

**FUTBOLDA DAR ALAN OYUNLARI:
OYUN ALANI BOYUTLARININ TEKNİK
PARAMETRELERE ETKİSİ**

Editör

Samet AKTAŞ

Yazar

Faruk GÜVEN

© Copyright 2019

Bu kitabın, basım, yayın ve satış hakları Akademisyen Kitabevi A.Ş.'ne aittir. Anılan kuruluşun izni alınmadan kitabın tümü ya da bölümleri mekanik, elektronik, fotokopi, manyetik kağıt ve/veya başka yöntemlerle çoğaltılamaz, basılamaz, dağıtılamaz. Tablo, şekil ve grafikler izin alınmadan, ticari amaçlı kullanılamaz. Bu kitap T.C. Kültür Bakanlığı bandrolü ile satılmaktadır.

Bu çalışma danışmanlığını Doç. Dr. Nurtekin ERKMEN'in yaptığı yazarlığını Faruk GÜVEN'in yaptığı Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsünde kabul görülen (20149 yüksek lisans tezinden üretilmiştir

ISBN

978-605-258-753-9

Kitap Adı

Futbolda Dar Alan Oyunları:
Oyun Alanı Boyutlarının Teknik Parametrelere Etkisi

Editör

Samet AKTAŞ

Yazar

Faruk GÜVEN

Yayın Koordinatörü

Yasin Dilmen

Sayfa ve Kapak Tasarımı

Akademisyen Dizgi Ünitesi

Yayıncı Sertifika No

47518

Baskı ve Cilt

Sonçağ Matbaacılık

Bisac Code

SPO040000

DOI

10.37609/akya.1928

GENEL DAĞITIM

Akademisyen Kitabevi A.Ş.

Halk Sokak 5 / A

Yenişehir / Ankara

Tel: 0312 431 16 33

siparis@akademisyen.com

www.akademisyen.com

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ	1
1. GİRİŞ	3
1.1. Teknik Kavramı.....	4
1.2. Futbolda Teknik.....	5
1.2.1. Futbolda Teknik Verimi Etkileyen Faktörler	6
1.2.2. Futbolda Teknik Yetersizlik	6
1.2.3. Futbolda Teknik Yetersizliğin Etkileri.....	7
1.3. Teknik Öğretiminde Dikkat Edilecek Noktalar.....	7
1.3.1. Vücut Tekniği (Topsuz Hareketler).....	8
1.3.2. Koşma ve Yön Değiştirme	9
1.3.3. Atlama.....	9
1.3.4. Vücut Çalımını	10
1.3.5. Top Tekniği (Topla Olan Hareketler).....	10
1.3.6. Vuruşlar	10
1.3.7. Kontroller	12
1.3.8. Top Sürme (Dripling)	13
1.3.9. Pas Tekniği.....	14
1.3.10. Çalım.....	14
1.3.11. Taktik	15
1.4. Maç Analizi ve Gözlem.....	17
1.5. Maç Analizi ve Gözlemin Tarihsel Gelişimi	18
1.6. Maç Analizi ve Gözlemin Önemi.....	18
1.7. Maç Analizi ve Gözlemin Faydaları	19
1.8. Maç Analizi ve Gözlemin Olumsuz Yönleri.....	20
1.9. Antrenman Biliminde Maç Analizinin Yeri.....	20
1.10. Futbolda Maç Analizi ve Gözlem	21

İçindekiler

2. GEREÇ ve YÖNTEM.....	23
2.1. Denekler.....	23
2.2. Yo-Yo Aralıklı Toparlanma Testi	23
2.3. Dar Alan Oyununun Uygulanması.....	24
2.3.1. Dar Alan Oyunlarının Analizi.....	24
2.4. Verilerin Analizi	25
3. BULGULAR.....	27
4. TARTIŞMA.....	43
SONUÇ ve ÖNERİLER	47
EKLER	53
ÖZGEÇMİŞ.....	55

ÖNSÖZ

Futbol takımlarının maç hazırlığı için kendi ve rakip takımın maçını analiz etmesi günden güne profesyonel futbol kulüplerinin antrenman ve rekabetçi aktivitelerinde çok önem kazanmıştır. Futbolda maç analizi ya da oyuncuların değerlendirilmesi konusu antrenörler açısından çok önemlidir. Hem değerlendirmede hem de taktik çalışmalarındaki hataların asgariye indirilmesi, futbolcuların ve takımların performansının takibi için maç analizi yapılması ihtiyacı büyük önem taşımaktadır. Futbolda çok sayıda yetinin geliştirilmesi zorunluluğu antrenman sayılarının sürelerinin artmasına neden olmakta ve sporcuların antrenman dışı (dinlenme sosyal yaşam vb) etkinliklere zaman ayıramamasına neden olmaktadır.

Diğer taraftan antrenmanların spor branşına özgü olarak planlanması branşa özel gelişimi attıracaktır. Bu nedenle antrenmanlarda dar alan oyunlarının uygulanması ile aynı çalışmada birden fazla antrenman ögesinin çalışılması mümkün olmaktadır. Ancak dar alan oyunlarının uygulanması sırasında saha ölçülerinin ve oyuncu sayılarının değişiminde standart uygulamalar olmadığı için farklı saha ölçülerinin kullanılacağı bu araştırmada elde edilecek veriler yardımıyla oyunlar sırasında gerçekleşen teknik aksiyonların tespit edilmesi sağlanabilecektir. Böylece antrenörlere çalışmalarının özelliğine daha uygun saha ölçülerinin tespit edilmesinde yardımcı olacağı için bu araştırma önem taşımaktadır.

Yüksek lisans eğitimime başlamamda ve eğitimim boyunca bilgi ve deneyimlerinden yararlandığım, ölçümlerde ve yazım

*Futbolda Dar Alan Oyunları: Oyun Alanı Boyutlarının Teknik
Parametrelere Etkisi*

aşamasında karşılaştığım problemleri çözmemde bana yardımcı olan kıymetli danışman hocam Doç. Dr. Nurtekin Erkmen'e ve Doç. Dr. Halil Taşkın'a desteklerinden dolayı teşekkür ederim. Lisans ve yüksek lisans eğitimim süresince tecrübeleriyle, gelişim sürecime katkı sağlayan değerli hocalarım Doç. Dr. Turgut Kaplan ve Yrd. Doç. Ahmet Sanioglu'na teşekkür ederim.

KAYNAKLAR

- Açıkada C. Futbolda Oyunun Yapısı, 4. Antrenman Bilimi Kongresi, 28-30 Haziran 2011, Ankara.
- Ayran T. Ofsayt Kuralı ile Ofsayt Kuralı Olmadan Oynanan Futbol Oyunundaki Maç Analizi Sonuçlarının İncelenmesi, Ankara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Ankara, 2006.
- Bakır İ. Türkiye Süper Liginde Mücadele Eden Bir Futbol Takımının İç Saha ve Dış Sahalarda Yaptığı Maçların Analiz Sonuçlarının Karşılaştırılması, Ankara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Ankara, 2007.
- Balyan M, Acar MF. 2000 Avrupa Futbol Şampiyonu Fransa'nın Taktik Açısından Bilgisayar Yardımıyla Analizi, II. Futbol ve Bilim Kongresi, İzmir, 2000.
- Bangsbo J, Iaia FM, Krstrup P. The Yo-Yo intermittent recovery test. *Sports Med Sports Med* 2008; 38 (1): 37-51.
- Başer E. Futbolda Psikoloji ve Başarı, 2. Baskı, Bağırhan Yayınevi Ankara, 1996.
- Başyazıcıoğlu M. Futbolda Teknik Alıştırmalar ve Alan Uygulamaları, Bağırhan Yayınevi, Ankara, 1997.
- Bilanco M, Villasenor A. Castellano J, Hernandez Mendo A. Generalizabilidad de las observaciones de la accion del juego en futbol, *Psicothema* 12 (Suplemento2); 2000;81-6.
- Bompa TO. Antrenman Kuramı ve Yöntemi. Çevirenler; Keskin İ, Taner AB. Bağırhan Yayınevi, 1998; 50-64.
- Capranica L, Tessitore A, Guidetti L, Figura F. Heart rate and match analysis in pre-pubescent soccer players. *Journal of Sports Sciences*, 2001; (19): 379-84.
- Carling C, Williams A.M, Reilly T. *Handbook of Soccer Match Analysis; Systematic Approach to Improving Performance*, London, Raudledge, 2005.
- Çelikbilek S. Türkiye 1.Ligi Hentbol Milli Takımlarının Müsabaka Analizlerinin İncelenmesi, Erciyes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Kayseri, 2006.
- Dellal A, Chamari K, Pintus A, Girard O, Cotte T, Keller D. Heart rate responses during small-sided games and short intermittent running training in elite soccer players: A comparative study. *J Strength Cond Res*, 2008; 22(5):1449-1457.
- Deliceoğlu G. Futbolda Sürat Özelliğinin Bazı Teknik Elementler Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi Ankara Üniversitesi Beden Eğitimi Spor Yüksekokulu Hareket ve Antrenman Bilimleri Yüksek Lisans Tezi, s.2, Ankara, 2000.
- Di Salvo V, Collins A, McNeill B, Cardinale M. Validation of Prozone ®: A new video-based performance analysis system. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 2006; 6(1): 108-19.
- Dindar MD. 2006 Wimbledon Tenis Turnuvası Erkekler Yarı Final ve Final Maçlarında Atılan Servislerin İstatistikî Analizi, Trakya Üniversitesi, Sağlık

Kaynaklar

- Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Edirne, 2008.
- Djackow W. Ver Volkommong der Technik der Sportler, Tm.Und.P. Der Körper Kultur, Beiheft 1, 1973.
- Egesoy H, Bizati, Ö, Şenkibar B, Tavlı H. 2000 Avrupa Futbol Şampiyonası Çeyrek Final, Yarı Final ve Final Maçlarında Kaydedilen Gollerin Analizi, , 2. Futbol ve Bilim Kongresi, s.28, 16–18 Ekim 2001, İzmir, Türkiye.
- Elitsportanalysis. <http://www.elitesportsanalysis.com>, Erişim Tarihi 10.03.2012.
- Espor Dijital. www.espor.com Erişim Tarihi; 10.02.2012.
- Fanchini M, Azzalin A, Castagna C, Schena F, McCall A, Impellizzeri FM. Effect of bout duration on exercise intensity and technical performance of small-sided games in soccer J Strength Cond Res, 2011; 25(2): 453–458.
- Ferah A. Beden Eğitimi ve Spor Liseleri İçin Futbol Teknik Taktik Eğitim ve Öğretim, Güzel Sanatlar Matbaası, İstanbul, 1986.
- Gültekin O, Doğan, M, Apaydın, A, Korkmaz, NH. 1998 Fransa Dünya Kupasında Kaydedilen Gollerin Analizi, Hacettepe Üniversitesi Futbol Bilim ve Teknoloji Dergisi, 1998; (4): 25–8.
- Günay M, Yüce İA. Futbol Antrenmanının Bilimsel Temelleri 2. Baskı Gazi Kitabevi, 2001; 209–12.
- Işık T, Gençer TR. Basketbolda takım performansının teknik analizi: İç saha ve dış saha performanslarının değerlendirilmesi, Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi 2007; 18(3): 101–8.
- Impellizzeri, FM, Marcora, SM, Castagna, C, Reilly, T, Sassi, A, Iaia, FM, Rampinini E. Physiological and performance effects of generic versus specific training in soccer players. Int J Sports Med, 2006; 27: 483–492.
- İşlegen Ç, Arıkan N, Özar A. 2010 Güney Afrika Dünya Kupası Şampiyon Takım İspanyanın Analizi, 2010, <http://www.izmirtufad.org>, Erişim Tarihi 11.12.2011.
- James N. Reader in Performance Analysis of Sport, School of Sport, UWIC, Cardiff, UK. 2009.
- Jones, S and Drust, B. Physiological and technical demands of 4 v 4 and 8 v 8 games in elite youth soccer players. Kinesiol, 2007; 39: 150–156.
- Kalkavan A. Trabzonspor'lu Mink, yıldız ve Genç Futbolcuların Fiziksel ve Fizyolojik Özelliklerinin Karşılaştırılması, Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi, 1999; 1(1): 11-18.
- Karakuş S, Küçük V, Acar M, Çakır İ., Futbolda Taktik, Kütahya, 1996.26.
- Karanfilci M. Futbolda çocuk ve gençlerde teknik ve eğitimi. Futbol Bilim ve Teknoloji Dergisi, 1998; (özel sayı), 17-19.
- Kelly DM, Drust B. The effect of pitch dimensions on heart rate responses and technical demands of small-sided soccer games in elite players. J Sci Med Sports, 2009; 12: 475–479.
- Kızılet A. Futbol ve maç analizi <http://www.izmirtufad.org/images/cda91670ad1c655621e122c60af13a6f.pdf>, 2006, Erişim Tarihi; 10.02.2012.
- Kızılet A. Maç analizi <http://www.izmirtufad.org/images/cda91670ad1c655621e122c60af13a6f.pdf>, 2006, Erişim Tarihi; 10.02.2012.31.

Kaynaklar

- Mallo J, Navarro E. Physical load imposed on soccer players during small-sided training games. *J Sports Med Phys Fitness*, 2008; 48: 166–171.
- Mohr M, Krstrup P, Bangsbo J. Fatigue in soccer: a brief review. *J Sports Sci*, 2005; 23(6): 593–9.
- Muratlı S. Çocuk ve Spor Antrenman Bilimi Yaklaşımıyla, 1. Baskı, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara, 2003.
- Münirğlu S, Deliceoğlu G. Futbol'da Müsabaka Analizi ve Gözlem Teknikleri, Ankara Üniversitesi Basım Evi, Ankara 2008; 24–5.
- Müniroğlu S. Futbolda maç analizi ve gözlemin önemi, 3. Ulusal Futbol ve Bilim Kongresi Bildiri Kitabı, Antalya, 2009;17.34.
- Owen, A, Twist, C, and Ford, P. Small sided games: the physiological and technical effect of altering pitch size and player numbers. *Insight: F.A. Coaches Assoc J*, 2004; 7: 50–53.
- Özkara A. Futbolda Testler, 1.Baskı, İlksan Matbaacılık, Ankara, 2002.
- Prozone. <http://www.prozonesports.com/service-live-performance-analysis.html>, Erişim Tarihi 10.02.2012.36.
- Reilly T, Holmes M. A preliminary Analys of Selected Soccer Skills, *Phycial Education Review*, 1983; 6: 64-71.Reilly T, Bangsbo J, Franks A. Anthropometric and Physiological Predispositions for Elite Soccer, *Journal of Sports Sciences*, 2000; 18: 669-683.
- Reilly T, Gilbourne D. Science and Football: A Review of applied research in the football codes. *Journal of Sports Sciences*, 2003; (21): 693–705.
- Rostgaard T, Iaia FM, Simonsen DS, Bangsbo J. A test to evaluate the physical impact on technical performance in soccer. *J Strength Cond Res*, 2008; 22: 283–292.
- Sayarı G. Teorik Futbol, Ülkemiz Matbaası, Ankara, 2000.
- Sevim Y. Antrenman Bilgisi, Geliştirilmiş Baskı, Gazi Büro Kitabevi, Ankara,1997; 2215.
- Sevim Y. Antrenman Bilgisi, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara, 2002; 237–8.
- Smith N, Handford, C, Priestly, N. Sport analysis in coaching. Department of Exercise and Sport science, Crewe, Algeser Faculty, The Manchester Metropolitan University, Manchester 1996.
- Sönmeymakas A. UEFA Şampiyonlar Liginde Atılan Gollerin Analizi, Trakya Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Edirne, 2008.
- Şentuna M. Voleybolda Maç Analizi Yapılarak Tüm Maça Yönelik Erkek ve Bayan Takımlarında Hücum ve Savunma Performanslarına Yönelik İndekslerin Bulunması, Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi, Ankara, 2002.
- Tütüncü Y. Futbol Bilgi ve Teknikleri, Karınca Matbaacılık, İzmir, 1996.45.
- Türel M. Futbol, Futbolda Taktik, Türkiye Futbol Federasyonu Eğitim Müdürlüğü Yayınları, s.185, 186, İstanbul, 1990. 46.
- Yapıcıoğlu B. 2002 Futbol Dünya Kupasında Latin Ve Avrupa Ekollerinin Bilgisayarlı Maç Analiz Programıyla İncelenmesi, Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İzmir, 2002.