

ERKEK YÜZÜCÜLERDE YÜZME PERFORMANSINA ETKİ EDEN BAZI ANTROPOMETRİK DEĞİŞKENLERİN İNCELENMESİ

Emin ÖZTOP*, Halit EGESOY*

**Pamukkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi*

ÖZET

Bu araştırma, erkek yüzücülerde bazı antropometrik özelliklerin 50 m serbest yüzme performanslarına etkilerinin belirlenmesi amacıyla yapılmıştır. Bu çalışmaya, yaşları 14-17 yaş arasında olan toplam 18 erkek sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmaya katılan sporcuların ortalama yaşları 15.41 ± 1.08 yıl, boy 1.71 ± 4.97 cm, vücut ağırlığı 63.7 ± 4.96 kg. ve spor yaşı 2.2 ± 1.87 yıl olarak bulunmuştur. Sporcuların boy, vücut ağırlığı, el, kol, kulaç, bacak, ayak uzunluğu, omuz genişliği, bel çevresi ölçümleri ve tüm stillerdeki 50 m yüzme dereceleri ile ilgili veriler toplandı. Verilerin istatistiksel analizi için SPSS 23.0 istatistik programı kullanıldı, Pearson korelasyon analizi ile değerlendirildi ve anlamlılık düzeyi olarak $p < 0,05$ değeri alındı. Elde edilen sonuçlara bağlı olarak bazı antropometrik değişkenler (vücut ağırlığı, oturma boyu, bideltoid çap, göğüs genişliği, radius uzunluğu, ön kol çevresi, baldır çevresi, fleksiyonda ve ekstansiyonda biceps çevresi) ile yüzme propalsif kuvvet değerleri arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur ($p < 0.05$). Serbest ve kurbağalama yüzme dereceleri ile bazı antropometrik değişkenler (boy, oturma boyu, biakromial çap, kol açıklığı, tibia uzunluğu) arasında anlamlı ilişkiler gözlenirken aynı zamanda, yüzme dereceleri ile propalsif kuvvet değerleri arasında da anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir ($p < 0.05$),

Anahtar Kelimeler: Yüzme, sporcu, performans, antropometri

ceği performans üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğu söylenebilir. Antrenörler sporcularının kapasitelerini belirleyip, elde edilen verilere göre uygun bireysel bir antrenman programı hazırlayarak sporcularının performanslarında artış sağlayabilirler. Sporcuların yüzme ile ilişkili olduğu tespit edilen antropometrik değerlerinin geliştirilmesinin ya da istenilen performansın ortaya koyulabilmesi için gerekli antropometrik özelliklere sahip olan sporcuların seçilmesinin yüzmede başarıyı arttırıcı bir etmen olduğu söylenebilir.

KAYNAKÇA

1. -Açıkkada,C.,Demirel,H.(1993) ‘ Biyomekanik ve hareket bilgisi, Anadolu Üniversitesi,AÖF Yayın No: 586.
2. Al Hazzaa,H.M.(1991) ‘ Antropometric characteristics of young male swimmers’ 2.nd IOC World Congress on Sport Sciences,Barcelona;261.
3. Costill,D.L.,Maglischo,E.W.,Richardson,A.B.(1992) ‘Handbook of sports medicine and science swimming,Oxford: Blackwell Scientific Publication.
4. Elliott,B., Ackland, T.R.,Blanskloy,B.A.,Bloomfield,J.(1990) ‘A prospective study of physiological and kinantropometric indicators of junior tennis performance’ Australian jour.of sci. and med. in sport; 22(4),87-92.
5. Faira,I.E.,Faira,E.W.(1989) ‘ Relationship of the antropometric and physical characteristics of male junior gymnasts to performance’ journal of sport medicine and physical fitness,29(4),369-379.
6. Haywood,K.M.,Clarck,B.A.,Mayhew,J.L.(1986) ‘ Differential effects of age group gymnastics and swimming on body composition, strength and flexibility’ journal of sport medicine,26,416-420.
7. Martínez. S.. Pasquarelli. B. N.. Romaguera. D.. Arasa. C.. Tauler. P.. & Aguiló. A. (2011). Anthropometric characteristics and nutritional profile of young amateur swimmers. The Journal of Strength & Conditioning Research. 25(4). 1126-1133.
8. Mei,X.(1989) ‘ The influence of antropometric measurements and physical qualities on short distance swimming performance’ sport sciences,9(4),21-24.
9. Morrow,J.R.,Dısch,J.G.,Ward,P.E.,Donovan,T.J.,Katch,F.I.,Katch,V.L.,Wıtman,A.L.,Tellez, T.(1982) ‘Antropometric measurements, strength and performance characteristics of American World class Throwers’ journal of sport medicine,22,73-79.
10. Özer,K.(1993) ‘ Antropometri-sporla morfolojik planlama, İstanbul Kazancı Matbaacılık Yayınları
11. Tamer,K.(1991) ‘ Fiziksel performansın ölçülmesi ve değerlendirilmesi’ Ankara, Gökçe ofset matbaacılık.
12. Yüksek, S., Hatipoğlu, Ö., Ayan, V., Ölmez, C. (2017). 9-12 Yaş Yüzücülerde 50 Metre Sürat Koşusu İle 25 Metre Serbest Stil Yüzme Performansları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Türkiye Klinikleri, 9(2), 57-64.
13. Walters,N.J.,Ison,J.,Michaels,O.,Syed,S.(1991) ‘ Body composition and marathon running performance’ 2.nd IOC World Congress of Sport Sciences.Baecaona; 243-244.
14. Zuniga, J., Housh, T. J., Mielke, M., Hendrix, C. R., Camic, C. L., Johnson, G. O., ... & Schmidt, R. J. (2011). Gender comparisons of anthropometric characteristics of young sprint swimmers. The Journal of Strength & Conditioning Research, 25(1), 103-108.