametric or non-parametric tests were applied to the data set and it was determined whether the scores obtained from the scales differed significantly according to the independent variables. Spearman correlation analysis was performed to determine the relationship between referee self-efficacy and communication skills. **Results:** It was determined that the referees' self-efficacy scale scores did not differ significantly according to age ($X^2 = (3; n=203) = 6,103; p = ,107$). It was determined that the scores obtained from the referees' communication skills scale did not differ significantly according to age ($X^2 = (3; n=203) = 0,618; p = ,892$). It was seen that the referee self-efficacy scale score and the communication skills scale score did not show a statistically significant difference according to the gender of the referees ($p>0.05$). It was seen that the referee self-efficacy scale scores and the communication skills scale scores did not show a statistically significant difference according to the education levels of the referees ($p>0.05$). It was determined that the scores of the referees from the referee self-efficacy scale did not differ significantly according to the occupational groups ($X^2 = (3; n=203) = 6,591; p = ,086$). It was determined that the scores obtained from the communication skills scale did not differ significantly according to occupational groups ($X^2 = (3; n=203) = 3,923; p = ,270$). It was seen that the referee self-efficacy scale scores differed significantly according to the classifications of the referees ($p<0.001$). It was seen that the communication skills scale score did not show a statistically significant difference according to the classifications of the referees ($p>0.05$). It was seen that the referees' self-efficacy scale scores differed significantly according to the branches ($p<0.001$). Considering the communication skills scale score of the referees according to the branches, it was determined to be significantly high. It was determined that the referees' self-efficacy scale scores differed significantly according to the years of experience ($X^2 = (3; n=203) = 8,779; p = ,032$). It was determined that the scores of the referees from the communication skills scale did not differ significantly according to the experience period ($X^2 = (3; n=203) = 6,562; p = ,087$). There is a weak positive correlation between physical competence, pressure, decision making and game knowledge and communication skills scale. There is a moderate positive correlation between the referee self-efficacy scale and the communication skills scale. **Conclusion:** According to the results obtained in the study, there was no significant difference in age, gender, education level, profession variables according to referee self-efficacy scale scores and communication skills scale scores, referee self-efficacy scale scores differed significantly according to referees' classifications, branches and years of experience, and referees' communication skills. It was found that the scores they got from the scale did not differ significantly according to the years of experience and classification. **Suggestions:** More research on individual sports refereeing can be done, and branch-specific referee trainings can be planned and followed to contribute to the academic field in the development of individual sports referees.

Key words: Referee, self-efficacy, communication skill

SB159

Elit Sporcuların ve Sedarter Bireylerin Narsizim Seviyelerinin Karşılaştırılması

Sinan KIZILKAYA¹, İrem KURTYEMEZ¹, Ebubekir BARAN¹, Berkan BOZDAĞ¹

¹*Yozgat Bozok Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü*

Bu araştırmada spor yapan ve yapmayan üniversite öğrencilerinin narsizim seviyelerinin karşılaştırılması amaçlanmıştır. Araştırmaya 2022-2023 eğitim-öğretim yılında Yozgat Bozok Üniversitesi spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören 84 kadın, 86 erkek olmak üzere toplam 170 öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından geliştirilmiş kişisel bilgi formu ve öğrencilerin narsizim düzeylerini belirlemek amacıyla Ames, Rose ve Anderson (2006) tarafından oluşturulan, Türkçe 'ye uyarlanması ise Atay (2009) tarafından yapılan "Narsistik Kişilik Envanteri" kullanılmıştır. Verilerin dağılımı Kolmogorov-Smirnov testi ile incelenmiş olup basıklık ve çarpıklık değerleri dikkate alındığında verilerin normal dağılım gösterdiği belirlenmiştir. Verilerin analizinde Independent-Samples t testi ve Pearson korelasyon analizi kullanılmıştır. Bu doğrultuda yapılan analizler sonucunda cinsiyet değişkenine göre, otorite alt boyutunda kadın öğrencilerinin puan ortalamalarının erkek öğrencilerin puan ortalamalarından anlamlı derecede yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yaş değişkenine göre teşhircilik ve hak iddia etme alt boyutlarında anlamlı, düşük düzeyde ve negatif yönlü bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Spor yapma değişkenine göre spor yapan ve yapmayan bireylerin narsizim seviyeleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Spor, Üniversite Öğrencileri, Narsizim

Comparison of Narcissism Levels of Elite Athletes and Sedentary Individuals

In this study, it was aimed to compare the narcissism levels of university students who do and do not do sports. In the 2022-2023 academic year, a total of 170 students, 84 women and 86 men, studying at the faculty of sports sciences at Yozgat Bozok University, participated voluntarily. In the study, a personal information form developed by the researchers was used as a data collection tool, and the "Narcissistic Personality Inventory" created by Ames, Rose and Anderson (2006) and adapted into Turkish by Atay (2009) in order to determine the narcissism levels of the students. The distribution of the data was examined with the Kolmogorov-Smirnov test, and when the kurtosis and skewness values were taken into account, it was determined that the data showed a normal distribution. Independent-Samples t-test and Pearson correlation analysis were used in the analysis of the data. As a result of the analyzes made in this direction, it was concluded that the average score of female students in the sub-dimension of authority is significantly higher than the average of male students, according to the gender variable. According to the age variable, it was concluded that there was a significant, low-level and negative relationship in the sub-dimensions of exhibitionism and claiming rights. According to the variable of doing sports, it was concluded that there was no significant difference between the levels of narcissism of individuals who do and do not do sports.

Anahtar Kelimeler: Sports, University Students, Narcissism

SB159

Hayırseverlikte Spor Etkinliklerinin İncelenmesi

Bahareh NIKJOO¹ Elif BOZYİĞİT¹ Uğur SÖNMEZOĞLU²

¹*Pamukkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Spor Yöneticiliği Bölümü*

¹*Pamukkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Spor Yöneticiliği Bölümü*

Giriş: Hayırseverlik, toplumun iyiliği için yapılan bağış, yardım ve katkıların tümüdür. Hayırseverlik faaliyetleri çeşitli alanlarda gerçekleştirilebilir ve bu alanlardan biri de spor etkinlikleridir. Spor etkinlikleri

aracılığıyla yapılan hayırseverlik faaliyetleri insanların bir araya gelerek eğlenmelerini, spor yapmalarını ve aynı zamanda toplumun iyiliği için bir şeyler yapmalarını sağlamaktadır. Bu nedenle, spor etkinlikleriyle hayırseverlik faaliyetlerinin birleştirilmesi, toplumda pozitif bir etki yaratmaktadır. **Amaç:** Yurt dışında yapılan spor temelli hayırseverlik faaliyetlerine odaklanan bu çalışmanın amacı bu faaliyetleri hedef kitle, amaç, içerik, etkinlik türü vb. değişkenler açısından incelemektir. **Yöntem:** Araştırmada nitel araştırma yöntemlerinden doküman analizi yöntemi kullanılmıştır. Veriler araştırmacılar tarafından incelenen spor etkinliklerinin web sitelerinden elde edilmiştir. Bu kapsamda, Race for The Cure, Bike MS, Pedaling for Parkinson's, Sports Relief, Terry Fox Run, Ride to Conquer Cancer, Light the Night Walk ve Soccer Aid for UNICEF olmak üzere toplam 9 hayırseverlik etkinliği incelenmiştir. Yapılan analizlerde spor etkinliklerinin amacı, katılımcılar, etkinliği düzenleyenler, etkinliklerin türü ve etkinliklerin sonuçları ayrı ayrı tespit edilmiştir. **Bulgular:** İncelenen 9 projede etkinliklerin kanser hastaları, MS hastaları, Alzheimer hastaları, Parkinson hastaları, ihtiyaç sahibi insanlar ve çocuklar gibi dezavantajlı gruplara yönelik yapıldığı görülmektedir. Hayırseverlik için yapılan bu spor etkinliklerinin özellikle kanser hastalıklarına yönelik farkındalığı arttırmak, fon sağlamak, hastalıklara karşı bilinçlendirmek, iyileştirme ve tedavi sürecine destek olmak, aileler arasında dayanışmayı sağlamak, yardım kuruluşlarına bağışta bulunmak, kanser araştırmalarına bağış yapmak, çocukların eğitimi ve refahını geliştirmek gibi konulara odaklandıkları belirlenmiştir. **Sonuç:** Araştırma bulguları incelendiğinde, toplum genelinde yukarıda bahsi geçen konularda spor etkinliklerinin olumlu etki yaptığı ortaya çıkmıştır. Örneğin hastalıkların erken teşhisine yönelik kişilerde farkındalık geliştirilmesi, tedavi süreçlerine ve araştırmalara fon sağlanması, eğitim olanaklarının geliştirilmesi gibi. **Öneriler:** Türkiye'de bu tür spor etkinliklerine yönelik çalışmaların desteklenmesi önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Hayırseverlik, Spor Etkinlikleri, Nitel Araştırma

Investigation of Sporting Events in Philanthropy

Introduction: Philanthropy refers to all donations, aid, and contributions made for the betterment of society. Philanthropy activities can be carried out in various fields and one of these areas is sports events. The philanthropic activities carried out through sporting events enable people to come together to have fun, do sports and at the same time do something for the good of the society. Therefore, combining philanthropy events with sports events can have a positive impact on society. **Purpose:** This study, which focuses on sports-based philanthropy events abroad, aims to analyze these events by the target audience, purpose, content, type of activity, etc., and examine them in terms of variables. **Method:** The document analysis method was used in research, one of the qualitative research methods. The data were obtained from the websites of the sports events examined by the researchers. **Results:** In this context, a total of 9 philanthropic activities were examined, namely Race for The Cure, Bike MS, Pedaling for Parkinson's, Sports Relief, Terry Fox Run, Ride to Conquer Cancer, Light the Night Walk, and Soccer Aid for UNICEF. In the analyses, the purpose of the sports events, the participants, the events' organizers, the events' type, and the results of the events were determined separately. In the nine projects examined, it is seen that the sports events are aimed at disadvantaged groups such as cancer patients, MS patients, Alzheimer's patients, Parkinson's patients, needy people, and children. It has been determined that these sports events for philanthropy focus on issues such as raising awareness about cancer diseases, providing funds, raising awareness against diseases, supporting the healing and treatment process, providing solidarity among families, donating to charities, donating to cancer research, improving children's education and well-being. **Conclusion:** When the research findings are examined, it has been revealed that sports events positively affect the above-mentioned issues in society. For example, raising awareness for early diagnosis of diseases, funding treatment processes and research, and improving educational opportunities. **Suggestions:** With the research results, it is suggested that philanthropic activities through sports will be more effective and sustainable, and it is recommended to support studies on such sports activities in Turkey.

Keywords: Philanthropy, Sports Events, Qualitative Research

SB160

Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Görünüş Kaygı Düzeyleri ve Beslenme Bilgi Düzeyleri

Hediye Şevval ARTAN¹, Okan Burçak ÇELİK¹

¹Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

Bu araştırmanın amacı beslenme ile ilgili ders alan ve almayan üniversite öğrencilerinin sosyal görünüş kaygı düzeyleri ve beslenme bilgi düzeylerini incelemektir. Araştırmanın katılımcıları 61'i erkek 147'si kadın olmak üzere toplam 208 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Katılımcıların 112'si daha önce beslenme ile ilgili ders alırken, 96'sı ise beslenme ile ilgili bir ders almamıştır. Veri toplama aracı olarak sosyal görünüş kaygı ölçeği ile beslenme bilgi ölçeği uygulanmıştır. Basıklık ve çarpıklık değerlerine bakılarak verilerin normal dağıldığı belirlenmiş ve ikili karşılaştırmalarda t-testi, üçlü karşılaştırmada tek yönlü varyans analizi ve ilişki analizlerinde ise Pearson korelasyon testi kullanılmıştır. Araştırma sonucunda kadın katılımcıların erkek katılımcılara göre beslenme bilgi düzeylerinin daha yüksek olsa da sosyal görünüş kaygı düzeylerinin de daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Daha önce beslenme ile ilgili ders almış öğrencilerle almamış öğrenciler arasında ise beslenme bilgi düzeyi açısından anlamlı bir fark bulunamazken, ders almamış öğrencilerin sosyal görünüş kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların ilkokul eğitimlerini aldıkları yerleşim yerine göre ise anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Son olarak katılımcıların yaşları ile beden kitle indeksleri arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Sosyal görünüş kaygısı, beslenme, üniversite öğrencileri

Social Appearance Anxiety and Nutritional Knowledge Levels of University Students

The aim of this study is to examine the social appearance anxiety levels and nutritional knowledge levels of university students who take and do not take nutrition courses. The participants of the study consisted of 208 university students, 61 of whom were men and 147 were women. While 112 of the participants had taken a course on nutrition before, 96 of them had not taken a course on nutrition. Social appearance anxiety scale and nutrition knowledge scale were used as data collection tools. By looking at the kurtosis and skewness values, it was determined that the data were normally distributed, and t-test in pairwise comparisons, one-way ANOVA in triple comparison, and Pearson correlation test was used in relational analysis. As a result of the research, it was determined that although the nutritional knowledge levels of the female participants were higher than the male participants, their social appearance anxiety levels were also higher. While there was no significant difference between the students who had taken a course on nutrition before and those who did not, in terms of the level of nutrition knowledge, it was determined that the social appearance anxiety levels of the students who did not take the course were higher. No significant difference was found according to the place of residence where the participants received their primary education. Finally, it was determined that there was a low-level positive and significant relationship between the age of the participants and their body mass index.

Keywords: Social appearance anxiety, nutrition, university students

SB161

Masa Başı İşlerde Çalışan Kadın Bireylerde Düzenli Yapılan Egzersizin Eklem Hareketliliği Üzerine Etkisi

Alevna ÇAKMAK¹, Ceren SUVEREN ERDOĞAN¹

¹Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Gelişen teknoloji ile insanlar daha hareketsiz bir yaşama sahip olmaktadır. Ofis işlerde çalışan bireyler gün içerisinde saatlerce oturmaktan ve uzun bir süreci kapsayan hareketsizlikten dolayı bazı rahatsızlıklar yaşamaktadırlar. Hareketsizliğe bağlı olarak vücudun doğal postürü bozulmakta ve eklem hareketliğinde kısıtlılıklar oluşmaktadır. Bu çalışma ile düzenli egzersiz yapan ofis çalışanlarının yapmayanlara kıyasla eklem hareketlilik düzeylerinin gelişimleri incelenmektedir. Araştırmaya 20 kadın (35-40 yaş), gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcıların Fonksiyonel Hareket Taraması (FMS) skorlarını belirleyebilmek için FMS kiti kullanılmıştır. Çalışma ve kontrol grubuna, FMS testini oluşturan; derin çömelme, yüksek adımlama, doğrusal öne hamle adımı, omuz hareketliliği, aktif düz bacak kaldırma, gövde stabilite şınavı, rotasyon stabilitesi hareketleri uygulanmıştır. Çalışma grubu üye oldukları spor merkezinde fitness egzersizlerini 8 hafta boyunca uygulamıştır. Kontrol grubu ise mesai saatleri dışında herhangi bir fiziksel aktivitede bulunmamıştır. Verilerin analizi Sigmaplot 11.0 programı ile yapılmış; tanımlayıcı istatistikleri, normallik testleri ve karşılaştırmalı istatistikleri bu programla yürütülmüştür. Elde edilen bulgulara göre çalışma grubu verilerinde hareketler tek başlarına incelendiğinde istatistiksel açıdan anlamlı bir fark görülüyor gibi olsa da elde edilen puan farkları toplam test puanında anlamlı bir farka sebep olmuş ve son test toplam puanında ön teste göre anlamlı bir artış ($p<0,003$) görülmüştür. Kontrol grubunun bazı parametrelerinde puan açısından artış görülse de toplam puana etki edecek kadar anlamlı bir farka rastlanmamıştır. ($p <0,005$). Çalışma ve kontrol grubu son test FMS toplam puanları karşılaştırıldığında aralarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmüştür ($p<0,002$). Sonuç olarak, 8 haftalık fitness egzersizi yapan çalışma grubunun toplam FMS puanlarının kontrol grubuna göre anlamlı düzeyde yüksek çıkması, ofis işlerinde çalışan 35-40 yaş arası kadınların düzenli egzersiz yapmalarının eklem hareketlilik düzeyleri üzerinde olumlu etki yarattığını göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Ofis, Çalışan, Egzersiz, Eklem, Hareketlilik

The Effect of Regular Exercise on Joint Mobility in Women Working in Desk Jobs

With the developing technology, people have a more sedentary life. Individuals working in office jobs experience some discomfort due to sitting for hours during the day and inactivity that covers a long period of time. Due to inactivity, the natural posture of the body deteriorates and restrictions occur in joint mobility. This study examines the development of joint mobility levels of office workers who exercise regularly compared to those who do not. 20 women (35-40 years old) participated in the study voluntarily. The FMS kit was used to determine the Functional Movement Screening (FMS) scores of the participants. In the study and control group, the FMS test; deep squatting, high stepping, linear forward step, shoulder mobility, active straight leg raise, trunk stability push-ups, rotation stability movements were applied. The study group applied fitness exercises for 8 weeks in the sports center they were a member of. The control group, on the other hand, did not engage in any physical activity outside of working hours. Data analysis was done with Sigmaplot 11.0 program; descriptive statistics, normality tests and comparative statistics were carried out with this program. According to the findings, although there does not seem to be a significant difference in the study group data on the basis of movements, minimal score differences caused a significant difference in the total score, and a significant increase in the posttest total score compared to the pretest ($p<0.003$). Although there was an increase in scores in some parameters of the control group, it was observed that there was no significant difference to affect the total score ($p<0.005$). When the posttest FMS total scores of the study and control groups were compared, a statistically significant difference was observed between them ($p<0.002$). The fact that there was a significant difference between the post-test FMS total scores between the groups after 8 weeks of exercise was reflected in the FMS scores of the exercise, and the positive change in joint mobility was interpreted, is considered.

Keywords: Office, Employee, Exercise, Joint, Mobility

SB162

Otizm Spektrum Bozukluğu ve Hipoterapi

Rabia Bahar SAĞBAZAR¹, Mehmet Koray ÇATAL¹, Zeynep YILDIRIM

¹Bartın Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Giriş: Otizm yaygın gelişimsel bozukluklarından birisidir. Geçmişten günümüze kadar sebebi ve tedavisi tüm yapılmış araştırmalara rağmen tamamen bulunamamıştır. Çeşitli tedavi ve terapi yöntemleri otizm spektrum bozukluğu olan bireylerin ve ailelerinin hayatlarını daha da kolaylaştırmak için uygulanmaktadır. Terapi yöntemlerinden biri olan at ile yapılan terapi çalışmalarının otizm spektrum bozukluğuna sahip çocukların gelişimsel dönemlerinde olumlu etkileri vardır. Öyle ki atın arka ayaklarının hareketi ile çocukta kalça ve omurilik hareketini sağlar, at terapisi çocuğun iyileşme sürecinde denge ve kas kontrolünü geliştirir.

Amaç: Bu araştırmanın amacı, otizm ve hipoterapinin içerik analizinin yapılması üzerinedir. **Yöntem:** Bu amaçla yola çıkarak 9 makale analizi yapılmıştır. Bu makalelerde 1999 yılında Varni ve arkadaşları tarafından geliştirilen, Çakın Memik ve diğerleri ölçeği 2007'de Türkçeye uyarladıkları Çocuklar İçin Yaşam Kalitesi Ölçeği, (Franjoine MR ve diğerleri, 2010) tarafından geliştirilen Pediatrik Denge Ölçeği, (Genç NL ve Wright JG, 1995) tarafından geliştirilen Çocuklar İçin Performans Ölçeği (ASKp), at destekli aktiviteler ve terapiler (EAAT), 1980 yılında Krug DA ve arkadaşları tarafından geliştirilen, Yılmaz Irmak ve diğerleri ölçeği 2007'de Türkçeye uyarladıkları Otizm Davranış Kontrol Listesi (ODKL) kullanılmıştır. Genel olarak bu 9 çalışma incelendiğinde hipoterapinin çocukların boynunu ve merkezini güçlendirmede ilerleme kaydetmesini, günlük yaşam becerilerindeki (daha iyi el yazısı, top tutma ve oynama, kendi başına ayakta durma ve dengeleme, kendi için yemek hazırlama, kendi dişlerini fırçalama, kendi başına giyinme gibi) görevleri yerine getirmelerini sağlamıştır. **Sonuç:** Böylelikle otizm spektrum bozukluğuna sahip bireylerin hem ince hem de kaba motor becerilerinde gelişimsel kazanımlar görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Otizm, hipoterapi, at destekli aktiviteler

Autism Spectrum Disorder and Hippotherapy

Introduction: Autism is one of the common developmental disorders. Various treatment and therapy methods are applied to make the lives of individuals with autism spectrum disorder and their families easier. One of the therapy methods, horse therapy, has positive effects on the developmental periods of children with autism spectrum disorder. So much so that the movement of the horse's hind legs provides hip and spinalcord movement in the child, horse therapy improves balance and muscle control in the healing process of the child. **Aim:** The aim of this research is to analyze the content of autism and hippotherapy. **Method:** Based on this aim, 9 articles were analyzed. In these articles, the Quality of Life Scale for Children developed by Varni et al. in 1999, Çakın Memik et al. adapted the scale to Turkish in 2007, the Pediatric Balance Scale developed by (Franjoine MR et al., 2010), (Genç NL and Wright JG, 1995), equine assisted activities and therapies (EAAT), Autism Behavior Checklist (ABCL) developed by Krug DA et al. in 1980 and adapted into Turkish by Yılmaz Irmak et al. in 2007. In general, when these 9 studies are examined, it is seen that hippotherapy enables children to make progress in strengthening the neck and center, to perform tasks in daily living skills (better hand writing, holding and playing a ball, standing and balancing on their own, preparing food for themselves, brushing their own teeth, dressing on their own) provided. **Conclusion:** Thus, developmental gains were observed in both fine and gross motor skills of individuals with autism spectrum disorders.

Keywords: Autism, hippotherapy, equine assisted activities

SB163

İlköğretim Öğrencilerinin Fiziksel Aktivite Düzeyine Göre Bilişsel Esneklik ve Uyku Kalitelerinin İncelenmesi

Musab ÇAĞIN¹, Kaan ERİŞ¹, Kezban GÜLŞEN EŞKİL¹, Remzi EŞKİL¹, Halil İbrahim CİCİOĞLU¹

¹Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara/Türkiye

Giriş ve Amaç: Bireylerin günlük yaşamda yaptıkları her türlü hareket fiziksel aktivite olarak nitelendirilmektedir. Fiziksel aktivite bireyler üzerinde hem bilişsel hem de fizyolojik birtakım değişikliklere neden olabilmektedir. Bu değişiklikler gelişim evresinde olan adölesan bireylerde daha fazla görülmektedir. Fakat hangi düzeyde yapılan fiziksel aktivitenin gelişim sürecindeki bireylerde daha olumlu etki meydana getireceğini belirlemek önem arz etmektedir. Bu bağlamda çalışmanın amacı ilköğretim öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyine göre bilişsel esneklikleri ve uyku kaliteleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. **Yöntem:** Araştırmaya Ankara ilinde bulunan Şehit Yakup Çınar Ortaokulu'nda öğrenim gören 100 öğrenci katılım göstermiştir. Bireylerin yaş ortalamaları $13\pm 1,01$ olarak tespit edilmiştir. Araştırmaya katılanların fiziksel aktivite düzeyleri 7 sorudan oluşan "Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi" ile, bilişsel esneklikleri 12 sorudan oluşan "Bilişsel Esneklik Ölçeği" ile, uyku kaliteleri ise 19 sorudan oluşan "Pittsburgh Uyku Kalitesi İndeksi (PUKİ)" ile ölçülmüştür. Bireylerden elde edilen verilere SPSS 26.0 paket programında bulunan Tek Faktörlü ANOVA Testi, Pearson Korelasyon Testi ve tanımlayıcı istatistikler uygulanmıştır. **Bulgular:** Elde edilen bulgulara göre bireylerin uyku kalitesi toplam puanı ile fiziksel aktivite düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir ($p < 0,05$). Bireylerin fiziksel aktivite seviyelerine göre uyku toplam puan ve bilişsel esneklik toplam puanı en yüksek olan grup ise yüksek şiddetli fiziksel aktivite grubu olduğu tespit edilmiştir. Fakat fiziksel aktivite düzeyine göre düşük, orta ve yüksek şiddetli gruplar uyku toplam puan ve bilişsel esneklik toplam puan bakımından karşılaştırıldığında herhangi bir anlamlı farklılığa rastlanmamıştır ($p > 0,05$). **Sonuç:** Sonuç olarak yapılan araştırmada bireylerin fiziksel aktivite seviyesi arttıkça uyku kalitelerinde düşüş meydana geldiği gözlemlenmektedir. Uyku kalitesi en yüksek olan grup düşük fiziksel aktivite grubu, bilişsel esnekliği en yüksek grup yüksek şiddetli fiziksel aktivite grubu olsa da bu bakımdan gruplar arasında ciddi bir farklılığa rastlanmamıştır. Bu bağlamda beden eğitimi öğretmenlerinin öğrencilerin fiziksel aktivite programlarını düzenlerken gruba uygun düzey belirlemesi yapılan aktivitenin bilişsel faaliyetleri olumlu yönde etkilemesi bakımından önem arz ettiği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: fiziksel aktivite, uyku kalitesi, bilişsel esneklik, beden eğitimi, adölesan

Investigation of Cognitive Flexibility and Sleep Quality of Primary School Students According to Physical Activity Level

Introduction and Purpose: All kinds of movements that individuals do in daily life are considered as physical activity. Physical activity can cause both cognitive and physiological changes on individuals. These changes are more common in adolescent individuals who are in the developmental stage. However, it is important to determine at what level physical activity will have a more positive effect on individuals in the developmental process. In this context, the aim of the study is to investigation the relationship between the cognitive flexibility and sleep quality of primary school students according to their physical activity level. **Methods:** A total of 100 students studying at Şehit Yakup Çınar Secondary School in Ankara province participated in the research. The average age of the individuals was determined as 13 ± 1.01 . The data on the physical activity level of the participants in the study were measured by the "International Physical Activity Questionnaire" consisting of 7 questions, their cognitive flexibility was measured by the "Cognitive Flexibility Scale" consisting of 12 questions, and their sleep quality was measured by the "Pittsburgh Sleep Quality Index" consisting of 19 questions. One-Way ANOVA Test, Pearson Correlation Test and descriptive statistics included in the SPSS 26.0 package program were applied to the data obtained from individuals. **Findings:** According to the findings, a positive and significant relationship was found between

the total sleep quality score of individuals and their physical activity levels ($p < 0.05$). It was determined that the group with the highest total sleep score and cognitive flexibility total score according to the physical activity levels of the individuals was the high-intensity physical activity group. However, when the low, moderate and high intensity groups were compared in terms of sleep total score and cognitive flexibility total score according to physical activity level, no significant difference was found ($p > 0.05$) **Results:** As a result, it is observed that as the physical activity level of individuals increases, their sleep quality decreases. Although the group with the highest sleep quality was the low physical activity group and the group with the highest cognitive flexibility was the high-intensity physical activity group, there was no significant difference between the groups in this regard. In this context, it is thought that physical education teachers are important in arranging the physical activity programs of the students in terms of determining the appropriate level for the group, in terms of affecting the cognitive activities positively.

Keywords: physical activity, sleep quality, cognitive flexibility, physical education, adolescent

SB163

Çocukluk Çağında Obezite ve Sedanter Yaşamın Önlenmesinde Teknolojinin Yeri: Exergames

Mert GÜRER¹, Sabri ÖZÇAKIR²

¹Bolu, Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Lisansüstü Enstitüsü

²Bolu, Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Son yıllarda ülkemizde ve dünya genelinde gittikçe artmakta olan obezite oranlarının yanı sıra fiziksel inaktivite ve sedanter yaşam gibi sağlığı tehdit edici durumların da özellikle çocukluk çağındaki bireylerde artış gösterdiğini görmekteyiz. Bu durum karşısında literatürde birçok çalışma olmasına karşın çocukluk çağındaki bireyleri fiziksel aktiviteye ikna etmek, gelişen teknoloji bağımlılığı gibi faktörlerden kaynaklı olarak bir hayli imkansız hale gelmeye başlamıştır. Çocuklar için son derece interaktif ve keyifli olan video oyunların fiziksel aktivite ve egzersizlerle birleşimi olan “exergames” bu konuda teşvik ediciliği yönünden diğer geleneksel yöntemlerden çok daha avantajlı bir durumdur. Çocukların eğlenirken kilo kontrolü, günlük fiziksel aktivite süreleri ve sedanterlikten uzak ve sağlıklı yaşam ilk adımlarını atabilmeleri açısından exergames oyun türünü onların hayatlarına ve beden eğitimi dersleri müfredatları içerisine, eklemek çocukluk çağındaki bireyler için önleyici ve tedavi edici olabilecektir.

Anahtar Kelimeler: Obezite, Exergames, Fiziksel Aktivite

The Role of Technology in Preventing Childhood Obesity and Sedentary Lifestyle: Exergames

In recent years, we have seen an increasing trend in obesity rates and health-threatening conditions such as physical inactivity and sedentary lifestyle, particularly among children, both in our country and worldwide. Despite many studies in the literature, convincing children to engage in physical activity has become increasingly challenging due to factors such as growing technology addiction. "Exergames," which are interactive and enjoyable video games that combine physical activity and exercise, are much more advantageous than other traditional methods in terms of their encouraging nature. By adding exergames to children's lives and physical education curriculums, children can take their first steps towards weight control, daily physical activity, and a healthy, sedentary-free lifestyle while having fun. This can be both preventative and therapeutic for children in terms of obesity and sedentary lifestyle.

Keywords: Obesity, Exergames, Physical Activity

SB164

Fitness Salonuna Giden Üyelerin Sağlıklı Yaşam Farkındalığı Düzeylerinin İncelenmesi

Emre YAMAN¹, Mert KAYA¹, Öznur KARADAĞ¹, Selahattin AKPINAR¹

¹Düzce Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Düzce

Giriş ve Amaç: Bu araştırmada, fitness salonuna giden üyelerin sağlıklı yaşam farkındalığı düzeylerinin cinsiyet, öğrenim durumu, medeni durum, spor yaşı ve aylık gelir değişkenlerine göre incelenmesi amaçlanmıştır. **Yöntem:** Bu amaçla fitness salonuna üyeliği bulunan 192 katılımcı araştırmaya gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu ve Özer ve Yılmaz (2020) tarafından geliştirilen Sağlıklı Yaşam Farkındalığı Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 22 paket programından faydalanılmıştır. Verilerin analizinde frekans, yüzde, ortalama hesaplamaları yapılmış, verilerin normal dağılım göstermediği gerekçesi ile veri analizinde Mann-Whitney U testi ve Kruskal Wallis testinden faydalanılmıştır. **Bulgular:** Yapılan analizler sonucunda, katılımcıların sağlıklı yaşam farkındalıkları düzeyi ölçek alt boyutları ve toplam puan açısından cinsiyet ve medeni durum değişkenlerine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmıyorken ($p>0,05$), sosyalleşme alt boyutu öğrenim durumu, spor yaşı ve aylık gelir düzeyine göre, değişim alt boyutu spor yaşına göre, sorumluluk alt boyutu ise aylık gelir düzeyine göre anlamlı şekilde farklılaşmaktadır ($p<0,05$). **Sonuç ve Öneriler:** Sonuç olarak, öğrenim düzeyinin yüksek olmasının, daha uzun süre spor yapıyor olmanın ve aylık gelirin yüksek olmasının sağlıklı yaşam farkındalığı üzerinde olumlu etkileri olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: fitness, sağlıklı yaşam, farkındalık

Investigation of Healthy Life Awareness Levels of Members Going to the Fitness Center

Introduction and Purpose: In this study, it was aimed to examine the health awareness levels of the members who go to the fitness center according to the variables of gender, education level, marital status, sports age and monthly income. **Method:** For this purpose, 192 participants who were members of the fitness center participated in the research voluntarily. The Personal Information Form prepared by the researchers and the Healthy Life Awareness Scale developed by Özer and Yılmaz (2020) were used as data collection tools in the research. SPSS 22 package program was used in the analysis of the data. Frequency, percentage and mean calculations were made in the analysis of the data, and Mann-Whitney U test and Kruskal Wallis test were used because the data did not show normal distribution. **Results:** As a result of the analyzes, while the healthy life awareness level of the participants did not differ significantly in terms of scale sub-dimensions and total scores according to the variables of gender and marital status ($p>0.05$), while the socialization sub-dimension did not differ according to the educational status, sports age and monthly income level, the change sub-dimension According to sports age, responsibility sub-dimension differs significantly according to monthly income level ($p<0.05$). **Conclusion and Suggestions:** As a result, high education level, being engaged in sports for a longer period of time and having a high monthly income have positive effects on healthy living awareness.

Keywords: fitness, healthy life, awareness

SB165

Futbolda Polar Team Pro Kullanımı

Tarkan SÖĞÜT¹, Abdullah BAKUM¹, Okan ERTEK¹, Sefa GENÇELİ¹

¹*Siirt Üniversitesi, BESYO, Siirt*

Polar Team Pro, antrenörün oyuncuların antrenman yükü ve organizasyonunu ayarlama ile ilgili kararlar alabilmesi için hem maçlar sırasında sporcuların takibine hem de anında analize olanak tanır. Performans verilerini depolayarak, antrenörlerin oyuncuların antrenmanlara tepkilerini daha iyi bir şekilde anlamaları için uzun raporlar sağlar. Bu çalışmanın amacı Futbolda Polar Team Pro Küresel Konumlandırma Sistemi (GPS) kullanılarak yapılan bilimsel araştırmalarda futbolcu performans takibinde en çok kullanılan parametrelerin neler olduğunu belirlemektir. Bu araştırma geleneksel derleme yöntemi kullanılarak yazılmıştır. Farklı veri tabanlarında (Google Scholar, PubMed, Web of Science, ProQuest ve YÖK Tez) “Polar Team Pro”, “GPS”, “futbol ve Polar Team Pro”, “Futbolda Polar Team Pro kullanımı” anahtar kelimeleri kullanılarak arama yapılmış ve 2010-2023 yılları arasında futbolcularda Polar Team Pro kullanılarak elde edilen veriler derlenerek özetlenmiştir. Literatürde Polar Team Pro kullanan araştırmacılar tarafından futbolcuların performans seviyelerini değerlendirmede en çok kalp atım değerleri, kalp atım alanlarında geçirilen süreler, maksimum ve ortalama hız, toplam kat edilen mesafe ve farklı hız alanlarında kat edilen mesafelerin analiz edildiği görülmektedir. Bu sebeple futbolcuların performansını gözlemleme, takip etme ve çeşitli parametrelerde futbolcuların performans özelliklerini yükseltmek amacıyla Polar Team Pro GPS ünitelerinin kullanılmasının fayda sağlayacağı söylenebilir.

Anahtar kelimeler: Futbol, Polar Team Pro, Performans takibi

The Use of Polar Team Pro in Soccer

Polar Team Pro allows both tracking of athletes during matches and instant analysis so that the coach can make decisions about adjusting the training load and organization of players. By storing performance data, it provides long reports for coaches to better understand players' reactions to training. The aim of this study was to determine what are the most commonly used parameters in football performance tracking in scientific research conducted using the Polar Team Pro Global Positioning System (GPS) in football. This research was written using the traditional compilation method. Searches were made using the keywords “Polar Team Pro”, “GPS”, “football and Polar Team Pro”, “Polar Team Pro usage in football” in different databases (Google Scholar, PubMed, Web of Science, ProQuest and YÖK Thesis) and the data obtained by using Polar Team Pro in soccer players between the years 2010-2023 were compiled and summarized. As a result of literature research, it is observed that heart rate values, time spent in heart rate areas, maximum and average speed, total distance and distances traveled in different speed areas are analyzed the most by researchers using Polar Team Pro to evaluate the performance levels of football players. For this reason, it can be said that the use of Polar Team Pro GPS units will benefit from observing and tracking the performance of football players and improving the performance characteristics of football players in various parameters.

Keywords: Soccer, Polar Team Pro, Performance tracking

SB166

Preadölesan Sporcularda Gecikmiş Potansiyasyonun Nöromusküler Yansımalarının İncelenmesi

Berk KURTARIR¹, Erkan GÜNAY²

¹*Berk Kurtarır, Dokuz Eylül Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Bölümü, İzmir*

²*Erkan Günay, Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Bölümü, Manisa*

Giriş ve Amaç: Gecikmiş potansiyasyon etkisi veya zirveleme, bir sporcunun nöromusküler hazır olma durumunu ve performansını artırmak için müsabakadan 6 ila 48 saat önce (1) gerçekleştirilen güncel bir

antrenman stratejisidir (2). Zirveleme antrenman seansları kısadır (yaklaşık 30 dakika) ve çeşitli spor dallarında (3) hız, güç ve/veya motor becerileri geliştirme amaçlı uygulanmaktadır (4,5). Post aktivasyon performans artışına benzer şekilde (6), gecikmiş potansiyasyon etkisi, nöromusküler aktivasyonu ve kuvvet geliştirme hızını artırabilir, bu da kas kasılma aktivasyonunda bir artışa ve ardından maç performansında bir iyileşmeye neden olur (7). Literatüre bakıldığında, gecikmiş potansiyasyon etkisinin nöromusküler performansa olan etkisi, yetişkin ve iyi antrenmanlı / elit düzey sporcularda araştırılmış (1,8,9,10) ancak preadölesan sporcularda, kısıtlı sayıda çalışmaya rastlanmaktadır. Bu çalışmanın amacı, preadölesan atletlerde balistik temelli kuvvet antrenmanı ile oluşturulan gecikmiş potansiyasyon etkisinin nöromusküler çıktılar üzerine etkisini incelemektir. **Yöntem:** Çalışmaya 16 preadölesan futbolcu (yaşı: 10.3 ± 0.5 yıl, boyu: 142.8 ± 6.2 cm, kilo: 34.1 ± 3.9 kg) gönüllü olarak katıldı. Gecikmiş potansiyasyon etkisinin nöromusküler performansa olan etkisi durarak uzun atlama testi (SLJ) aracılığıyla ölçüldü. Yapılan ilk ölçümlerde kaydedilen başlangıç değerleri, kontrol koşulu olarak değerlendirildi. 24 saat sonra gerçekleşen bir sonraki antrenman seansında tüm katılımcılar paraşüt destekli tekrarlı sprint, balistik sıçrama, direnç bandı ile patlayıcı çekiş ve itiş egzersizlerinden oluşan kuvvet antrenman seansını uyguladı. Bir sonraki antrenman seansında ise, uygulanan kuvvet antrenmanının 24 saat sonraki gecikmiş potansiyasyon etkisini değerlendirmek için son test uygulandı. **Bulgular:** Balistik temelli kuvvet antrenmanı nöromusküler performans üzerindeki gecikmiş potansiyasyon etkisini değerlendirmek üzere, zirveleme uygulamasından 24 saat sonra gerçekleştirilen son test ile başlangıç değerleri (kontrol koşulu) karşılaştırıldığında değerler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlemlenmedi. **Sonuç ve Öneriler:** Bu sonuçlar preadölesan atletlerde balistik temelli kuvvet antrenman uyarımı ile oluşturulan gecikmiş potansiyasyon etkisinin 24 saat sonra nöromusküler çıktı üzerine bir etki oluşturmadığını göstermektedir. Farklı yük ve potansiyasyon aralığında oluşabilecek olası etkilere özgü dizayn edilecek yeni araştırmalara ihtiyaç vardır.

Anahtar Kelimeler: gecikmiş potansiyasyon etkisi, zirveleme, nöromusküler performans, preadölesan atlet

Delayed Potentiation Effect on Neuromuscular Performance Output in Preadolescent Athletes

Introduction and Aim: The delayed potentiation effect or priming is a training strategy performed 6 to 48 hours (1) before competition to enhance an athlete's neuromuscular readiness and performance (2). Priming training sessions are short (nearly 30 minutes) and focus on improving speed, strength, and/or motor skills (4,5) in various sports (3). Similar to post-activation performance enhancement (6), the delayed potentiation effect may enhance neuromuscular activation and the rate of force development, resulting in an increase in muscle contraction activation and a subsequent improvement in competition performance (7). In the literature, the effect of the delayed potentiation effect on neuromuscular performance has been investigated in adult and well-trained/elite level athletes (1,8,9,10), but this effect has not been fully understood in preadolescent athletes due to the limited number of studies. This study aims to investigate the delayed potentiation effects of ballistic based strength training on the neuromuscular performance of preadolescent athletes. **Materials and Methods:** 16 preadolescent soccer players (age: 10.3 ± 0.5 years, height: 142.8 ± 6.2 cm, weight: 34.1 ± 3.9 kg) participated voluntarily in the study. Using the standing long jump (SLJ) test, the delayed potentiation effect on neuromuscular performance was assessed. The values recorded in the baseline measurements were considered as the control condition. The next training session, that took place 24 hours later, consisted of parachute-assisted repeated sprint training, ballistic jump, and explosive pull and push with resistance band exercises for all participants. In the days following the training session, a post-test was performed after 24 hours to assess the delayed potentiation effect of the strength training. **Results:** Comparing the baseline values (control condition) to the post-test that performed 24 hours after the priming activity to assess the delayed potentiation effect of ballistic based strength training on neuromuscular performance shown no statistically significant differences. **Conclusion and Suggestions:** These findings show that ballistic – based strength training does not have a post 24 hour delayed potentiation effect on neuromuscular performance output in preadolescent athletes. There is a need for further studies on potential effects that may occur in various load and potentiation scenarios.

Keywords : delayed potentiation effect, priming, neuromuscular performance, preadolescent athlete

SB167

Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Sporda Yaralanma Kaygısının İncelenmesi

Ebubekir BARAN¹, Berkan BOZDAĞ¹

¹*Yozgat Bozok Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü*

Bu araştırmada spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin sporda yaralanma kaygı düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya 2022-2023 yılında Yozgat Bozok Üniversitesi spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören 102 kadın, 69 erkek olmak üzere toplam 171 öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından geliştirilmiş kişisel bilgi formu ve öğrencilerin sporda yaralanma kaygı düzeylerini belirlemek amacıyla Caz, Kayhan ve Bardakçı (2019) tarafından uyarlanan “Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği” kullanılmıştır. Verilerin dağılımı Kolmogorov-Smirnov testi ile incelenmiş olup basıklık ve çarpıklık değerleri dikkate alındığında verilerin normal dağılım gösterdiği belirlenmiştir. Verilerin analizinde Independent-Samples t testi, One-Way ANOVA ve Pearson korelasyon analizi kullanılmıştır. Bu doğrultuda yapılan analizler sonucunda cinsiyet değişkenine göre, zayıf algılanma kaygısı, sosyal desteği kaybetme kaygısı, yeniden yaralanma kaygısı ve spor yaralanması kaygısı alt boyutlarında erkek öğrencilerin puan ortalamalarının kadın öğrencilerin puan ortalamalarından anlamlı derecede yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yaş değişkenine göre acı çekme kaygısı alt boyutunda düşük düzeyde ve negatif yönlü bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yapılan spor branşı değişkenine göre zayıf algılanma kaygısı, acı çekme kaygısı, hayal kırıklığına uğrama kaygısı, yeniden yaralanma kaygısı ve spor yaralanması kaygısı alt boyutlarında takım sporu yapan öğrencilerin bireysel spor yapan öğrencilerden anlamlı derecede yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Spor yaralanması yaşama değişkenine göre zayıf algılanma kaygısı, acı çekme kaygısı, hayal kırıklığına uğrama kaygısı, sosyal desteği kaybetme kaygısı, yeniden yaralanma kaygısı ve spor yaralanması kaygısı alt boyutlarında spor yaralanması yaşayan öğrencilerin spor yaralanması yaşamayan öğrencilerden anlamlı derecede yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Sporculuk yapma durumu değişkenine göre zayıf algılanma kaygısı, acı çekme kaygısı, hayal kırıklığına uğratma kaygısı, sosyal desteği kaybetme kaygısı, yeniden yaralanma kaygısı ve spor yaralanması kaygısı alt boyutlarında spor yapan öğrencilerin spor yapmayan öğrencilerden anlamlı derecede yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Spor Bilimleri, Üniversite Öğrencileri, Sporda Yaralanma Kaygısı

Investigation of Injury Anxiety of Students of the Faculty of Sports Sciences in Sports

In this study, the level of injury anxiety of the students of the faculty of sports sciences in sports it is intended to be examined. To research, studied at Yozgat Bozok University in 2022-2023 a total of 171 students, included 102 women and 69 men, participated voluntarily. The personal information form developed by the researchers as a data collection tool in the research and in order to determine the students' injury anxiety levels in sports, Caz, Kayhan and The “Sports Injury Anxiety Scale” adapted by Bardakçı (2019) was used. The distribution of the data was examined by Kolmogorov-Smirnov test and kurtosis and skewness values were when taken into consideration, it was determined that the data showed a normal distribution. In the analysis of data Independent-Samples t-test, One-Way ANOVA and Pearson correlation analysis were used. As a result of the analyses conducted in this direction, according to the gender variable, the anxiety of poor perception, anxiety about losing social support, anxiety about re-injury, and anxiety about sports injury are lower in the dimensions of the average scores of male students from the average scores of female students it has been concluded that it is significantly higher. Anxiety of suffering according to age variable it was concluded that there is a low-level and negative directional relationship in the lower dimension. Which had been done according to the sports branch variable, anxiety about being perceived poorly, anxiety about suffering, frustration the team in the sub-dimensions of stopover anxiety, re-injury anxiety and sports injury anxiety that the students who do sports are significantly higher than the students who do individual sports the conclusion has been reached. Anxiety of being perceived poorly according to the variable of experiencing a sports injury, pain withdrawal anxiety, frustration anxiety, anxiety about losing social support, re in the sub-dimensions of injury anxiety and sports injury anxiety, those who experience sports injury that the students were significantly higher than the students who did not experience sports injuries the conclusion has been reached. According to the variable of sportmanship, it was concluded that the sub-dimensions of perceived weak anxiety, anxiety of suffering, anxiety of disappointment, anxiety of losing social support, anxiety of re-use, and anxiety of sports injury were significantly higher for students who do sports than students who do not do sports.

Keywords: Sports Sciences, University Students, Injury Anxiety in Sports

SB168

Üniversite Öğrencilerinin Sporda Yaralanma Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi

Simge KUMBURLU¹, Fatma ÜNSAL¹, Ebubekir BARAN¹, Berkan BOZDAĞ¹

¹*Yozgat Bozok Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü*

Bu araştırmada Yozgat Bozok Üniversitesi öğrencilerinin sporda yaralanma kaygı düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya 2022-2023 yılında Yozgat Bozok Üniversitesinde öğrenim gören 83 kadın, 52 erkek olmak üzere toplam 135 öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından geliştirilmiş kişisel bilgi formu ve öğrencilerin sporda yaralanma kaygı düzeylerini belirlemek amacıyla Caz, Kayhan ve Bardakçı (2019) tarafından uyarlanan "Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin dağılımı Kolmogorov-Smirnov testi ile incelenmiş olup basıklık ve çarpıklık değerleri dikkate alındığında verilerin normal dağılım gösterdiği belirlenmiştir. Verilerin analizinde Independent-Samples t testi ve One-Way ANOVA analizi kullanılmıştır. Sonuç olarak; cinsiyet değişkenine göre acı çekme kaygısı alt boyutunda kadın öğrencilerin puan ortalamalarının erkek öğrencilerden anlamlı derecede yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Öğrenim görülen bölüm değişkenine göre zayıf algılanma kaygısı, sosyal desteği kaybetme kaygısı ve sporda yaralanma kaygısı alt boyutlarında spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin puan ortalamalarının diğer fakültedeki öğrencilerin puan ortalamalarından anlamlı derecede yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Aktif spor yapma değişkenine göre aktif olarak spor yapmayan öğrencilerin puan ortalamalarının aktif olarak spor yapan öğrencilerin puan ortalamalarından anlamlı derecede yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Üniversite Öğrencileri, Sporda Yaralanma, Kaygı

Investigation of Injury Anxiety Levels of University Students in Sports

In this study, it was aimed to examine the injury anxiety levels of Yozgat Bozok University students in sports. A total of 135 students, 83 female and 52 male, studying at Yozgat Bozok University in 2022-2023 participated in the research voluntarily. In the study, a personal information form developed by the researchers was used as a data collection tool, and the "Sports Injury Anxiety Scale" adapted by Caz, Kayhan, and Bardakçı (2019) to determine the injury anxiety levels of students in sports. The distribution of the data was examined with the Kolmogorov-Smirnov test, and when the kurtosis and skewness values were taken into account, it was determined that the data showed a normal distribution. Independent-Samples t-test and One-Way ANOVA analysis were used in the analysis of the data. In conclusion; According to the gender variable, it was concluded that the mean score of female students in the sub-dimension of suffering anxiety was significantly higher than that of male students. According to the variable of the department of education, it was concluded that the average score of the students of the faculty of sports sciences in the sub-dimensions of anxiety of being perceived weak, anxiety of losing social support and injury anxiety in sports was significantly higher than the average of the students in other faculties. According to the active sports variable, it was concluded that the mean score of the students who do not actively do sports is significantly higher than the mean scores of the students who do sports actively.

Keywords: University Students, Sports Injury, Anxiety

SB169

Sporada Fırsat Eşitliği İlkesinin Bir İhlali Olarak Doping

Mustafa Kaan YILDIRAN

Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara

Spor müsabakalarından asıl beklenti, sporcuların sahip oldukları becerilerin ve donanımların eşit bir ortamda sergilenerek kıyaslanmasıdır. Buna karşın, spor endüstrisindeki giderek artan ticarileşme, siyasallaşma ve başarının toplumda abartılı kıymetlendirilmesi; başarıya giden yolda her türlü kural ihlalinin göze alınmasına ve fırsat eşitliğinin bozulmasına yol açmıştır. Günümüz sporunun olmazsa olmazlarından olan fırsat eşitliğini ve yarışma şartlarının eşitliğini ihlal eden en büyük sorunlardan biri halen dopingdir. Dolayısıyla bu çalışmanın amacı, doping uygulamalarını sporda fırsat eşitliği ilkesinin ihlali bakımından değerlendirmektir. Çalışma, geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan bir araştırma yaklaşımı olan betimsel tarama modeli olarak desenlenmiştir. Bu kapsamda ulusal ve uluslararası literatür taranarak konuya ilişkin veriler toplanmış, özgün örnekler üzerinden değerlendirilmiştir. Fair play ilkelerine uygun bir yarışma ortamı için zorunlu şartlar; kurallara uyma, hakem kararlarını kabullenme, rakibe saygı, fırsat eşitliği ve yarışma şartlarının eşitliğidir. Sporcu veya oyuncuların yarışma sırasında veya yarışmaya hazırlanırken, spor ahlakına yakışmayacak şekilde performanslarını yapay olarak arttıracak ve sporcunun fiziksel ve psikolojik sağlığına zarar verecek madde veya diğer olası yöntemleri kullanması olarak tanımlanan dopingin sporda fair playin en önemli ilkelerinden olan fırsat eşitliğinin korunması önündeki en büyük engellerden biri olduğu anlaşılmaktadır. Antrenman bilimi sürekli gelişiyor olmasına rağmen bazı rekorların çok uzun yıllar boyu kırılmaması veya çok az miktarlarda geliştirilebilmesi, 1988 Seul Olimpiyat Oyunlarının 100 metre koşu finalinde doping yapmamış sporcunun neredeyse bulunmaması gibi örnekler göz önüne alındığında, doping konusunda büyük şüpheler uyandırmaktadır. Sonuç olarak, dopingi yapan her ne kadar sporcu olsa da uygulatanlar ve örtbas eden kurum ve kuruluşlar da fırsat eşitliği ihlalinin suç ortakları olarak görülmelidir. Adil olmayan bir yarışmada, etiğe aykırı olarak kazanılacak maddi ve manevi başarı arzusuyla fırsat eşitliği ihlallerinin yapılması, gelişmeye devam eden spor sektörünün en büyük problemlerinden biri olarak hala ön planda durmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Doping, Fair Play, Fırsat Eşitliği

Doping as a Violation of the Principle of Equal Opportunity in Sport

The main expectation from sports competitions is the comparison of the skills and achievement of the athletes by exhibiting them in an equal environment. On the other hand, the increasing commercialization and politicization in the sports industry, and the exaggerated appreciation of success in the society has led to the risk of all kinds of rule violations on the way to success and to the deterioration of equal opportunity. Doping is still one of the biggest problems that violate the equal opportunity and the equality of competition conditions which are indispensable in today's sports. Therefore, the aim of this study is to evaluate doping practices in terms of violation of the principle of equal opportunity in sports. The study was designed as a descriptive survey model which is a research approach aiming to describe a past or present situation. In this scope, data were collected by searching national and international literature and evaluated based on original examples. Obligatory conditions for a competition environment in accordance with the principles of fair play are obeying the rules, accepting the referee's decisions, respecting the opponent, equal opportunity and equality of competition conditions. It is understood that doping, which is defined as the use of substances or other possible methods that will artificially increase the performance of the athletes or players during the competition or while preparing for the competition, in a way that does not comply with the sports ethics and harm the physical and psychological health of the athletes, is the one of biggest obstacles to the protection of equal opportunity, one of the most important principles of fair play in sports. Despite the continuous development of training science, the fact that some records could not be broken for many years or developed in very small amounts raises great doubts about doping while considering the examples such as almost absence of non-doping athletes in the 100-meter running final of the 1988 Seoul Olympic Games. As a result, though one who uses dope is the athlete, those enforcing it and the institutions and organizations covering it up should be seen as accomplices of the violation of equal opportunity. In an unfair competition, violations of equal opportunity with the desire for material and moral success to be won against ethics still stand in the forefront as one of the biggest problems of the sports sector continuing to develop.

Keywords: Doping, Fair Play, Equal Opportunity

SB170

Farklı Yaş Grubundaki Yetişkin Bireylerin Egzersiz Bağımlılığı Düzeylerinin İncelenmesi

Muhammet SERTÇELİK¹, Öznur KARADAĞ¹, Selahattin AKPINAR¹, Elif Seyda GÜLAY¹

¹Düzce Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Düzce

Giriş ve Amaç: Bu araştırmada, farklı yaş grubundaki yetişkin bireylerin egzersiz bağımlılığı düzeylerinin cinsiyet, medeni durum, eğitim durumu ve yaş değişkenleri açısından incelenmesi amaçlanmıştır. **Yöntem:** Bu amaçla Düzce ilinde ikamet eden yaşları 20 ile 60 arasında değişen 77 kişi araştırmaya gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından hazırlanan 'Kişisel Bilgi Formu' ve Demir, Hazar ve Cicioğlu (2018) tarafından geliştirilen 'Egzersiz Bağımlılığı Ölçeği' kullanılmıştır. Veriler SPSS 22 paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Verilerin analizinde frekans, yüzde, ortalama hesaplamaları yapılmış, yapılan normallik testi sonucunda verilerin normal dağıldığı gerekçesi ile verilerin analizinde bağımsız gruplarda t testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi kullanılmıştır. **Bulgular:** Yapılan analizler sonucunda, katılımcıların medeni durum, eğitim durumu ve yaş değişkenlerine göre anlamlı bir fark yokken ($p>0,05$), cinsiyet değişkeninde tolerans gelişimi ve tutku alt boyutunda anlamlı bir farka rastlanmıştır ($p<0,05$). **Sonuç ve Öneriler:** Bu sonuca göre, erkek bireylerin tolerans gelişimi ve tutku boyutunda egzersiz bağımlılığı düzeyleri daha yüksek olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: egzersiz, bağımlılık, egzersiz bağımlılığı, yetişkin

Investigation of Exercise Addiction Levels of Adults in Different Age Groups

Introduction and Purpose: In this study, it was aimed to examine the exercise addiction levels of adults in different age groups in terms of gender, marital status, educational status and age variables. **Method:** For this purpose, 77 people aged between 20 and 60 residing in Düzce participated in the research voluntarily. The 'Personal Information Form' prepared by the researchers and the 'Exercise Addiction Scale' developed by Demir, Hazar and Cicioğlu (2018) were used as data collection tools in the research. Frequency, percentage and mean calculations were made in the analysis of the data, and as a result of the normality test, the t test and one-way analysis of variance (ANOVA) test were used in the analysis of the data, on the grounds that the data were normally distributed. **Results:** As a result of the analysis, while there was no significant difference according to the marital status, educational status and age variables of the participants ($p>0.05$), a significant difference was found in the development of tolerance and passion sub-dimension in the gender variable ($p<0.05$). **Conclusion and Suggestions:** According to this result, it can be said that male individuals have higher levels of tolerance development and exercise addiction in the dimension of passion.

Keywords: exercise, addiction, exercise addiction, adult

SB171

Spor Bilimleri Öğrencilerinin Sosyal Medyada Gösteriş Tüketimi Eğilimi ile Narsistik Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

İsa DOĞAN¹, Pınar KARACAN DOĞAN², Gamze DURMUŞ²

¹Karabük Üniversitesi Hasan Doğan Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Karabük

²Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Bu çalışmanın amacı spor bilimleri öğrencilerinin sosyal medyada gösteriş tüketimi eğilimi ile narsistik kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin bazı değişkenler açısından incelenmesidir. Araştırmada tarama modellerinden ilişkisel araştırma modeli kullanılmıştır. Araştırmanın evrenini Karabük Üniversitesi Hasan Doğan Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda okuyan tüm lisans öğrencileri oluşturmaktadır. Tüm evrene

ulaşmak zaman açısından mümkün olmadığı için araştırmanın örneklemini bu öğrenciler içerisinde seçkisiz örnekleme yöntemi ile seçilen 138 erkek 68 kadın olmak üzere 206 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından hazırlanmış “Kişisel Bilgi Formu”, Ames ve ark. (2006) tarafından geliştirilmiş Atay (2019) tarafından Türkçe’ye uyarlanmış “Narsistik Kişilik Envanteri (NKE)” ve İlhan ve Uğurhan (2019) tarafından geliştirilen “Sosyal Medyada Gösteriş Tüketimi Eğilimi Ölçeği (SMGTE)” kullanılmıştır. SPSS-24 paket programı kullanılarak yapılan analizlerde verilerin normal dağılım göstermesi sonucunda tanımlayıcı istatistik analizlerin yanında, bağımsız gruplarda t-testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve korelasyon analizi yapılmıştır. Öğrencilerin SMGTE Ölçeğine verdikleri cevaplar sonucunda; cinsiyet, bölüm, sınıf, yaşamının çoğunu geçirdikleri yer, aylık bireysel harcama arasında farklılık bulunmazken lisanslı sporcu olma durumu, gelir düzeyi, sosyal medya kullanma sıklığı, en sık kullanılan sosyal medya uygulaması, sosyal medyada en sık yapılan paylaşım türü, paylaşım sıklığı değişkenleri arasında ya toplamı ya da alt boyutları arasında anlamlı farklılıkların olduğu tespit edilmiştir. Öğrencilerin NKE’ne verdikleri cevaplar sonucunda; lisanslı sporcu olma durumu, sınıf, aylık bireysel harcama, sosyal medyada en sık yapılan paylaşım türüne göre farklılık bulunmazken cinsiyet, bölüm, yaşamının çoğunu geçirdikleri yer, gelir düzeyi, sosyal medya kullanma sıklığı, en sık kullanılan sosyal medya uygulaması, paylaşım sıklığı değişkenleri arasında ya toplamı ya da alt boyutları arasında anlamlı farklılıkların olduğu tespit edilmiştir. Sonuç olarak, öğrencilerin sosyal medya gösteriş tüketimi eğilimlerinin narsistik kişilik özellikleri arasında bir ilişkinin olduğu; sosyal medya uygulamalarını kullanımı, sıklığının narsistik kişilik özelliklerini ön plana çıkarmada önemli rol oynadığı, lisanslı spor yapan öğrencilerin sosyal medya gösteriş tüketimi eğiliminin daha yüksek olduğu görülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Sosyal medya tüketim eğilimi, narsistik kişilik

An Investigation of the Relationship between Sport Science Students' Social Media Consumption Tendency and Narcissistic Personality Traits

The aim of this study is to examine the relationship between the tendency of conspicuous consumption in social media and narcissistic personality traits of sports science students in terms of some variables. Relational research model, one of the survey models, was used in the research. The universe of the research consists of all undergraduate students studying at Karabük University Hasan Doğan School of Physical Education and Sports. Since it is not possible to reach the whole universe in terms of time, the sample of the research consists of 206 students, 138 males and 68 females, selected by random sampling method from among these students. "Personal Information Form" prepared by the researchers as a data collection tool in the study, Ames et al. (2006) and adapted to Turkish by Atay (2019) "NCI" and "Scale of Social media conspicuous consumption tendency (SMGTE)" developed by İlhan and Uğurhan (2019) were used. As a result of the normal distribution of the data in the analyzes made using the SPSS-24 package program, descriptive statistical analyzes were performed as well as t-test, one-way analysis of variance (ANOVA) and correlation analysis in independent groups. As a result of the answers given by the students to the SMGTE Scale; While there was no difference between gender, department, class, place where they spent most of their life, monthly individual expenditure, status of being a licensed athlete, income level, frequency of social media use, the most frequently used social media application, the most common type of sharing in social media, and frequency of sharing were among the variables. It has been determined that there are significant differences between the total or sub-dimensions. As a result of the students' answers to NKE; While there was no difference in terms of being a licensed athlete, class, monthly individual expenditure, and the most common type of sharing on social media, gender, department, place where they spent most of their life, income level, frequency of using social media, most frequently used social media application, frequency of sharing were among the variables. It has been determined that there are significant differences between the total or sub-dimensions. As a result, there is a relationship between narcissistic personality traits of students' social media conspicuous consumption tendencies; It is seen that the use and frequency of social media applications play an important role in bringing narcissistic personality traits to the fore, and students who do licensed sports have a higher tendency to consume social media.

Keywords: Social media conspicuous consumption tendency, narcissistic personality.

SB172

Güneydoğunun Hakimleri: Kadın Hakemler Üzerine Bir Araştırma

Alime TOSUN¹, Hamza Kaya BEŞLER¹, Rojda DEMİR¹

Pamukkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Spor Yöneticiliği Bölümü, Denizli

Giriş: Günümüzde futbol hakemliği fiziksel ve zihinsel olarak üst seviye beceriler gerektiren profesyonel bir meslek haline gelmiştir. Kadınlar sporun her aşamasında yer alabilmektedir. Futbol kültürünün bölgeden bölgeye değiştiği göz önünde bulundurulduğunda kadın hakemlerin bölgelere göre de farklı zorluklar yaşayabilmesi olasıdır. Bu zorluklardan yola çıkarak kadın hakemler bu araştırmanın konusu olmuştur. **Amaç:** Güney Doğu Anadolu Bölgesindeki kadın hakemlerin deneyimlerini incelemektir. **Yöntem:** Araştırmada nitel araştırma modeli tercih edilmiştir. Araştırma grubu Güneydoğu Anadolu Bölgesinden daha önce hakemlik yapmış 3 kadın hakemden gönüllük esasına dayalı olarak belirlenmiştir. Yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. **Bulgular:** Zorluklar ve Katkılar adı altında 2 tema zorluklar temasında da 2 alt tema elde edilmiştir. Fizyolojik olarak kadın hakemlerin şiddet, taciz, maç esnasında yorgunluk, ağır antrenman yaşadıkları psikolojik olarak hakaret, küçük düşürücü sözler, küfür, cinsiyetçi söylemler, maç sonrası sorumlu bırakılması gibi zorluklar yaşadıkları ortaya çıkmıştır. Kadınlara hakemlik dengeli beslenme, kontrollü kilo alımı/verimi, fit olma, özgüven, sabırlı olabilme yönetim becerileri sağlamıştır. **Sonuç:** Zor bir meslek olan futbol hakemliği kadınlar açısından farklı zorluklar doğurabilmektedir. Bu zorluklar onlara birtakım becerileri kazandırırken aynı zamana fizyolojik ve psikolojik bazı olumsuzlukları da beraberinde getirebilmektedir. **Öneriler:** Kadın hakemlerin sayısını arttırmaya yönelik çalışmalar yapılabilir. Bu araştırma farklı bölgelerdeki kadın hakemler ve farklı spor branşlarındaki hakemler üzerine yapılabilir.

Anahtar Kelimeler: Futbol, Kadın hakem

Judges of the Southeast: A Study on Female Referees

Introduction: Today, football refereeing has become a professional profession that requires high-level physical and mental skills. Women can take part in every stage of the sport. Considering that football culture varies from region to region, it is possible that female referees may experience different difficulties according to regions. Based on these difficulties, female referees have been the subject of this research. **Purpose:** To examine the experiences of female referees in the Southeastern Anatolia Region. **Method:** Qualitative research model was preferred in the study. The research group was determined on a voluntary basis from 3 female referees who had previously served as referees from the Southeastern Anatolia Region. A semi-structured interview form was used. **Results:** There were 2 themes under the name of Challenges and Contributions, and 2 sub-themes under the theme of difficulties. Physiologically, it has been revealed that female referees experience difficulties such as violence, harassment, fatigue during the match, heavy training, psychological insults, humiliating words, swearing, sexist discourses, and being left responsible after the match. Refereeing provided women with management skills such as balanced nutrition, controlled weight gain/yield, being fit, self-confident, and being patient. **Conclusion:** Football refereeing, which is a difficult profession, can cause different difficulties for women. While these difficulties provide them with some skills, they can also bring some physiological and psychological negativities. **Suggestions:** Efforts can be made to increase the number of female referees. This research can be done by female referees in different regions and referees of different sports branches.

Keywords: Football, Female referee

SB173

Spor Bilimleri Öğrencilerinin Akıllı Telefon Bağımlılığı ve Akademik Özyeterliklerinin Akademik Erteleme Davranışlarına Etkisi

Nadide YILDIZ¹, Oğuz Kaan ESENTÜRK², Emrah SEÇER², Ekrem Levent İLHAN³

¹Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Erzincan

²Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Erzincan

³Gazi Üniversitesi, Spor bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Bölümü, Ankara

Giriş ve Amaç: Bu çalışmada spor bilimleri öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığı ve akademik öz yeterliklerinin akademik erteleme davranışlarına etkisi incelenmiştir. **Yöntem:** Araştırmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Çalışma grubunu spor bilimleri alanında öğrenim gören 61 kadın 149 erkek toplam 210 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Öğrencilerin demografik bilgilerini belirlemek amacıyla, "Kişisel Bilgi Formu", akıllı telefon bağımlılıklarını belirlemek için "Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği" akademik öz yeterliklerini belirlemek için "Akademik Öz yeterlik Ölçeği" ve akademik erteleme davranışını belirlemek için ise "Akademik Erteleme Ölçeği" kullanılmıştır. Verilere öncelikle normallik analizleri uygulanmıştır. Daha sonra değişkenler arasındaki ilişkileri belirlemek amacıyla pearson korelasyon analizi ve çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. **Bulgular:** Araştırma da öğrencilerin akıllı telefon bağımlılıkları ile akademik ertelemeleri arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde pozitif yönlü bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Akıllı telefon bağımlılığı ile akademik öz yeterlik ve akademik erteleme ile akademik öz yeterlik arasında ise istatistiksel olarak anlamlı ilişki olmadığı tespit edilmiştir. Öğrencilerin akıllı telefon bağımlılıklarının akademik erteleme davranışların anlamlı düzeyde yordadığı tespit edilmiştir. **Sonuç:** Araştırma sonucunda öğrencilerin akıllı telefon bağımlılıklarının akademik erteleme davranışlarının %40.7 düzeyinde önemli bir yordayıcısı olduğu belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Spor Bilimleri, Akıllı Telefon Bağımlılık, Akademik Erteleme, Akademik Öz yeterlik

The Effect of Smartphone Addiction and Academic Self-Efficacy of Sport Sciences systems on Academic Procrastination Behaviors

Introduction and Aim: In this study, the effects of smartphone addiction and academic self-efficacy of sports science students on academic procrastination behaviors were investigated. **Method:** Relational screening model was used in the research. The study group consists of a total of 210 university students, 61 female and 149 male, studying in the field of sports sciences. "Personal Information Form" was used to determine students' demographic information, "Smartphone Addiction Scale" to determine smartphone addictions, "Academic Self-Efficacy Scale" to determine academic self-efficacy, and "Academic Procrastination Scale" to determine academic procrastination behavior. Normality analyzes were first applied to the data. Then, Pearson correlation analysis and multiple linear regression analysis were performed to determine the relationships between the variables. **Results:** In the study, it was determined that there was a statistically significant positive relationship between students' smartphone addiction and academic procrastination. It was determined that there was no statistically significant relationship between smartphone addiction and academic self-efficacy, and between academic procrastination and academic self-efficacy. It has been determined that students' smartphone addiction significantly predicts academic procrastination behaviors. **Conclusion:** As a result of the research, it was determined that students' smartphone addiction was an important predictor of academic procrastination behaviors at the level of 40.7%.

Keywords: Sports Sciences, Smartphone Addiction, Academic Procrastination, Academic Self-efficacy

SB174

Türkiye’de Spor Bilimi Temel Alanında 2001-2023 Yıllarında Oryantiring Konulu Yapılmış Lisansüstü Tezlerin İncelenmesi ve ÜAK Alt Alanlarına Göre Sınıflandırılması

Eda BAYTAŞ¹, Gamze ALPDOĞAN², Zekiye ÖZKAN³

¹ Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Hareket ve Antrenman Anabilim Dalı, İzmir.

² Jandarma ve Sahil Güvenlik Akademisi, Güvenlik Bilimleri Enstitüsü, Güvenlik Yönetimi Anabilim Dalı, Ankara.

³ Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Spor Yöneticiliği Bölümü, Van.

Dünya’daki tarihsel süreci ve gelişimi incelendiğinde hem uzun soluklu hem de bu alanda yapılan bilimsel araştırmaların eskiye dayandığı bir spor dalıdır. Oryantiring ile ilgili uluslararası literatür 1985 yılına kadar uzanmaktadır. 2001 yılı itibarıyla ulusal lisansüstü tez çalışmaları yapılmaya başlanmıştır. Bu araştırmada, ulusal tez veri tabanında bulunan oryantiring sporuyla ilgili yapılmış çalışmalar ve çalışmaların konu alanlarının incelenmesi amaçlanmıştır. Ulusal Tez Merkezi’nde “oryantiring”, “oryantring” ve “orienteering” anahtar kelimeleri kullanılarak 2001-2023 yılları arasındaki lisansüstü tezler taranmıştır. “Spor=sports” alanında yapılan çalışmalar seçilerek filtrelenerek lisansüstü çalışmalar (n=39) incelenmiştir. Üniversitelerarası Kurul (ÜAK) tarafından belirlenmiş olan spor bilimleri temel alanı anahtar kelimeleri kullanılarak 17 alan içerisinde uygun anahtar kelimeler belirlenerek sınıflandırmaları yapılmıştır. Bu araştırma sonucunda, oryantiring konulu lisansüstü tezlerin sayısının son yıllarda arttığı, tez çalışması yapılmayan konu alanlarının olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca, spor bilimleri temel alanında lisansüstü tezlerin sınıflandırılmaları yapılırken konu bölümünün genel yapıldığı tespit edilmiştir. ÜAK tarafından belirtilmiş olan anahtar kelimelerin gelecekte yapılacak olan lisansüstü tez çalışmalara ulaşılabilirliğin artırılması için kullanılması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Oryantiring, lisansüstü tezler

Investigation of Postgraduate Theses on Orienteering in the Basic Field of Sport Science in Turkey between 2001-2023 and Classification according to “ÜAK” Sub-Fields

When the historical process and development in the world are examined, it is a long-term sports branch that is both long-term and scientific researches in this field are based on ancient times. The international literature on orienteering dates back to 1985. As of 2001, national postgraduate thesis studies have been started. In this research, it is aimed to examine the studies related to orienteering sport in the national thesis database and the subject areas of these studies. Postgraduate theses between 2001 and 2023 were scanned using the keywords "orienteering", "orienteering" and "orienteering" in the National Thesis Center. Postgraduate studies (n=39) were examined by selecting and filtering the studies in the field of “sports = sports”. By using the sports science basic field keywords determined by the Interuniversity Board (ÜAK), appropriate keywords were determined from 17 fields and classified. As a result of this research, it has been determined that the number of postgraduate theses on orienteering has increased in recent years, and that there are subject areas where thesis studies are not conducted. In addition, it has been determined that the subject section is generalized while classifying the postgraduate theses in the basic field of sports sciences. It is recommended that the keywords specified by UAK be used to increase the accessibility of future graduate thesis studies.

Keywords: Orienteering, postgraduate thesis

SB175

Afet Sonrasında Yapılan Çalışmalarda Sporcuların Rolünün İncelenmesi

Alime TOSUN¹, Uğur SÖNMEZOĞLU¹

Pamukkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, Denizli

Giriş: Spor toplumdan bağımsız düşünülemez. Toplumda yaşanan tüm gelişmelerde olduğu gibi afetlerde sonrasında toplumsal dayanışmanın sağlanmasında, toplumun her kesimine ulaşılabilmesi, toplumsal iyileşmenin sağlanması gibi konularda spor önemli bir rol oynamaktadır. Dolayısıyla toplumları derinden etkileyen deprem, sel, kuraklık, fırtına, hortum, çığ, maden kazası, patlamalar gibi afetler sonrasında yapılan çalışmalarda sporun olü ve etkisi araştırmaya konu olmuştur. **Amaç:** Sporcuların afet sonrasında yapılan çalışmalardaki rolünü ve önemini incelemektir. **Yöntem:** Araştırmada doküman analizi yöntemi kullanılmıştır. Sporcuların afet sonrasında gerçekleştirdiği faaliyetlere ilişkin haber ve basın bültenleri değerlendirilmiştir. **Bulgular:** Araştırmada 16 sporcunun deprem, maden ve yangın gibi afet sonrası çalışmaları incelenmiştir. Bu çalışmaların afetlere ilişkin farkındalığı arttırmak, bağış toplamak, diğer bireyleri yardıma teşvik, dayanışma, afet bölgesindeki çalışmalara yerinde destek sağlama, bilinçlendirme, ürün ve malzeme desteği sağlama gibi konulara odaklandığı belirlenmiştir. **Sonuç:** Araştırma bulguları incelendiğinde sporcuların afet sonrası çalışmalara destek olarak yönlendirici, motive edici rol oynadıkları görülmektedir. Aynı zamanda sporcuların afet bölgesine yapılan yardımların boyutunu ve ulaşılabilirliğini sosyal medya aracılığıyla arttırdığı ifade edilebilir. **Öneriler:** Sporcuların afet sonrası çalışmalara katılımının teşviki ve organizasyonu için bir örgütsel yapılanmanın oluşturulması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Afet, Sporcu, Toplum

Examining the Role of Athletes in Post-Disaster Studies

Introduction: Sports cannot be thought of independently of society. As in all developments in society, sports play an important role in ensuring social solidarity after disasters, reaching all segments of society, and ensuring social improvement. Therefore, in the studies carried out after disasters such as earthquakes, floods, droughts, storms, tornadoes, avalanches, mining accidents and explosions that deeply affect societies, the death and effect of sports have been the subject of research. **Purpose:** To examine the role and importance of athletes in post-disaster studies. **Method:** Document analysis method was used in the research. News and press releases regarding the activities of the athletes after the disaster were evaluated. **Results:** In the research, post-disaster studies of 16 athletes such as earthquake, mine and fire were examined. It has been determined that these studies focus on issues such as raising awareness about disasters, collecting donations, encouraging other individuals to help, solidarity, providing on-site support to the works in the disaster area, raising awareness, providing product and material support. **Conclusion:** When the research findings are examined, it is seen that the athletes play a guiding and motivating role by supporting post-disaster studies. **Suggestions:** It is recommended to establish an organizational structure for the promotion and organization of the participation of athletes in post-disaster studies.

Keywords: Disaster, Athlete, Society

SB176

Yaş Grubu Yüzücülerinde Uzun İnterval Antrenman Yönteminin Kinematik, Metabolik Yansımalarının İncelenmesi

Esila DURGUT¹, Erkan GÜNAY¹

Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü

Amaç: Yüzme sporunda; farklı yaş gruplarının, performansa yönelik fizyolojik ve fiziksel ihtiyaçları farklılıklar göstermektedir. Yüksek performans elde edebilmek için, özellikle antrenman aracılığıyla oluşturulan fizyolojik adaptasyon uyarımlarının, yaşa özgü değişiklikleri göz önünde bulundurarak planlanması gerekmektedir. Yüzme antrenman sistemlerinde uygulanan setler, büyük bir oranda ‘interval’ yöntemi ile dizayn edilir. Özellikle maksimum

aerobik hızın %85-95'ine eş gelen hızlarda uygulanan antrenmanların, yüzmeye özgü dayanıklılığın geliştirilmesinde kritik eşikler olduğu bilinmektedir. Ancak bu eşiklerde; gelişim çağı yüzücülerin verdiği yüzme kinematiği, metabolizması ve kardiyovasküler yanıtları hakkında yeterli bilgi bulunmamaktadır. Bu çalışmanın amacı 6 haftalık uzun interval yöntemi uygulamalarının, yaş grubu yüzücülerinde kinematik ve metabolik yansımalarının incelenmesidir. **Yöntem:** Çalışmaya en az 3 yıllık antrenman deneyimine sahip, müsabık 9 sağlıklı katılımcı dahil edilmiştir. Çalışma, sporcuların genel hazırlık evresinde gerçekleştirilmiş olup; 8 haftada tamamlanmıştır (1 hafta ön test- 6 hafta interval antrenman-1 hafta son test). Ön test ve son test oturumlarında, 8x50 metre kademeli yüzme testi uygulanmıştır. Test esnasında katılımcıların her tekrar aralığında kalp atım hızı ve algılanan zorluk düzeyi değerleri kayıt altına alınmış olup; tekrarlar esnası kulaç uzunluğu, kulaç hızı, kulaç indeksi değerleri ve yüzme hızı kaydedilmiştir. Katılımcılar 10 dakikalık bir toparlanma seansı sonrası, 100 metre maksimum yüzme testine tabi tutulmuş olup, yukarıda belirtilen parametreler ölçülmüştür. Antrenman periyodunda katılımcılar, maksimum aerobik hızlarının ~%85 hızlarına eş gelen bir iş yükünde 4x300 metre iş yüküne tabi tutulmuş olup, 1/ ½ yüklenme dinlenme oranında, ~24dk içerisinde seti tamamlamışlardır. Progressive overload ilkesine bağlı kalınarak, haftalar arası yüzme hızı artırılmıştır. Elde edilen bulgular, SPSS adlı istatistik programında analiz edilmiştir. Verilerin normal dağılıp dağılmadığını ölçtüktan sonra iki oturum arasındaki farkların belirlenmesi için T Testi; 8x50 metre kademeli yüzme testindeki ölçümler için Anova Testi uygulanmıştır. Anlamlılık düzeyi $p=.05$ olarak kabul edilmiştir. Bulgular: Katılımcıların, 100 metre maksimum yüzme testi ve 8x50 metre kademeli yüzme testi, ön test ve son test değerlerinden; kinematik parametreler, yüzme hızı, kalp hızı yanıtları olumlu yönde değişimler gösterdi. **Sonuç ve Öneriler:** Uzun interval antrenman uygulamalarının; yaş grubu yüzücülerde maksimum aerobik hızın, yüzmeye özgü kinematik parametrelerin ve yüzme ekonomisinin iyileştirilmesinde etkin bir yöntem olduğu düşünülmektedir. Ayrıca antrenörlerin yaş grubu yüzücülerdeki mekanik ve metabolik gelişimleri takip etmesinde 8x50 metre kademeli yüzme testini uygulamalarını önermekteyiz.

Anahtar kelimeler: Uzun interval, Yüzme kinematiği, 100m maksimum yüzme testi, 8x50 kademeli yüzme testi

Investigation of Kinematic and Metabolic Effects of the Long Interval Training Method in Age Group Swimmers

In swimming, the physiological and physical needs for high performance differ across age groups. To achieve optimal performance, training programs must consider age-specific changes in physiological adaptation. The interval method is a common approach to training sets in swimming programs. Training at speeds that correspond to 85-95% of maximum aerobic velocity is known to be a critical threshold for the development of swimming-specific endurance. However, more information is needed on the kinematics, metabolism, and cardiovascular responses of developmental age swimmers at these thresholds. The aim of this study is to investigate the kinematic and metabolic effects of 6-week-long interval training in age group swimmers. **Method:** Nine healthy, competitive athletes with at least three years of training experience were included in the study. The study was conducted during the general preparation period of the athletes and was completed in 8 weeks (1-week pre-test, 6-week interval training, and 1-week final test). An 8x50-meter progressive swimming test was performed in the pre-test and final test sessions. During the test, the participants' heart rate and perceived difficulty values were recorded at each repetition interval. Stroke length, stroke speed, stroke index values, and swimming speed were recorded during the repetitions. After a 10-minute recovery session, the participants were subjected to a 100-meter maximum swimming test, and the parameters mentioned earlier were measured. Following the progressive overload principle, swimming speed was increased over several weeks. During the training period, the participants were subjected to a workload of 4x300 meters, equivalent to approximately 85-95% of their maximum aerobic speed. They completed the set within 24 minutes at a load-to-rest ratio of 1/2. Under the progressive overload principle, swimming speed was increased over several weeks. The data obtained were analyzed using SPSS statistical software. After determining whether the data were normally distributed or not, the T-test was applied to determine the differences between the two sessions, and the Anova Test was applied for the measurements in the 8x50-meter graded swimming test. The threshold of significance level was accepted as $p = .05$. **Results:** The participants' kinematic parameters, swimming speed, and heart rate responses showed positive changes in the pre-test and final test values of the 100-meter maximum swimming test and the 8x50-meter progressive swimming test. **Conclusion and Recommendations:** Long interval training is an effective method to improve maximum aerobic speed, swimming-specific kinematic parameters, and swimming economy in age group swimmers. We recommend that coaches apply the 8x50-meter graded swimming test to monitor the mechanical and metabolic improvements in age-group swimmers.

Keywords: Long Interval, Swimming Kinematics, 100-meter Maximum Swimming Test, 8x50 Progressive Swimming Test

SB177

Beden Eğitimi ve Spor Alanında Kullanılan Öğretim Yöntemlerinin Bibliyometrik Analiz ile İncelenmesi

Seda Nur UYSAL¹, Oğuzhan DALKIRAN¹

Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Burdur

Giriş ve Amaç: Mosston ve Ashworth tarafından beden eğitimi ve spor öğretimi için oluşturulan 10 öğretim yöntemi uzun yıllardır spor bilimleri alanında bir araştırma konusu olmakta ve birçok araştırmacı bu öğretim yöntemlerinin beden eğitimi ve spor öğretimi üzerine etkisini incelemektedir. Bu çalışmanın amacı, beden eğitimi ve spor öğretiminde kullanılan öğretim yöntemleri üzerine gerçekleştirilen araştırmaların özelliklerini değerlendirmek ve bu kapsamda konu alanı üzerinde etkili olabilecek yazar, dergi, ülke, trend konular ve anahtar kelimeler gibi literatürden elde edilen önemli bilgileri araştırmacılara ulaştırmaktır. **Yöntem:** Bu çalışmada veri toplama aracı olarak Web of Science veri tabanı kullanılmıştır. Öğretim yöntemlerine ilişkin araştırmalara ulaşmak için 10 farklı kelime kombinasyonu oluşturulurken, tarama sonucunda takip eden kriterleri karşılayan araştırmalar çalışmaya dahil edilmiştir: (1) Web of Science veri tabanındaki herhangi bir indekste taranıyor olmak, (ii) spor bilimleri kategorisinde yer almak. Dahil etme kriterleriyle belirlenen 42 araştırma nicel araştırma yöntemlerinden bibliyometrik analiz tekniği kullanılarak analiz edilmiştir. Çalışmanın analizleri R 4.2.2 (Core Team) programlama dilinin bibliometrix paketi ile gerçekleştirilmiştir.

Bulgular: Çalışmanın sonucunda, konu alanı üzerine en çok yayın yapan ve en çok atıf yapılan yazarın Mark Byra olduğu anlaşılmış; bu konuya ilişkin araştırmaların üç veya daha çok yazar iş birliği ile gerçekleştirildiği belirlenmiş; en çok yayın kabul etme eğilimde olan derginin Journal of Teaching and Physical Education olduğu tespit edilmiştir. Ek olarak physical education, teachers, perceptions, students ve knowledge gibi kelimelerin sıklıkla anahtar kelime olarak tercih edildiği saptanmış; konu alanında motor beceriler üzerine gerçekleştirilecek araştırmalara ihtiyaç duyulduğu saptanmıştır. **Sonuç:** Sonuç olarak bu çalışma ile konu alanına özgü birçok önemli bulguya erişilmiş olup, bu bulgular Mosston ve Ashworth'ın öğretim yöntemleri ile ilgilenen araştırmacılar ve alan uygulayıcıları için literatürden önemli bilgiler sunabilir. **Öneriler:** Konu alanı üzerine araştırma yapmak isteyen araştırmacılar Mark Byra'nın araştırmalarını inceleyebilir; yayım yapmak için Journal of Teaching and Physical Education dergisini tercih edebilir; education, teachers ve students anahtar kelimelerini kullanabilir ve öğretim yöntemleri ile motor beceriler arasındaki ilişkiyi değerlendirebilir.

Anahtar Kelimeler: Öğretim Yöntemleri, Beden Eğitimi ve Spor Öğretimi, Mosston, Bibliyometrik Analiz

Investigation of Teaching Methods Used in Physical Education and Sports by Bibliometric Analysis

Introduction and Purpose: The ten teaching methods developed by Mosston and Ashworth for physical education and sports teaching have been a research topic in the field of sports sciences for many years, and many researchers have examined the effects of these teaching methods on physical education and sports teaching. This study aims to evaluate the characteristics of research on teaching methods used in physical education and sports teaching and in this context, to convey critical information obtained from the literature, such as authors, journals, countries, trending topics and keywords that can be effective on the subject area. **Method:** The Web of Science database was used as a data collection tool in this study. While ten different word combinations were created to reach researchers on teaching methods, studies meeting the following criteria were included in the study: (i) being scanned in any index in the Web of Science database, (ii) being in the category of sports sciences. Forty-two studies determined by inclusion criteria were analyzed using the bibliometric analysis technique, one of the quantitative research methods. The study's analysis was carried out with the bibliometrix package of the R 4.2.2 (Core Team) programming language. **Results:** As a result of the study, it was understood that the most published and most cited author on the subject area was Mark Byra; It has been determined that research on this subject has been carried out with the cooperation of three or more authors; It has been determined that the journal that tends to accept the most publications is the Journal of Teaching and Physical Education. In addition, it was determined that words such as physical education, teachers, perceptions, students and knowledge were frequently preferred as keywords; It has been determined that there is a need for research on motor skills in the subject area. **Conclusion:** As a result, many essential findings specific to the subject area were reached with this study. These findings can provide important information from the literature for researchers and field practitioners interested in Mosston and Ashworth's teaching methods. **Suggestions:** Researchers who want to research the subject area can examine the studies of Mark Byra; may prefer the Journal of Teaching and Physical Education for publication; Can use the keywords education, teachers, and students and evaluate the relationship between teaching methods and motor skills.

Keywords: Teaching Methods, Physical Education and Sports Teaching, Mosston, Bibliometric Analysis

SB178

Bedens Eğitimi Öğretmenlerinin COVID-19 Pandemisi Sürecinde Dijital Dönüşüm Üzerine Deneyimleri

Yasemin Asena ARIOĞLU, Yunus ARSLAN

Pamukkale Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü

COVID-19 pandemisi, eğitim dahil bir çok alanı olumsuz etkilemiş ve bedens eğitimi dersleri de dahil olmak üzere bir çok uygulama ağırlıklı ders zorlu bir süreç yaşanmıştır. Bu noktada, bu süreci deneyimleyen öğretmenlerin özellikle dijital dönüşüm konusundaki görüşlerinin oldukça değerli olduğu düşünülmektedir. Araştırma, bedens eğitimi öğretmenlerinin pandemi sürecinde dijital becerileri ne kadar etkili kullandıklarını ve karşılaştıkları zorlukları da ele almaktadır. Bu nedenle, araştırma, bedens eğitimi öğretmenlerinin uyguladığı dijital dönüşüm stratejilerine odaklanmaktadır. **Amaç:** Bu çalışmada, bedens eğitimi öğretmenlerinin COVID-19 pandemisi sürecinde dijital dönüşüm konusundaki deneyimlerini incelemek amaçlanmıştır. **Yöntem:** Araştırma grubunu Denizli ilindeki devlet okullarında görev yapmakta olan, 42 yaş üstü bedens eğitimi öğretmenleri oluşturmuştur. Çalışmada katılımcılar ile 2022-2023 bahar yarıyılında sanal ortamda Zoom uygulaması üzerinden bireysel görüşmeler yapılmıştır. Araştırmada yorumlayıcı fenomenoloji deseni kullanılmış. Örneklem seçerken ise amaçlı örnekleme stratejilerinden kartopu ve ölçüt örnekleme yöntemi tercih edilmiştir. Veriler yarı yapılandırılmış görüşme tekniği ile toplanmıştır. Toplanan veriler içerik analizi kullanılarak analiz edilmiştir. Araştırma sonucunda katılımcıların neredeyse tamamının öğrencilere ulaşmak da sorun yaşadığı tespit edilmiştir. Araştırmada ortaya çıkan diğer bir önemli sonuç, öğretmenlerin ve öğrencilerin teknolojik araçları kullanmadaki yeterlilik durumunun değişkenliği ve motivasyon eksikliği gibi faktörlerin eğitime yansımalarıdır. **Sonuç:** Bu çalışma, bedens eğitimi öğretmenlerinin pandemi sürecinde dijital dönüşüm konusundaki görüşlerini ortaya koyarak, dijital teknolojilerin eğitimdeki önemine dair bir farkındalık oluşturabilir. Öğretmenler arasındaki yeterlilik değişkenliği bulgusuna dayanarak öğretmenlerin teknoloji kullanımı konusunda daha fazla eğitim almaları gerektiği sonucuna, öğrencilerin teknolojik araçları kullanmadaki yeterlilik durumlarının artması için çözümler üretilmesi gerektiği sonucuna varılabilir. **Öneri:** Öğretmenlerin dijital çağa ayak uydurma konusunda daha fazla desteklenmeleri ve hizmet içi eğitimlerin artırılması bu sürecin başarılı bir şekilde yürütülmesi için gereklidir. Dijital çağda doğup büyüyen dijital yerli çocuklara eğitim veren dijital göçmenlerin de kazanması gereken özellikler belli aralıklarla test edilmeli, çıkan sonuçlara göre yönlendirilmelidir.

Anahtar kelimeler: Bedens eğitimi öğretmeni, COVID-19 pandemisi, dijital dönüşüm, uzaktan eğitim.

Experiences of Physical Education Teachers on Digital Transformation During the COVID-19 Pandemic

The COVID-19 pandemic has adversely affected many areas, including education, and many application-based courses, including physical education classes, have experienced a challenging process. At this point, it is thought that the views of teachers who have experienced this process, especially on digital transformation, are quite valuable. The research focuses on the digital transformation strategies applied by physical education teachers by examining how effectively they used their digital skills during the pandemic and the challenges they faced. **Purpose:** The purpose of this study is to examine physical education teachers' experiences with digital transformation during the COVID-19 pandemic. **Method:** The research group consisted of physical education teachers over the age of 42 working in state schools in Denizli province. Individual interviews were conducted with the participants in the spring semester of 2022-2023 through the virtual platform Zoom. Interpretive phenomenology design was used in the study. Snowball and criterion sampling methods were preferred while selecting the sample. Data was collected using semi-structured interview technique. The collected data were analyzed using content analysis. **Results:** As a result of the research, it was determined that almost all participants had difficulty reaching students. Another important result that emerged from the research is the impact of factors such as variability in the use of technological tools by teachers and students and lack of motivation on education. **Conclusion:** This study can create awareness about the importance of digital technologies in education by revealing the views of physical education teachers on digital transformation during the pandemic. Based on the finding of the variability in teacher competence, the conclusion can be drawn that teachers need to receive more education on technology use, and solutions need to be developed to increase students' competence in using technological tools. **Recommendation:** It is necessary to support teachers more in adapting to the digital age and to increase in-service training to ensure that this process is carried out successfully. Digital immigrants who provide education to digital native children born and raised in the digital age should also acquire the necessary characteristics, and the results should be periodically tested and guided accordingly.

Keywords: Physical education teacher, COVID-19 pandemic, digital transformation, distance education.

PB01

Spor Eğitimi Gören Kadınlarda Kuvvet ve Bazı Morfolojik Özellikler ile 25 Metre Sprint Performansı Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi

Cansu KOYUN¹, Ömer Faruk BULUTER², İlker BAYEREN², Ali ÖZKAN²

¹Eskişehir Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Eskişehir

²Yozgat Bozok Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Yozgat

Giriş ve Amaç: Literatürde yapılan çalışmalar spor eğitimi gören kadınlarda vücut kompozisyonu, kuvvet, sürat özelliklerinin performanslarını nasıl etkilediği değerlendirilmiştir. Bu çalışmalar kuvvetin, yaşın ve fiziksel özelliklerin (vücut yağ yüzdesi, kol kas kesit alanı, vücut segmentleri ve yağsız vücut kütlesi) etkilediğini göstermiştir. Bu bağlamda bu çalışmanın amacı, spor eğitimi gören kadınların kuvvet ve bazı morfolojik özellikler ile 25 metre sprint performansı arasındaki ilişkinin incelenmesidir. **Yöntem:** Çalışmaya spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören toplam 10 kadın denek gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmaya katılan deneklerin boy uzunluğu, vücut ağırlığı, deri kıvrım kalınlığı ve çevre ölçümleri yapılmıştır. Vücut yağ yüzdesi Yuhasz formülü kullanılarak belirlenmiştir. Bacak, sırt ve pençe kuvvetleri belirlemede izometrik kuvvet dinamometresi kullanılmıştır. Sprint performansının belirlenmesinde 25 metre sürat testi kullanılmıştır. Morfolojik özelliklerin belirlenmesinde gövde yüksekliği, tüm kol uzunluğu, omuz çevresi, göğüs çevresi, üst kol çevresi, üst kol uzunluğu, ön kol uzunluğu el uzunluğu ölçümleri kullanılmıştır. Sürat, kuvvet ve bazı morfolojik özellikleri ile 25 metre sprint performans değerleri arasındaki ilişkilerin değerlendirilmesi amacıyla Pearson Product Moment Korelasyon Katsayısı yöntemi kullanılmıştır. **Bulgular:** Sonuçlar çalışmaya katılan katılımcıların normal vücut yağ yüzdesine, sahip olduklarını göstermiştir. Yapılan Pearson Product Moment Korelasyon Katsayısı yöntemi analizleri sonucunda 25 metre sürat koşusu ile boy uzunluğu ve femur epikondili arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. **Sonuç:** Sonuç olarak, çalışmadaki bulgular boy uzunluğunun ve femur epikondili spor bilimleri fakültesinde eğitim gören kadınların 25 metre sprint performansında belirleyici bir rolünü ortaya koymaktadır. **Öneriler:** Bundan sonraki çalışmalar elit sprinterler üzerinde yapılabilir.

Anahtar Kelimeler: Kuvvet, Morfolojik Özellikler, 25 Metre Sprint Koşusu

Determination of the Relationship between Strength, Some Morphological Characteristics and 25-meter Sprint Performance of Female in Sports Education

Introduction and Objective: Previous studies have also assessed the body composition (morphological), strength and speed characteristics of sprint performance and their influences on performance. These studies indicated that strength is influenced by age and physical characteristics (body fat, arm muscle area, body segment, and fat free mass). The aim of this study was to determination of the relationship between strength, some morphological characteristics and 25 meters sprint performance of female in sports education. **Methods:** A total of 10 volunteer female from Sports Science Faculty students participated in this study voluntarily. Subjects' height, body weight, body fat percentage were determined by Yuhasz formula. Isometric dynamometer was used for the determination of knee, back and hand grip strength. 25 m was used for the determination of sprint performance. Torso length, total upper length, shoulder circumference, chest circumference, upper arm circumference, forearm length, hand length measurements were used to determination of morphological characteristics. Pearson Product Moment Correlation was used to determine the relationships between strength, some morphological characteristics and 25 meters sprint performance. **Results:** Results indicated that have normal body fat percentage and high level isometric strength. As a result of Pearson Products Moment Relationship analyses, a significant relationship was found between body height, femoral epicondyle and 25 meters freestyle swimming performance ($p>0.05$). **Conclusion:** As a conclusion, the findings of the present study indicated that body height and femoral epicondyle play a determinant role in 25 meters sprint performance of female students in Sports Science Faculty. **Suggestions:** Further studies can be done on elite swimmers.

Key Words: Sprint, Strength, Morphological Characteristics, 25 meters Sprint Performance

PB02

Erkek Yüzcülerde Sürat, Kuvvet ve Bazı Kinantropometrik Özellikler ile 25 Metre Serbest Still Yüzme Performansı Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi

Cansu KOYUN¹, Ömer Faruk BULUTER², İlker BAYEREN², Ali ÖZKAN²

¹Eskişehir Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Eskişehir

²Yozgat Bozok Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Yozgat

Giriş ve Amaç: Literatürde yapılan çalışmalar yüzcülerin vücut kompozisyonu, kuvvet, sürat özelliklerinin performanslarını nasıl etkilediği değerlendirilmiştir. Bu çalışmalar kuvvetin, yaşın ve fiziksel özelliklerin (vücut yağ yüzdesi, kol kas kesit alanı, vücut segmentleri ve yağsız vücut kütlesi) etkilediğini göstermiştir. Bu bağlamsa bu çalışmanın amacı, erkek yüzcülerde sürat, kuvvet ve bazı kinantropometrik özellikleri ile 25 metre serbest stil yüzme performans arasındaki ilişkinin incelenmesidir. **Yöntem:** Çalışmaya spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören toplam 17 erkek yüzücü gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmaya katılan deneklerin boy uzunluğu, vücut ağırlığı, deri kıvrım kalınlığı ve çevre ölçümleri yapılmıştır. Vücut yağ yüzdesi Yuhasz formülü kullanılarak belirlenmiştir. Bacak, sırt ve pençe kuvvetleri belirlenmesinde izometrik kuvvet dinamometresi kullanılmıştır. Sprint performansının belirlenmesinde 15, 20, 25 metre sürat testi kullanılmıştır. Kinantropometrik özelliklerinin belirlenmesinde gövde yüksekliği, tüm kol uzunluğu, omuz çevresi, göğüs çevresi, üst kol çevresi, üst kol uzunluğu, ön kol uzunluğu el uzunluğu ölçümleri kullanılmıştır. Sürat, kuvvet ve bazı kinantropometrik özellikleri ile 25 metre serbest stil yüzme performans değerleri arasındaki ilişkilerin değerlendirilmesi amacıyla Pearson Product Moment Korelasyon Katsayısı yöntemi kullanılmıştır. **Bulgular:** Sonuçlar çalışmaya katılan deneklerin normal vücut yağ yüzdesine, yüksek düzeyde izometrik kuvvete sahip olduklarını göstermiştir. Yapılan Pearson Product Moment Korelasyon Katsayısı yöntemi analizleri sonucunda gövde uzunluğu ile 25 metre serbest stil yüzme performansı arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. **Sonuç:** Sonuç olarak, çalışmadaki bulgular gövde uzunluğunun spor bilimleri fakültesinde eğitim gören 25 metre serbest stil yüzcülerin yüzme performansı belirleyici bir rolü ortaya koymaktadır. **Öneriler:** Bundan sonraki çalışmalar elit yüzücüler üzerinde yapılabilir.

Anahtar Kelimeler: Yüzcüler, Sürat, Kuvvet, Kinantropometrik Özellikler, 25 Metre Serbest Still Yüzme

Determination of the Relationship between Sprint, Strength, Some Kinanthropometric Variables and 25 Meters Freestyle Swimming Performance in Male Swimmers

Introduction and Objective: Previous studies have also assessed the body composition, strength and speed characteristics of swimmers and their influences on performance. These studies indicated that strength is influenced by age and physical characteristics (body fat, arm muscle area, body segment, and fat free mass). The aim of this study was to determination of the relationship between sprint, strength, some kinanthropometric variables and 25 meters Freestyle swimming performance in male swimmers. **Methods:** A total of 17 volunteer male swimmer from Sports Science Faculty students participated in this study voluntarily. Subjects' height, body weight, body fat percentage were determined by Yuhasz formula. Isometric dynamometer was used for the determination of knee, back and hand grip strength. 25 m was used for the determination of sprint performance. Torso length, total upper length, shoulder circumference, chest circumference, upper arm circumference, forearm length, hand lengt measurements were used to determination of kinanthropometric variables. Pearson Product Moment Correlation was used to determine the relationships between sprint, strength, some kinanthropometric variables and 25 meters freestyle swimming performance. **Results:** Results indicated that have normal body fat percentage and high level isometric strength. As a result of Pearson Products Moment Relationship analyses, a significant relationship was found between torso length and 25 meters freestyle swimming performance ($p>0.05$). **Conclusion:** As a conclusion, the findings of the present study indicated that torso length play a determinant role in 25 meters freestyle swimming performance of male swimmer in Sports Science Faculty. **Suggestions:** Further studies can be done on elite swimmers.

Key Words: Swimmers, Sprint, Strength, Kinanthropometric Variables, 25 meters freestyle swimming

PB03

Yozgat Bozok Üniversitesi'nde Yer Alan Öğretim Elemanlarının ve İdari Personelin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları ve Fiziksel Aktivite Düzeylerinin Belirlenmesi ve İlişkilendirilmesi

Ömer Faruk BULUTER¹, Ali ÖZKAN¹

¹Yozgat Bozok Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Yozgat

Giriş ve Amaç: Giderek daha az fiziksel aktivite yapan, ev dışında yer alan fiziksel aktivitelere katılmayan ya da daha az katılan bireyler ortaya çıkmaya başlamıştır. Bilindiği gibi hareketsiz yaşam tarzı Tip II diyabet, kas-iskelet hastalıkları, obezite, koroner kalp hastalığı, yüksek kan lipid düzeyi, hipertansiyon, kolon ve göğüs kanseri gibi bazı kanser türleri gibi kronik hastalıkların ortaya çıkmasında önemli unsurlar olarak karşımıza çıkmaktadır. Düzenli yapılan fiziksel aktivitenin bağışıklık sistemini destekleyeceği ve yukarıda ifade edilen kronik hastalıkları geciktirebileceği veya önleyebileceği tüm dünyada olduğu gibi ülkemizde de anlaşılmıştır. Bu çalışmanın amacı, öğretim elemanlarının ve idari personelin fiziksel aktivite düzeyleri ve sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının belirlenmesi ve ilişkilendirilmesidir. **Yöntem:** Çalışmaya Yozgat Bozok Üniversitesi'nde görev yapan toplam 169 kadın (%48,56) ve 179 (%51,44) erkek olmak üzere toplam 348 akademik ve idari personelden oluşmaktadır. Bu örneklemin ise 201 (%57.75) idari ve 147 (%42.25) akademik olmak üzere toplam 348 personel çalışmaya gönüllü olarak katılmıştır. Öğretim elemanlarının ve idari personelin fiziksel aktivite düzeylerini belirlemede "Uluslararası Fiziksel Aktivite Değerlendirme Anketi (inaktif, minimum aktif ve HEPA aktif grupları olarak MET yöntemiyle belirlenmiştir) kısa formu kullanılırken, sağlıklı yaşam davranışlarının belirlenmesinde "Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği" (kendini gerçekleştirme (KG), sağlık sorumluluğu (SS), egzersiz (E), beslenme (B), kişilerarası destek (KD) ve stres yönetimim (SY)) kullanılarak belirlenmiştir. **Bulgular:** Yapılan Pearson Çarpımlar Moment Korelasyon analizi sonucunda araştırmaya katılan öğretim elemanlarının ve idari personelin toplam fiziksel aktivite düzeyi ile egzersiz ($r=.176$; $p=001$) ve SY ($r=.113$; $p=036$) arasında anlamlı pozitif bir ilişki bulunmuştur. **Sonuç:** Sonuç olarak, çalışmadaki bulgular öğretim elemanları ve idari personelin sağlıklı yaşam davranışının fiziksel aktivite düzeyini belirlemede etkin olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Fiziksel aktivite, sağlıklı yaşam davranışı, öğretim elemanları, idari personel

Determination of the Relationship between Physical Activity Level and Healthy Lifestyle Behaviors in Academic and Administrative Staff's in Yozgat Bozok University

Sedentary lifestyle is defined as a risk factor in the development of chronic diseases such as coronary heart disease, hypertension, high blood lipid level, Type II diabetes, obesity, some types of cancer such as colon and breast cancer, and musculoskeletal diseases. It has the effect of the fact that regular physical activity will support the immune system and can prevent or delay different chronic diseases. Regular physical activity can reduce the risk of health problems such as coronary artery diseases, cardiovascular diseases, some types of cancer, type 2 diabetes, colon cancer, obesity, osteoporosis, stress and depression. The purpose of the present study was to determine and relationship of physical activity level and healthy lifestyle behaviors in academic and administrative staff's in Yozgat Bozok University. **Methods:** 147 academic staffs and 201 administrative staff's from Yozgat Bozok University participated in this study voluntarily. In the study, the short form of International Physical Activity Questionnaire (Total PA levels are categorised as inactive (low), minimum active and physically active group by using MET method) was used for the determination of physical activity level of academic and administrative staff's. For the determination of healthy lifestyle behaviors Health Promotion Lifestyle Profile Questionnaire was used with self-actualization (SA), health responsibility (HR), exercise (E), nutrition (N), interpersonal support (IS) and stress management (SM) subscales. **Results:** Results of Pearson Product Moment Correlation analyses indicated significant pozitif correlations between total physical activity level and exercises ($r=.176$; $p=001$) and SM ($r=.113$; $p=036$) academic and administrative staff's. **Conclusion:** As a conclusion, the findings of the present study indicated that healthy lifestyle behaviors were indicator of physical activity level of academic and administrative staff's.

Keywords: Physical activity, health promotion lifestyle profile, academic and administrative staff's

PB04

Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılıkları ile Akademik Kontrol Odakları Arasındaki İlişki

Ümran GÜNEŞ¹, Kazim KÜÇÜKER², Özkan IŞIK¹

¹Spor Bilimleri Fakültesi, Balıkesir Üniversitesi, Balıkesir, Türkiye

²Mehmet Akif Ersoy İlkokulu, Milli Eğitim Bakanlığı, Balıkesir, Türkiye

Amaç: Bu araştırmanın amacı spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin sosyal medya bağımlılıkları ile ve akademik kontrol odakları arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığını belirlemektir. **Yöntem:** Araştırmaya 181 Spor Bilimleri Fakültesi öğrencisi gönüllü olarak katılmıştır. Veriler 2022-2023 eğitim-öğretim yılının güz döneminde online anket yöntemi ile elde edilmiştir. Verilerin toplanmasında kişisel bilgi formunun yanı sıra Şahin ve Yağcı (2017) tarafından geliştirilen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği ve Dağ (1991) tarafından Türkçeye uyarlanan ve yine Dağ (2002) tarafından revize edilen Akademik Kontrol Odakları Ölçeği kullanılmıştır. Normal dağılım gösteren verilerin analizinde, ikili karşılaştırmalar için independent samples t testi, ikiden fazla grubun karşılaştırılmasında ise One-way ANOVA kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkinin belirlenmesinde Pearson korelasyon kat sayısı analizi kullanılmıştır. **Bulgular:** Elde edilen bulgular incelendiğinde, araştırmaya katılan öğrencilerin sosyal medya bağımlılık puanları belirlenen bölüm, cinsiyet, yaş ve sınıf bağımsız değişkenleri üzerinde anlamlı farklılık oluşturmamıştır. Katılımcıların ölçekten elde edilen sosyal medya bağımlılık puanlarının ortalamasının üstünde olduğu görülmüştür. Öğrencilerin akademik kontrol odağı ölçeği üzerinden aldıkları toplam puanlarının yüksek olduğu, cinsiyet, yaş ve bölüm değişkenleri üzerinde anlamlı bir farklılık oluşturmadığı görülmüştür. Bunun yanında, akademik kontrol odağı puanlarının sınıf değişkeni göre anlamlı bir farklılık oluşturduğu ($p<0.05$) ve 2. sınıf öğrencilerinin 3. sınıf öğrencilerine göre akademik kontrol odaklarının anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir. **Sonuç:** Sonuç olarak yapılan korelasyon analizine göre araştırmanın amacı doğrultusunda Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin sosyal medya bağımlılıkları ile akademik kontrol odakları arasında ilişki incelenmiş ve aralarında düşük düzeyde ilişki tespit edilmiştir ($r=0.394$). **Öneriler:** Gelecek araştırmalar farklı spor bilimleri fakültesi öğrencilerini içeren büyük örneklem grupları üzerinde yürütülebilir.

Anahtar Kelimeler: Akademik kontrol, sosyal medya, sosyal medya bağımlılığı

The Relationship between Social Media Addictions and Academic Control Focus of Sports Sciences Faculty Students

Purpose: The aim of this study is to determine whether there is a significant relationship between the social media addictions of the students of the faculty of sports sciences and their academic locus of control.

Method: One hundred and eighty-one Sports Sciences Faculty students participated in the research voluntarily. The data were obtained by online survey method in the fall semester of the 2022-2023 academic year. In addition to the personal information form, the Social Media Addiction Scale developed by Şahin and Yağcı (2017) and the Academic Locus of Control Scale adapted to Turkish by Dağ (1991) and revised by Dağ (2002), were used to collect the data. In the analysis of normally distributed data, independent samples t-test was used for pairwise comparisons, and One-way ANOVA was used for the comparison of more than two groups. Pearson correlation coefficient analysis was used to determine the relationship between variables. **Results:** When the findings were examined, the social media addiction scores of the students participating in the research did not make a significant difference on the independent variables of the determined department, gender, age and class. It was observed that the social media addiction scores of the participants obtained from the scale were above the average. It was observed that the total scores of the students on the academic locus of control scale were high, and there was no significant difference in gender, age and department variables. In addition, it was determined that the academic locus of control scores made a significant difference according to the class variable ($p<0.05$) and the academic locus of control of the 2nd year students was significantly higher than the 3rd year students. **Conclusion:** As a result, according to the correlation analysis, the relationship between the social media addictions of the Faculty of Sport Sciences students and their academic locus of control was examined in line with the purpose of the research, and a low level correlation was found between them ($r=0.394$). **Suggestions:** Future studies can be conducted on large sample groups that include students from different sports science faculties.

Keywords: Academic control, social media, social media addiction

PB05

Antrenmanlı ve Antrenmansız Erkek Öğrencilerde Solunum Parametrelerinin İncelenmesi

Mervecan EKİCİ¹, Hayriye ÇAKIR ATABEK¹

¹Eskişehir Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü Eskişehir, Türkiye

Giriş ve Amaç: Bu çalışmada erkek öğrencilerde antrenmanın solunum parametreleri üzerine etkisinin araştırılması amaçlanmıştır. **Yöntem:** Araştırmaya 11-14 yaş arasında toplam 127 erkek öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Öğrenciler iki gruba ayrılmıştır: (1) farklı spor branşlarında (futbol, basketbol, kik boks vb.) en az 6 aydır düzenli antrenman yapan antrenmanlı gurup (AG; n=65 ortalama yaş = 12.3 ± 0.9 yıl; ortalama boy=149.6 ± 11.02 cm; ortalama vücut ağırlığı = 44.4 ± 11.7 kg), ve (2) daha önce antrenman geçmişi olmayan ancak antrenmanlı öğrenciler ile benzer fiziksel özelliklere sahip olan öğrencilerden oluşan antrenmansız (kontrol) grup (KG; n=62 ortalama yaş = 12.1 ± 1.2 yıl; ortalama boy =148.4 ± 9.9 cm; ortalama kilo= 44.7 ± 12.3 kg). Test performansını sınırlayabilecek herhangi bir solunum rahatsızlığına sahip olmak ana dışlama kriteriydi. Araştırma protokolü Etik Kurul tarafından onaylanmıştır ve çalışmanın olası riskleri ve/veya faydaları hakkında bilgilendirme yapıldıktan sonra katılımcıların ebeveynlerinden veya yasal vasilerinden imzalı onam formu alınmıştır. Katılımcılar oturur pozisyondayken Spirolab III spirometre kullanılarak zorlu vital kapasite (FVC), bir saniyedeki zorlu ekspirasyon volümü (FEV1), en yüksek ekspirasyon akımı (PEF), zorlu ekspirasyon ortası akım hızı (FEF₂₅₋₇₅) ve maksimum istemli ventilasyon (MVV) ölçülmüştür. İncelenen değişkenler bağımsız t-testi kullanılarak gruplar arasında karşılaştırılmıştır. **Bulgular:** Antrenmanlı ve antrenmansız erkek öğrenciler arasında incelenen solunum parametrelerinde anlamlı bir fark belirlenmemiştir. FVC (L) (3.08 ± 0.72'e karşı 3.04 ± 0.62), FEV1 (L) (2.60 ± 0.63'e karşı 2.56 ± 0.56), PEF (L/s) (4.21 ± 1.24'e karşı 4.36 ± 1.08), FEF₂₅₋₇₅ (L/s) (3.02 ± 0.96'e karşı 3.03 ± 0.88), ve MVV (L/dk) (95.20 ± 23.9'e karşı 93.81 ± 23.7) için kaydedilen bulgular antrenmanlı ve antrenmansız gruplarda benzer bulunmuştur. Ayrıca solunum parametreleri ile yaş, boy ve vücut ağırlığı değerleri arasında da anlamlı korelasyon saptanmıştır (r > .232; p<0.01). **Sonuç:** Henüz gelişimini tamamlamamış bireylerin solunum fonksiyonları üzerine egzersiz programlarının olumlu etkilerini ortaya koyan çalışmalar mevcuttur. Ancak mevcut çalışmada bu tür etkiler belirlenmemiştir. Bu durum solunum fonksiyonlarındaki artışın antrenmandan ziyade büyümeye bağlı olabileceğini veya okul takımı antrenmanlarının etkili bir şekilde yapılmadığını düşündürmektedir.

Anahtar kelimeler: okul, FVC, FEV1, MVV, çocuk, antrenman

Investigation of Respiratory Parameters in Trained and Untrained Male Students

Introduction and Purpose: This study aimed to investigate the effects of training on respiratory parameters in male student. **Methods:** Totally of 127 male students between the ages of 11 and 14 volunteered to participate in the study. The students were divided into two groups: (1) trained group (TG; n = 65; mean age = 12.3 ± 0.9 years; mean height =149.6 ± 11.02 cm; mean weight = 44.4 ± 11.7 kg) who were engaged to training in different sports branches (football, basketball, kickbox and etc.), and (2) untrained group (UTG; n = 62; mean age = 12.1 ± 1.2 years; mean height =148.4 ± 9.9 cm; mean weight = 44.7 ± 12.3 kg) who has no training experience before but has similar physical characteristics to the TG students. Having any respiratory limitations that might limit the tests performance was the main exclusion criteria. Local Ethics committee approved the study protocol and written consents were obtained from parents or legal guardians following informed them about the possible risks and benefits of the study. Forced vital capacity (FVC), forced expiratory volume in one second (FEV1), peak expiratory flow (PEF), forced mid-expiratory flow rate (FEF₂₅₋₇₅) and maximum voluntary ventilation (MVV) were measured when the participants were sitting using the Spirolab III spirometer. Examined variables were compared between groups using the independent t-tests. **Results:** No significant differences were observed for examined respiratory parameters between trained and untrained male students. The findings recorded for the FVC (L) (3.08 ± 0.72 vs. 3.04 ± 0.62), FEV1 (L) (2.60 ± 0.63 vs. 2.56 ± 0.56), PEF (L/sec) (4.21 ± 1.24 vs. 4.36 ± 1.08), FEF₂₅₋₇₅ (L/sec) (3.02 ± 0.96 vs. 3.03 ± 0.88), and MVV (L/min) (95.20 ± 23.9 vs. 93.81 ± 23.7) were similar in trained and untrained groups, respectively. In addition, significant correlation was determined between respiration parameters and age, height, and weight values (r > .232; p<0.01). **Conclusions:** There are studies that put forth the positive effects of exercise programs on the respiratory functions of individuals who have not yet completed their developments. But in the current study this kind of effects were not determine. This suggests that the increase in respiratory functions may be due to growth rather than training, or the school teams' training was not effectively performed.

Keywords: school, FVC, FEV1, MVV, child, training

PB06

Spor Bilimleri Lisans Öğrencilerinin Fanatiklik Düzeyinin Araştırılması (Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Örneği)

İlyas Mert ÖZTÜRK

Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretimi Anabilim Dalı, Burdur

Giriş ve Amaç: Fanatiklik; kişilerin kazanmak için her şeyi göz ardı eden, sporu estetik veya güzellik değil de daha çok tutmakta oldukları takımların yenmesini önemseyen seyirci çeşitleridir (Turan ve ark. , 2018). Fanatizm günümüzde normal derecelerde oluştuğunda seyirciler arasında ve oyuncular arasında hiçbir sıkıntı çıkmaz fakat bizim ülkemiz de dahil olmak üzere birçok ülkede fanatiklik holiganlığa evriliyor. Bunların sebebi insanların birbirine karşı yansıtmadığı öfkeyi yansıtılmalarıdır. Örnek olarak herhangi bir sporda hakemlerin verdiği küçük bir hataya karşı seyirciler fanatıklığı bırakıp holiganlığa geçiyor etrafını yakıp yıkıyor. İnsanlar fanatıklığı aslında tam olarak temsil edemeyip duygularına hakim olamıyor. Aslında bu çalışmadan sonra sporcuları ve halkı en iyi şekilde temsil eden Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören öğrencileri bilinçlendirmiş olacağız. Toplumumuzda fanatizm düzeyini şekillendiren kişiler olan Spor Bilimleri öğrencileri olduğu için bu şekli veren kişilerin fanatizm düzeylerini tespit etmek amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırmamız nicel yöntem tekniği kullanılarak yapılmış olup veriler anket yöntemi ile toplanmıştır. Verilerimiz Taşmektepligil, Çankaya ve Tunç (2014) tarafından geliştirilmiş Futbol Taraftarı Fanatiklik Ölçeği (FTFÖ) ile elde edilmiştir. 13 maddelik ölçek basit tesadüfi yöntemle seçilmiş olan Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde aktif olarak öğrenim gören 196 gönüllü öğrenciye uygulanmıştır. Verilerin analizleri tanımlayıcı istatistikler f ve % dağılım olarak verilmiştir. Verilerin normallik dağılımları çarpıklık basıklık testleri ve Kolmogrov Smirnov Testi ile sınanmıştır. Verilerin, iki değişken arasında karşılaştırılmasında t testi, üç veya daha fazla değişkenin karşılaştırılmasında ise Anova testi uygulanmıştır. Ayrıca ilişkiyi ortaya koymak adına Pearson Momentler Korelasyon testi ve regresyon analizi uygulanmıştır. **Bulgular:** Araştırmaya katılan katılımcıların %34,7'sinin kadın, %65,3'ünün erkek öğrencilerden oluşmaktadır. %29,1'i Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği, %31,1'inin Antrenörlük Eğitimi ve %39,8'i Spor Yöneticiliği öğrencisinden oluşmaktadır. Öğrencilerin %21,4'ü 1.Sınıf, %26,5'i 2.Sınıf, %27'si 3.Sınıf ve %25'i 4.Sınıf öğrencisi oldukları tespit edilmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerin %29,1'i 18-20 yaş aralığında, %64,3'ü 21-25 yaş aralığında, %4,6'sı 26-30 yaş aralığında ve %1'i 31 ve üstü yaşlardadır. Ayrıca araştırmaya katılan öğrencilerin ilgilendikleri spor türleri incelendiğinde %42,9'u Takım Sporları, %32,7'si Bireysel Sporlar ve %17,9'u Hem Takım Sporları Hem de Bireysel Sporlar ile ilgilenmektedir. Araştırmaya katılan Spor Bilimleri öğrencilerinin fanatiklik düzeylerinin değerlendirilmesinde cinsiyet faktörleri arasında anlamlı farklılık bulunmuşken yaş, bölüm, sınıf ve spor türleri arasında anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir. **Sonuç:** Erkek katılımcıların fanatiklik puanı kadın katılımcıların fanatiklik puanına göre daha yüksektir. 26-30 yaş aralığındaki katılımcıların fanatiklik puanları diğer yaş gruplarına göre daha yüksektir. Spor yöneticiliği bölümünde okuyan katılımcılar beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü ve antrenörlük eğitimi bölümü katılımcılarına göre fanatiklik puanı daha yüksektir. Spor türleri değişkenine göre sonuçlar incelendiğinde hem takım sporları hem de bireysel sporlar ile ilgilenen katılımcıların fanatiklik puanı daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Sonuç olarak Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde aktif olarak okuyan lisans öğrencileri kullanılan ölçeğe göre “ 32,5886 puan ” ile “ Takım Taraftarı ” kısmında yer aldıkları tespit edilmiştir **Öneriler:** Araştırmamızın sonucunda Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Spor Bilimleri Lisans öğrencileri 32,5889 puan ile “Takım Taraftarı” konumunda yer aldığı tespit edilmiştir. Gelecek araştırmalar katılımcıların fanatiklik duygusunu daha iyi anlamak amacıyla görüşme yöntemi ve sanal gerçeklik teknolojik aletleri ile o anı yaşatarak vermiş olacakları tepkileri gözlemleyerek yapılabilir.

Anahtar Sözcükler: Spor, Fanatizm, Holiganizm.

Researching of the Fanaticism Level of Undergraduate Students of Sports Sciences (Sample of Mehmet Akif Ersoy University)

Introduction and Purpose: Fans who are obsessed with winning would do anything to support their teams, giving little consideration to the aesthetics or beauty of sports (Turan et al., 2018). Today, when fanaticism occurs in normal amounts, there are no issues with the spectators or the players; however, in many nations, including our own, fanaticism can develop into hooliganism. This is because they express rage that others are unable to express toward one another. For instance, in any sport, when a referee makes a minor error, the fans cease being passionate, turn to hooliganism, and set the venue on fire. Fanaticism is difficult for people to fully show while maintaining emotional control. After conducting this study, we will actually increase student awareness of the Faculty of Sports Sciences, which best represents athletes and the general public. Since the level of fanaticism in our society is shaped by sports science students, it is important to understand how fanatical these individuals are. **Method:** Our study was conducted by using quantitative method technique and the data were collected by survey method. The Football Fanaticism Scale (FTF), designed by Taşmektepligil, Ankaya, and Tunç (2014), was utilized to collect our data. 196 volunteer students who were enrolled in the Mehmet Akif Ersoy University Faculty of Sports Sciences and who were chosen at random to participate in the study were given the 13-item scale to complete. The descriptive statistics f and % distribution used to analyze the data were provided. Skewness tests, flatness tests, and the Kolmogrov-Smirnov test were used to determine whether the data's distributions were normal. The Anova test was used to compare data between three or more variables, while the t test was used to compare data between two variables. Regression analysis and the Pearson Moments Correlation test were also used to determine the link. **Results:** Female participation was 34.7% while male participation was 65.3%. 39.8% of students are studying sports management, 31.1% are studying coaching, and 29.1% are studying physical education and sports teachers. It was found that 21.4% of the pupils were in the first grade, 26.5% were in the second grade, 27% were in the third grade, and 25% were in the fourth grade. Age distribution of study participants was as follows: 29.1% were between the ages of 18 and 20; 64.3% were between the ages of 21 and 25; 4.6% were between the ages of 26 and 30; and 1% were 31 or older. In addition, of the students who participated in the research, 42.9% are interested in team sports, 32.7% are interested in individual sports, and 17.9% are interested in both team and individual sports. It was discovered that there was no significant difference between age, department, class, and sports types, despite the fact that there was a significant difference between gender characteristics in the evaluation of the fanaticism levels of the Sports Science students taking part in the research. **Conclusion:** The male participants' fanaticism score is higher than the female participants' fanaticism score. The fanaticism scores of participants between the ages of 26 and 30 are greater than those of other age groups. Fanaticism scores are higher among students in the sports management department than among those in the physical education and sports teaching department and the coaching education department. The participants who were interested in both team sports and individual sports had higher fanaticism scores, according to an analysis of the data based on the sports categories variable. According to the scale employed, it was found that undergraduate students enrolled at Mehmet Akif Ersoy University's Faculty of Sports Sciences were classified as "Team Fans" and received "32.5886 points." **Recommendations:** With 32.5889 points, Mehmet Akif Ersoy University Sports Sciences Undergraduate students were found to be in the "Team Fan" position according to our research. In order to better comprehend the feeling of fanaticism, future study can be done by watching the participants' emotions while they experience the situation through the use of virtual reality technology and the interview method.

Keywords: Sport, fanaticism, hooliganism.

PB07

Erkek Futbolcuların Problem Çözme Becerilerinin İncelenmesi

Merve Demirci¹, Özkan IŞIK¹

¹Balıkesir Üniversitesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Balıkesir

Giriş ve Amaç: Problem çözme, 21. Yüzyıl dünyasının en önemli becerilerin birini temsil etmektedir. Bu çalışmada, yetişkin erkek futbolcuların problem çözme beceri düzeylerinin belirlenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Tarama modelinde yürütülen araştırmaya, kolayda örnekleme yöntemiyle ulaşılan 370 futbolcu dahil edilmiştir. Katılımcıların %8,6'sının 18-20 yaş, %38,9'unun 21-23 yaş ve %52,4'ünün ise 24 yaş ve üzeri aralığında olduğu belirlenmiştir. Verilerin toplanmasında Problem Çözme Envanteri kullanılmıştır. Verilerin analizinde ise betimsel istatistiklerden, tek yönlü varyans analizi ve Scheffe testinden yararlanılmıştır. **Bulgular:** Araştırmadan elde edilen bulgular doğrultusunda genel olarak futbolcu katılımcıların problem çözme beceri düzeylerine ilişkin ortalama puanın $\bar{X}=95,93$ olduğu tespit edilmiştir. Buna ek olarak, haftada 6-7 gün antrenman yapan futbolcular ile haftada 4-5 gün ve 1-3 gün antrenman yapan futbolcular arasında anlamlı farklılık olduğu saptanmıştır ($p<0,001$). **Sonuç:** Araştırma sonucunda erkek futbolcuların genel olarak problem çözme becerilerinin orta düzeyde olduğu ve haftalık antrenman sıklığı fazla olan futbolcuların haftada daha az sıklıkta antrenman yapanlara kıyasla problem çözme beceri düzeylerinin daha yüksek olduğu söylenebilir. **Öneriler:** Gelecek çalışmalarda farklı spor branşlarından katılımcılar dahil edilebilir. Ayrıca, yetişkin sedanter bireyler ile lisanslı sporcuların problem çözme becerileri karşılaştırılabilir.

Anahtar Kelimeler: Futbol, futbolcular, problem çözme becerileri

Investigation of Male Soccer Players' Problem-Solving Skills

Introduction and Purpose: Problem-solving represents one of the most important skills in the 21st Century world. In this study, it was aimed to determine the problem-solving skill levels of adult male soccer players.

Method: 370 soccer players, reached by convenience sampling method, were included in the study, which was carried out in the survey model. It was determined that 8.6% of the participants were 18-20 years old, 38.9% were 21-23 years old and 52.4% were 24 years old and over. Problem Solving Inventory was used for data collection. Descriptive statistics, one-way analysis of variance, and Scheffe test were used in the analysis of the data. **Results:** In line with the findings obtained from the research, it was determined that the average score of the problem-solving skill levels of the soccer players was $\bar{X}=95.93$. In addition, it was determined that there was a significant difference between the soccer players who trained 6-7 days a week and the soccer players who trained 4-5 days and 1-3 days a week ($p<0.001$). **Conclusion:** As a result of the research, it can be said that the problem-solving skills of male soccer players are generally at a moderate level and that the soccer players with a higher weekly training frequency have higher problem-solving skills compared to those who train less frequently per week. **Suggestions:** In future studies, participants from different sports branches can be included. In addition, problem solving skills of adult sedentary individuals and licensed athletes can be compared.

Keywords: Problem-solving skills, soccer, soccer players,

PB08

Rekreasyonel Olarak Tenis Oynayan Bireylerin Çeviklik ve 5-10m Sürat Performans Parametreleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Erhan IŞIKDEMİR¹, Buse AYZAZ², Serkan UZLAŞIR¹

¹Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı, Nevşehir

²Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Nevşehir

Tenis oyununun yapısında kısa mesafede hızlanma, yavaşlama, yön değiştirme gibi kısa aralıklarla çok sık tekrar edilen hareket yapıları bulunmaktadır. Farklı açılarda ve farklı yönlerde gerçekleşen hareketler sırasında ivmelenme özelliği ön plana çıkmaktadır. Bu çalışmanın amacı da düzenli olarak haftada 3 gün tenis oynayan kadın ve erkek bireylerin kısa mesafe (5 ve 10 m) sürat performansı ile çeviklik test performansı arasındaki ilişkinin incelenerek, cinsiyet değişkeni açısından 5-10 m sürat ve çeviklik performansında farklılıkların ortaya konması amaçlanmıştır. Çalışmanın örneklem grubunu Spor Bilimleri Fakültesinde eğitim gören ve haftanın en az 3 günü düzenli olarak tenis antrenmanı yapan 21.0±1.5 (yıl) yaş ortalamasına sahip (Boy uzunluğu: 167.9±8.6 cm; Vücut Ağırlığı: 66.1±9.4 kg) 10 kadın, 10 erkek öğrenci oluşturmuştur. Çalışma kapsamında ivmelenme özelliğini test etmek için 5m ve 10m sürat testi, çeviklik özelliğini değerlendirmek için çeviklik T-Testi uygulanmıştır. Elde edilen verilerin normallik dağılım gösterip göstermediğine bakmak için Shapiro-Wilk testi uygulanmıştır. Çeviklik T-testi değerleri ile 5m ve 10m sürat performansı arasındaki ilişki düzeyine bakabilmek için ilişkili örneklem testi Pearson Korelasyon testi uygulanmıştır. Kadın ve erkek örneklem gruplarına ait test skorları arasında farka ise bağımsız gruplarda T-test uygulanarak bakılmıştır. Anlamlılık düzeyi p<0.05 olarak kabul edilmiştir. Elde edilen sonuçlara bakıldığında ise çeviklik t-test sonuçları ile 5 m (r=.741; p<0.01) ve 10 m (r=.806; p<0.01) hızlanma süreleri arasında yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Kadın ve erkek bireyler arasında çeviklik T-test, 5 m ve 10 m hızlanma süreleri arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Elde edilen sonuçlara göre tenis branşında hız özelliğinin geliştirilmesi, çeviklik performansın geliştirilmesine yüksek düzeyde katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Uygulama açısından bakıldığında ise hızlanma özelliğini geliştirici antrenman uygulamalarının kullanılması, kadın ve erkek sporcular ile çalışılırken iki grup arasındaki farklılıkların göz önünde bulundurulması ve buna göre antrene edilmesi önerilmektedir.

Anahtar kelimeler: Tenis, Çeviklik, Hızlanma, Yön Değiştirme

An Investigation of the Relationship between Agility and 5-10m Speed Performance Parameters in Recreational Tennis Players

In the structure of a tennis match, some movements—like speeding up, slowing down, and changing direction across brief distances—are performed rather frequently at very short intervals. When moving at various angles and directions, the acceleration feature is more prominent. The purpose of this study was to look at the association between short distance (5 and 10 m) sprint performance and agility test performance in men and women who play tennis three days a week, and to see if there were any differences in 5-10 m sprint and agility performance based on gender. The study's research population included 10 male and 10 female students, with a combined average age of 21.01.5 (years) (Height: 167.9±8.6 cm; Body Weight: 66.1±9.4 kg), who attended the Faculty of Sports Sciences and frequently played tennis at least three days a week. The acceleration function was tested using the 5m and 10m speed tests, while the agility feature was evaluated using the agility T-Test. The Shapiro-Wilk test was used to determine whether the obtained data had a normal distribution. The Pearson Correlation test was used to examine the level of association between Agility T-test results and 5m and 10m sprint performance. The T-test was used to compare the test scores of the sample groups of males and females. When the findings are evaluated, it is discovered that there is a highly significant association between the agility t-test results and the acceleration times of 5m (r=.741; p<0.01) and 10m (r=.806; p<0.01). There is a substantial difference between men and women in the agility T-test, 5 m and 10 m acceleration timings. According to the findings, it is anticipated that the development of the speed feature in the tennis branch will support in the development of agility performance. When working with female and male athletes, it is recommended to employ training approaches that increase acceleration, to consider the distinctions between the two groups, and to train accordingly.

Key Word: Tennis, Agility, Acceleration, Change of Direction

PB09

Kız Sporcularda Algılanan Sosyal Desteğin Temel Psikolojik İhtiyaçların Karşlanması Üzerine Etkisi

Ayşegül ERİM

Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul

Giriş ve Amaç: Temel psikolojik ihtiyaçların doyurulması bireyin gelişimi, sosyalleşmesi ve sağlığı açısından oldukça önemlidir. Bireyin, içinde bulunduğu çevrenin desteğini hissetmesi yaptığı işte kendini daha rahat hissetmesine ve yeterli ihtiyacı karşılmasına yardımcı olmaktadır. Bireyin bir sosyal çevreye dâhil olması ve sosyal çevresi ile etkileşim halinde olması ilişki ihtiyacı ve verdiği bir kararın sosyal çevresi tarafından desteklenmesi onun özerklik ihtiyacı karşılmasına katkı sağlamaktadır. Bu çalışmanın amacı, kız sporcularda algılanan sosyal desteğin temel psikolojik ihtiyaçların karşlanması üzerindeki etkisinin incelenmesidir. **Yöntem:** Araştırma grubunu 2022 ve 2023 yılında, İstanbul'un farklı ilçelerinde yer alan spor okullarına devam eden 313 kız çocuk oluşturmuştur. Araştırma kapsamındaki katılımcıların yaşları 7-14 yaş arasında değişmekte olup yaş ortalamaları 11.53 'dür. Verilerin bir kısmı yüz yüze, bir kısmı ise internet ortamında oluşturulan Google Formlar üzerinden çevrimiçi anket aracılığıyla toplanmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak; araştırmacı tarafından geliştirilen "Kişisel Bilgi Formu"; Zimet ve ark. (1988) tarafından geliştirilmiş ve Eker ve Arkar (1995) tarafından Türkçe uyarlaması yapılmış "Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği" ve Deci ve Ryan (2000) tarafından geliştirilen ve Kesici, Üre, Bozgeyikli ve Sünbül (2003) tarafından Türkçeye uyarlanan "Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği" kullanılmıştır. Elde edilen verilerin basıklık çarpıklık dağılımlarına bakıldığında verilerin normal dağılım göstermediği gözlemlenmiştir ve bu nedenle parametrik olmayan testlerden Spearman Katsayısı kullanılmıştır. **Bulgular:** Araştırmadan elde edilen bulgular doğrultusunda, Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği'nden ve Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği'nden alınan toplam puanlar arasındaki korelasyon katsayısı 0.01 düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Ayrıca, iki ölçeğin alt boyutlarında Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeğinin "özerklik" alt boyutu ile Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeğinin "özel kişi" alt boyutu hariç diğer alt boyutların anlamlı bir ilişki içinde olduğu tespit edilmiştir. **Sonuç:** Kız sporcuların sosyal çevreleri tarafından desteklenmesi, temel psikolojik ihtiyaçlarını karşılama üzerinde anlamlı bir etkiye sahiptir. Ayrıca, çalışma sonunda kız sporcuların aile ve arkadaş desteği almasının Temel Psikolojik İhtiyaçlardan yeterli ve aidiyet alt boyutlarını karşılması üzerindeki etkisi belirlenmiştir. **Öneriler:** Kız sporcuların temel psikolojik ihtiyaçlarını karşılama için sosyal çevreleri tarafından algılanan desteğin önemi hakkında, sporcuların ailelerine, arkadaşlarına ve antrenörlerine yönelik bilgilendirmeler yapılabilir. Aynı zamanda seminer, çalıştay, eğitim gibi programlar düzenlenerek ilgili kişilerde bu konuda kazanım sağlanabilir.

Anahtar Sözcükler: Algılanan sosyal destek, sosyal destek, temel psikolojik ihtiyaçlar, özerklik, yeterli, aidiyet

The Effect of Perceived Social Support on Meeting Basic Psychological Needs in Female Athletes

Introduction and Aim: Satisfying the basic psychological needs is very important for the development, socialization and health of the individual. Feeling the support of the environment helps the individual to feel more comfortable in his work and to meet his need for competence. Being included in a social environment and interacting with the social environment contributes to the need for relationship and the support of a decision made by the social environment contributes to meeting his need for autonomy. The aim of this study is to examine the effect of perceived social support on meeting basic psychological needs in female athletes. **Method:** The research group consisted of 313 girls attending sports schools in different districts of Istanbul in 2022 and 2023. The ages of the participants within the scope of the research vary between 7-14 years and the average age is 11.53. Some of the data was collected face-to-face, and some of the data was collected through an online survey via Google Forms created on the internet. As a data collection tool in the research; "Personal Information Form" developed by the researcher; "Multidimensional Scale of Perceived Social Support" developed by Zimet et al. (1988) and adapted into Turkish by Eker and Arkar (1995), "Basic Psychological Needs Scale" developed by Deci and Ryan (2000) and adapted into Turkish by Kesici, Üre, Bozgeyikli, and Sünbül (2003) was used. When the kurtosis and skewness distributions of the obtained data were examined, it was observed that the data did not show a normal distribution, and therefore Spearman Coefficient one of the non-parametric tests was used. **Results:** In line with the findings obtained from the study, the correlation coefficient between the total scores from the Basic Psychological Needs Scale and the Multidimensional Scale of Perceived Social Support was found to be significant at the 0.01 level. In addition, in the sub-dimensions of the two scales, it was determined that there was a significant relationship between the "autonomy" sub-dimension of the Basic Psychological Needs Scale and the "special person" sub-dimension of the Multidimensional Perceived Social Support Scale, except

for the other sub-dimensions. **Conclusion:** Support of female athletes by their social environment has a significant effect on meeting their basic psychological needs. In addition, at the end of the study, the effect of the support of family and friends of female athletes on meeting the sub-dimensions of competence and belonging, which is one of the Basic Psychological Needs, was determined. **Recommendations:** Information can be given to the families, friends and trainers of the athletes about the importance of the support perceived by their social environment in order to meet the basic psychological needs of female athletes. At the same time, programs such as seminars, workshops, and training can be organized and gains can be made in this regard.

Keywords: Perceived social support, social support, basic psychological needs, autonomy, competence, belonging

PB10

Spor Lisesi Öğrencilerinin Antrenörlük ve Beden Eğitimi Öğretmenliği Mesleklerine Karşı Tutumlarının İncelenmesi

Muhammed Usame GÜRSES, İsmail Emre DENİZ, Özkan IŞIK

Balıkesir Üniversitesi, Balıkesir

Amaç: Bu araştırmanın amacı spor lisesi öğrencilerinin antrenörlük ve beden eğitimi öğretmenliği mesleklerine karşı tutumlarının incelenmesidir. **Yöntem:** Tarama modeli kullanılarak yapılan araştırmaya spor liselerinde öğrenim gören öğrenciler katılmıştır. Örneklemi ise söz konusu evren içerisinde kolayda örnekleme yöntemiyle seçilen 187'si kadın, 214'ü erkek toplam 401 spor lisesi öğrencisi oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak "Kişisel Bilgi Formu" ve "Antrenörlük Mesleğine Yönelik Tutum Ölçeği" ve "Ortaöğretim Beden Eğitimi Öğretmenlik Mesleğine Yönelik Tutum Ölçeği" kullanılmıştır. Veriler tanımlayıcı istatistikler, Mann Whithney U Testi, Kruskall Wallis ve Spearman korelasyon analizi kullanılarak çözümlenmiştir. **Bulgular:** Araştırma bulgularına bakıldığında antrenörlük mesleğine ve beden eğitimi öğretmenliği mesleğine yönelik tutumlarında cinsiyete göre anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Okudukları sınıflara bakıldığında ise, beden eğitimi öğretmenliği mesleğine yönelik tutumlarında anlamlı farklılık tespit edilmemesine karşın antrenörlük mesleğine yönelik tutumlarında anlamlı farklılıklar (9. Sınıf-10. Sınıf ve 10. Sınıf-12. Sınıf arasında) tespit edilmiştir. Ek olarak antrenörlük mesleğine yönelik tutum ile beden eğitimi mesleğine yönelik tutum arasında düşük düzeyde ($r=0.27$) pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. **Sonuç:** Spor lisesi öğrencilerinin antrenörlük mesleğine yönelik tutumları okudukları sınıflara göre farklılık göstermektedir. **Öneriler:** Gelecek çalışmalar daha geniş örneklem grupları üzerinde yürütülebilir. Spor lisesi öğrencileri ile spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin antrenörlük ve beden eğitimi öğretmenliği mesleklerine yönelik tutum ölçeği düzeyleri karşılaştırılabilir.

Anahtar Kelimeler: Antrenörlük, beden eğitimi, meslek, tutum, spor lisesi

Investigating Sports High School Students' Attitudes Towards Coaching and Physical Education Teaching Professions

Purpose: The purpose of this research was to examine the attitudes of sports high school students towards the professions of coaching and physical education teaching. **Method:** Students studying at sports high schools participated in the research, which was carried out using survey model. The sample consisted of 401 sports high school students, 187 female and 214 males, selected by convenience sampling method from this universe. "Personal Information Form", "Attitude Scale towards Coaching Profession" and "Attitude Scale towards Secondary Education Physical Education Teaching Profession" were used as data collection tools. The data were analyzed using descriptive statistics, Mann Whitney U Test, Kruskal Wallis and Spearman correlation analysis. **Findings:** Considering the research findings, no significant difference was determined in attitudes towards the profession of coaching and physical education teaching according to gender. Considering the grade level, although no significant difference was determined in their attitudes towards the physical education teaching profession, it was found in their attitudes towards the coaching profession (Between 9th-10th Grade and 10th-12th Grade). In addition, a low-level positive significant relationship ($r=0.27$) was found between the attitude towards the coaching profession and the attitude towards the physical education teaching profession. **Conclusion:** Attitudes of sports high school students towards the profession of coaching differed according to grade level. **Suggestions:** Future studies may be carried out on larger sample groups. Attitude levels of sports high school students and sports sciences faculty students towards coaching and physical education teaching professions can be compared.

Keywords: Attitude, coaching, physical education, profession, sports high school