

GENÇ FUTBOLCULARIN BAZI MOTORİK ÖZELLİKLERİ ÜZERİNDE BAĞIL YAŞ ETKİSİ

Halit EGESÖY

Eylem ÇELİK

Osman GÖDE

Hayrettin GÜMÜŞDAĞ

Futbolda başarı için sporcuların motorik özelliklerinin gelişmiş olması gerekmektedir (Stolen vd., 2005). Başarılı bir maçın sonucu daha çok teknik ve taktik seviyesi ile belirlenirken, bununla birlikte, yüksek yoğunlukta atletik performans elit düzeydeki performansa katkıda bulunmaktadır (Mohr vd., 2008). Günümüzde erken yaşlarda spora yönelim ve elit sporda başarının giderek daha genç yaşlarda elde edilmesi, uzun yıllar antrenman yapılmasını ve çocukların daha iyi performans göstermelerini zorunlu kılmıştır. Puberte döneminde özellikle erkeklerde 13 yaş civarında androjen salgısında artma ile birlikte motorik özellikler olan kuvvet, dayanıklılık ve sürat gibi özelliklerin antrenmanlarla birlikte gelişim göstermesi hızlanarak artmaktadır (İşleğen vd., 1989).

Çocukların motorik özellikleri üzerinde bağıl yaşın oldukça önemli bir etkiye sahip olduğu yapılan çalışmalarla ortaya konmuştur. Çocukların aynı yılda doğmuş olsa bile hangi ayda doğduğunun önem ve etkisi, Bağıl Yaş Etkisi (BYE) kavramını ortaya çıkarmıştır. Aynı yılda erken doğma avantajı ise “Bağıl Yaş Etkisi” veya “Doğum Tarihi Etkisi” olarak isimlendirilmektedir (Vincent ve Glamser, 2006; Mülazımoğlu vd., 2013). Akademik eğitim kategorileri pek çok ülkede olduğu gibi ülkemizde de kronolojik yaş olarak da ifade edilen takvim yaşına göre düzenlenmektedir. Çoğu spor branşında olduğu gibi futbol eğitimi ve yarışma kategorileri de kronolojik yaş dikkate alınarak organize edilmektedir. Kronolojik yaş ya da takvim yaşı kişinin doğduğu tarih ile mevcut an arasındaki süreyi ifade etmektedir. Fakat çocuk ve gençlerde fiziksel ve biyolojik değişim ve gelişimler incelendiğinde aynı yaş (yıl) aralığında olanlarda çok daha belirgin olmakla birlikte, kronolojik yaşları (ay ve gün) aynı olanlarda dahi çok önemli fiziksel, psikolojik ve zihinsel farklar olabilmektedir (Malina,2004; Deprez vd., 2013).

Son yıllarda spor alanında bu konuda yapılan çalışmalar biyolojik olgunlaşması erken olanların seçilme düzeylerinin yüksek olduğunu ortaya koymaktadır. Erken biyolojik olgunlaşmanın, yılın ilk aylarında doğanlarda daha yüksek oran-

Kaynaklar

- Bayraktar, I. (2013). Elit boksörlerin çeviklik, sürat, reaksiyon ve dikey sıçrama yetileri arasındaki ilişkiler. *Akademik Bakış Dergisi*. ISSN:1694-528X (35)1-8.
- Deprez, D., Coutts, A. J., Franssen, J., Deconinck, F., Lenoir, R., Vaeyens, R., & Philippaerts, R. (2013, Oct). Relative age, biological maturation and anaerobic characteristics in elite youth soccer players. *International Journal of Sports Medicine*, 34(10), 897-903.
- Hazır T, Mahir Ö F, Açıkada C (2010). Genç futbolcularda çeviklik ile vücut kompozisyonu ve anaerobik güç arasındaki ilişki. *Hacettepe Journal of Sport Sciences*, 21(4), 146-153.
- Helsen, W. F., Winckel, J. V., & Williams, A. M. (2005, Haziran). The relative age effect in youth soccer across Europe. *Journal of Sports Sciences*, 23(6), 629-636.
- İşleğen, Ç. (1989). 12-14 Yaş ve 15-17 Yaş Futbol Takımlarının Bazı Fonksiyonel Parametrelerinin Kontrol Grubu ile Karşılaştırılması. *Spor Hekimliği Dergisi*, 23(1), 9- 15.
- Kamiloğlu, D. (2013). Spor yapan çocukların bazı antropometrik ve fiziksel parametrelerinin norm değerlerinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Kırıkkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kırıkkale.
- Karasar, N. (1994). Bilimsel araştırma yöntemi (5.bas.). Ankara: Nobel Yayınları.
- Malina RM, Eisenmann JC, Cumming SP, et al. Maturity associated variation in the growth and functional capacities of youth football (soccer) players 13-15 years. *Eur J Appl Physiol*. 2004;91(5-6):555-62.
- Mohr, M., vd., (2008). Match Activities Of Elite Women Soccer Players at Different Performance Levels. *J Strength Cond Res* 22: 341-349
- Mülazımoğlu, O., Cihan, H., Erdoğan, M., Şirin, E. F., (2013). Türkiye' deki Bazı Futbol Kulüplerinin Profesyonel ve Altyapı Takımlarında Bağlı Yaş Etkisi. 11, 105-111.
- Myburgh GK, Cumming SP, Silva MC, et al. Maturity associated variation in functional characteristics of elite youth tennis players. *Pediatr Exerc Sci*. 2016;28(4): 542-52
- Özkara A: Futbolda Testler. Ankara, İlksan Matbaacılık, 2002.
- Roberts SJ, Boddy LM, Fairclough SJ ve Stratton G. (2012). The Influence of Relative Age Effects on the Cardiorespiratory Fitness Levels of Children Age 9 to 10 and 11 to 12 Years of Age. *Pediatric Exercise Science*, 24, 72-83.
- Skorski, S., Skorski, S., Faude, O., Hammes, D., & Meyer, T. (2015, Aug 26). The relative age effect in german elite youth soccer: Implications for a successful career. *Int J Sports Physiol Perform* 11(3), 370-376.
- Stolen, T., vd., (2005). Physiology of Soccer: An Update. *Sports Med* 35: 501-536.
- Tamer, K. (1991). Sporda fiziksel-fizyolojik performansın ölçülmesi ve değerlendirilmesi (2. Baskı). Ankara: Gökçe Ofset Matbaacılık.
- Vincent J. ve Glamser FD. (2006), Gender differences in the relative age effect among US Olympic Development Program youth soccer players. *Journal of Sports Sciences*, April; 24(4): 405-413.
- Ziyagil, M. A., Zorba, E., Bozatlı, S., & İmamoğlu, O. (1999). 6-14 yaş grubu çocuklarda yaş, cinsiyet ve spor yapma alışkanlığının sürat ve anaerobik güce etkisi. *BESBD*, 3(3), 9-18.
- Zorba E: Herkes için Spor ve Fiziksel Uygunluk. Ankara, GSGM Eğitim Dairesi Yayınları, 1999.