III. Ulusal Futbol ve Bilim Kongresi

III. ULUSAL FUTBOL ve BİLİM KONGRESİ

9-11 OCAK 2009

www.futbolbilim.org



BİLDİRİ KİTABI

ANKARA ÜNİVERSİTESİ 1946

TFF
Türkiye Futbol Federasyonu

orta saha oyuncuları: 5.35±1.14; forvet oyuncuları: 5.44±1.75) ve ekto-mezomorf (do: 2.09-3.56-3.36; oso: 2.41-3.69-2.94; fo: 2.42-3.87-2.87) özelliklere sahip olduklarını göstermiştir. Ayrıca fiziksel anaerobik performans değerlendirme sonucunda; defans oyuncularında wingate anaerobik güç, 712.6±1317 watt; anaerobik kapasite 549.9±88 watt, relatif anaerobik güç 10.9±1.2 W.kg^{-1}; relatif anaerobik kapasite, 8.4±0.7 W.kg^{-1}; aktif sıçrama, 39.6±3.8cm; skuat sıçrama, 35.9±3.7cm; 10m, 1.7±0.1sn; 30m, 4.2±0.2sn; ve HÜFA 10.5±0.3sn olarak, orta saha oyuncularında wingate anaerobik güç, 692.5±80.7 watt; anaerobik kapasite, 536.1±49.9watt, relatif anaerobik kapasite, 8.5±0.3W.kg^{-1}; relatif anaerobik güç, 11.0±1.0watt; aktif sıçrama, 38.2±2.9; skuat sıçrama, 34.2±2.2; 10m, 1.6±0.3; 30m, 4.2±0.1; ve HÜFA 10.5±0.3 olarak bulunurken; forvet oyuncularında wingate anaerobik güç, 691.7±107.1; anaerobik kapasite 528.8±90.5; relatif anaerobik güç 10.8±0.9; relatif anaerobik kapasite, 8.2±0.9; aktif sıçrama, 39.2±6.8; skuat sıçrama, 35.1±4.8; 10m, 1.7±0.1sn; 30m, 4.2±0.1; ve HÜFA 10.6±0.5 olarak bulunmuştur. Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçları futbolcuların mevkilere göre elde edilen değerlerinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p>0.05$). Sonuç olarak yapılan maç analizleri futbolcuların 90 dk.lık bir maç içerisinde oyuncuların yaklaşık 1000-1400 civarında farklı hareketi oynadıkları mevkilere göre farklı sıklıklarda yaptıklarını göstermesine rağmen yapılan istatistiksel analizler sonucunda mevkiler arasında bir farklılık çıkmaması, oyuncuların oynadıkları mevkilerin gereksinimleri doğrultusunda antrene edilmediğini düşündürmektedir.

Anahtar Kelimeler: Fiziksel Uygunluk Özellikler, Somatotip, Futbolcular

P16

SEZON ÖNCESİ HAZIRLIK ÇALIŞMALARININ BİR SÜPER LİG TAKIMININ SEÇİLMİŞ FİZİKSEL VE FİZYOLOJİK ÖZELLİKLERİNE ETKİLERİ

Cem Sinan ASLAN, Mahmut KARAKOLLUKÇU

Cumhuriyet Üniversitesi BESYO, Sivas

Bu çalışma; Türkiye Süper Ligi'nde yer alan bir futbol takımında, sezon öncesi hazırlık antrenmanlarının oyuncuların seçilmiş fiziksel ve fizyolojik özellikleri üzerine etkilerini belirlemeyi hedeflemiştir.

İlk ölçümlerde 29 futbolcu yer almasına karşın, hazırlık kampı sonunda 14 oyuncunun başka takımlara transfer olmalarından dolayı çalışma ilk ölçümlerde de yer alan 15 futbolcu ile tamamlanmıştır. Katılımcıların fiziksel ve fizyolojik özelliklerini belirlemek için yaş, boy, vücut ağırlığı, bacak kuvveti, dikey sıçrama, esneklik ve anaerobik güç değerleri, beden kitle endeksi, vücut yağ yüzdesi ve kütlesi ile yağsız vücut kütlesi ve vücut sıvı toplamları tespit edilmiş ve hazırlık evresi öncesinde ve sonrasında gerçekleştirilen iki ölçümden elde edilen her bir fiziksel ve fizyolojik değişken ($p<0.05$) anlamlılık seviyesinde, Wilcoxon eşleştirilmiş iki örnek testi ile istatistiksel olarak karşılaştırılmıştır.

Sonuç olarak; iki ölçümden elde edilen verilerin karşılaştırılmasına göre, vücut ağırlığı, bacak kuvveti, anaerobik güç ve beden kitle indeksi açısından iki ölçüm arasında farklılık istatistiksel olarak anlamsızken ($p>0.05$), dikey sıçrama, esneklik, vücut yağ yüzdesi ve kütlesi, yağsız vücut kütlesi ve vücut sıvı toplamı değerlerinde iki ölçüm arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlıdır ($p<0.05$).

Anahtar Kelimeler: Süper Lig, Hazırlık Sezonu, Bacak Kuvveti, Dikey Sıçrama, Esneklik, Anaerobik Güç

P17

TÜRKİYE ÜNİVERSİTELERARASI SALON FUTBOLU ŞAMPİYONASINA KATILAN FUTBOLCULARIN DENETİM ODAĞI AÇISINDAN DEĞERLENDİRİLMESİ

Veysel KÜÇÜK[1], Ali KIZILET[1], Kamil ERDEM[1], M. Mustafa YORULMAZLAR[1], Yalçın TAŞMEKTEPLİGİL[2]

[1]Marmara Üniversitesi Beden Eğitimi Spor Yüksekokulu
[2]Ondokuz Mayıs Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

Futbol içerisinde risk,dinamizm,heyecan, güç ve seyir zevki olan bir spor branşı olma, binlerce hatta on binlerce kişiyi aynı anda aynı alana toplama ve seyretme imkanı sunmasından dolayı, günümüzün kitleselleşmiş önemli spor dallarından biridir.Bu özellikleri açısından futbolda başarı; temel motorik ve fizyolojik özellikler kadar psikolojik faktörlere bağlı olarak elde edilmektedir.

Bireylerin davranışları ve bu davranışların sonuçlarının birey tarafından nasıl algılandığına ilişkin bir kavram olan "Denetim Odağı" son yıllarda sosyal psikolojide bir kişilik özelliği olarak dikkati çekmektedir.Bazı insanlar günlük hayat olayları karşısında olayların kendi denetimleri altında olduğuna, duruma egemen olduklarına inanırken,bazıları da bunun tam tersini düşünürler.(Bilgin.N.1988)Rottar, olayların kendi denetimleri altında olduğuna inananlar ve inanmayanlar olmak üzere bu iki tip insanı ayırt etmiş, bu gücün kaynaklandığı yere de "Denetim Odağı" adını vermiştir.(Rotter,JB.1954)

Araştırmamızın amacı; 2007-2008 öğretim yılı üniversitelerarası salon futbol şampiyonasına katılan futbolcuların denetim odağı açısından iç-dış denetim yönelimlerini tespit etmektir.Araştırmaya altı farklı üniversiteden gönüllü olarak 74 sporcu katılmıştır.Deneklere ölçme aracı hakkında verilerek Rotter İç-Dış Kontrol Odağı Ölçeği (RİDKOÖ) uygulanmıştır.Elde edilen veriler SPSS 10.0 istatistik paket programıyla frekans ve yüzde değerleri ile değişkenler açısından denetim odağını etkileyen faktörler tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Futbolcu, Denetim Odağı

P18

BAYAN SPORCULARDA ÖN ÇAPRAZ BAĞ YARALANMALARINI ÖNLEYİCİ ANTRENMAN PROGRAMININ ÖN ÇAPRAZ BAĞ YARALANMALARININ SIKLIĞINI AZALTMAYA OLAN ETKİSİ

Atakan ÇAĞLAYAN[2], Mustafa KARAHAN[1], Kamil ERDEM[1]

[1]Marmara Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu
[2]Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü

Çalışmamızın amacı, bayan sporcularda anatomik, hormonal ve kassal farklılıklardan dolayı daha sık meydana geldiği düşünülen temassız ön çapraz bağ (öçb) yaralanmalarını, nöromusküler, propriyosepsiyon, esneklik çalışmaları içeren