

SPOR BİLİMLERİ IV

Editör

Prof. Dr. Zeynep Filiz DİNÇ



© Copyright 2022

Bu kitabın, basım, yayın ve satış hakları Akademisyen Kitabevi A.Ş.'ne aittir. Amlan 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.

ISBN

978-625-8299-76-2

Kitap Adı

Spor Bilimleri IV

Editör

Prof. Dr. Zeynep Filiz DİNÇ

ORCID iD: 0000-0002-9034-8144

Yayın Koordinatörü

Yasin DİLMEN

Sayfa ve Kapak Tasarımı

Akademisyen Dizgi Ünitesi

Yayıncı Sertifika No

47518

Baskı ve Cilt

Vadi Matbaacılık

Bisac Code

SPO000000

DOI

10.37609/akya.2109

GENEL DAĞITIM

Akademisyen Kitabevi A.Ş.

Halk Sokak 5 / A

Yenişehir / Ankara

Tel: 0312 431 16 33

siparis@akademisyen.com

www.akademisyen.com

ÖN SÖZ

Akademisyen Yayınevi yöneticileri, yaklaşık 30 yıllık yayın tecrübesini, kendi tüzel kişiliklerine aktararak uzun zamandan beri, ticarî faaliyetlerini sürdürmektedir. Anılan süre içinde, başta sağlık ve sosyal bilimler, kültürel ve sanatsal konular dahil 2000'ine aşkın kitabı yayımlamanın gururu içindedir. Uluslararası yayınevi olmanın alt yapısını tamamlayan Akademisyen, Türkçe ve yabancı dillerde yayın yapmanın yanında, küresel bir marka yaratmanın peşindedir.

Bilimsel ve düşünsel çalışmaların kalıcı belgeleri sayılan kitaplar, bilgi kayıt ortamı olarak yüzlerce yılın tanıklarındır. Matbaanın icadıyla varoluşunu sağlam temellere oturtan kitabın geleceği, her ne kadar yeni buluşların yörüngesine taşınmış olsa da, daha uzun süre hayatımızda yer edineceği muhakkaktır.

Akademisyen Yayınevi, kendi adını taşıyan **“Bilimsel Araştırmalar Kitabı”** serisiyle Türkçe ve İngilizce olarak, uluslararası nitelik ve nicelikte, kitap yayımlama sürecini başlatmış bulunmaktadır. Her yıl Mart ve Eylül aylarında gerçekleşecek olan yayımlama süreci, tematik alt başlıklarla devam edecektir. Bu süreci destekleyen tüm hocalarımıza ve arka planda yer alan herkese teşekkür borçluyuz.

Akademisyen Yayınevi A.Ş.

İÇİNDEKİLER

KISIM I ANTRENMAN BİLİMLERİ

Bölüm 1	Oyunculuk Eğitiminde Tabata Protokolünün Uygulanması..... 1 <i>Kerim DÜNDAR</i>
Bölüm 2	Oyunculuk Eğitiminde Egzersiz, Dans ve Müzik Çalışmalarının Performansa Etkileri 15 <i>Kerim DÜNDAR</i>
Bölüm 3	Covid-19 Salgını Döneminde Egzersizin Faydaları.....29 <i>Dilek SEVİMLİ</i> <i>Fatoş Yağmur ERBAŞI</i>
Bölüm 4	Fiziksel Hareketlilikte Müziğin Önemi.....49 <i>Muhammed ÖNİZ</i> <i>İshak GÖÇER</i>
Bölüm 5	Down Sendromlular, Egzersiz ve Spor67 <i>Ahmet KURTOĞLU</i>
Bölüm 6	Çocuklarda Egzersize Metabolik Yanıtlar81 <i>Selcen KORKMAZ ERYILMAZ</i>
Bölüm 7	Çocuklarda Egzersize Ventilatuvar Yanıtlar93 <i>Selcen KORKMAZ ERYILMAZ</i>
Bölüm 8	Futbolda GPS (Küresel Konumlama Sistemi) Kullanımı 105 <i>Oğuz GÜRKAN</i>

İçindekiler

- Bölüm 9 Sporcularda Vücut Kompozisyonunun Değerlendirilmesi ve Fiziksel Performans İle İlişkisi..... 125
Erkan AKDOĞAN
- Bölüm 10 Yüzme Dersi Alan Öğrencilerde Kara Antrenmanı Programının Fonksiyonel Hareket Taraması Testi Puanları Üzerine Etkisi 135
Ece ERVÜZ
Mehmet YILDIRIM
- Bölüm 11 Dayanıklılık Antrenmanlarına Fizyolojik Uyumlar 151
Alirıza Han CİVAN
Mahmut Esat UZUN
- Bölüm 12 Sporcularda Vücut Kompozisyonunun Değerlendirilmesi: Dual-Energy X-Ray Absorptiometri (DXA) 163
Erkan AKDOĞAN
- Bölüm 13 PGC-1 α 'nın Egzersize Bağlı Biyokimyasal Yanıtları 169
Sibel TETİK DÜNDAR
- Bölüm 14 Hipoksik Ortamda Egzersize Bağlı Fizyolojik Yanıtlar 177
Sibel TETİK DÜNDAR
- Bölüm 15 Atletik Performans ve Uyku 187
Semih KARAMAN
- Bölüm 16 Ayak Bileği Burkulmalarına Voleybolcu Sağlığı Perspektifinden Bir Bakış.....205
Celil KAÇOĞLU
Anıl Onur MERCANOĞLU
Gülsün GÜVEN

İçindekiler

Bölüm 17	Farklı Isınma Türlerinin Post Aktivasyon Potansiyeline Etkisi	259
	<i>Erdal BAL</i>	
	<i>Çiğdem BULGAN ECRİN</i>	
	<i>Nedim MALKOÇ</i>	
	<i>Selçuk BİLGİÇ</i>	
Bölüm 18	Sporcularda Fizyoterapi Uygulamalarının Fiziksel Performans Üzerine Etkileri	273
	<i>İsmail BACAĞ</i>	
	<i>Serkan BUDAĞ</i>	
Bölüm 19	Üniversite Futsal Takımı Kadın ve Erkek Oyuncularının Çeviklik, Çabukluk ve Anaerobik Güç Performanslarının İncelenmesi	289
	<i>Çiğdem BULGAN ERCİN</i>	
	<i>Mustafa BAŞ</i>	
	<i>Hüseyin BEKDEMİR</i>	
Bölüm 20	Yaşlılarda Egzersiz ve Beslenme.....	301
	<i>Aygül ÇAĞLAYAN TUNÇ</i>	
	<i>Ayça GENÇ</i>	
Bölüm 21	İnterval Antrenmanlar ve Uygulamaları.....	319
	<i>İbrahim Orkun AKCAN</i>	
Bölüm 22	Diyaliz Hastalarında Egzersizin Önemi	333
	<i>Abdullah DEMİRLİ</i>	

II. KISIM SPORDA PSİKOSOSYAL ALANLAR

Bölüm 23	Hokey Tarihi ve Türkiye'deki Gelişimi.....	343
	<i>Ali YILDIRIM</i>	
Bölüm 24	Hokey Hakemlerinin Hakemlik Mesleğini Sürdürme Davranışlarının İncelenmesi.....	359
	<i>Ali YILDIRIM</i>	

İçindekiler

- Bölüm 25 Teknolojinin Spordaki Rolü371
Dilek SEVİMLİ
Fatoş Yağmur ERBAŞI
- Bölüm 26 Çocuklarda Güvenli Spora Yönelik Önlemler 395
Aylin UĞURLU
- Bölüm 27 Endüstri 5.0 ve Sporda İnovasyonel Yaklaşımlar.....407
Feray KÜÇÜKBAŞ DUMAN
- Bölüm 28 Bir Kar Sporü: Alp Disiplini 425
Buket SEVİNDİK AKTAŞ
Yusuf BUZDAĞLI
- Bölüm 29 Farklı Eğitim Uygulamalarının Engelli Çocuklardaki Spor
Yapma Becerilerine Etkisi: Montessori Eğitim Örneği.....445
Emire ÖZKATAR KAYA
- Bölüm 30 Engelli Bireylerin Toplumsal Yabancılaşması ve
Rekreasyon Faaliyetlerin Önemi.....459
Emire ÖZKATAR KAYA
- Bölüm 31 Kamu Kurumlarında Stratejik Yönetim Uygulamaları:
Gençlik ve Spor Bakanlığı Örneği 471
Uğur ÖZER
- Bölüm 32 Spor Yönetiminde İnovasyon ve Girişimcilik Ekosistemi487
Mert ERKAN
- Bölüm 33 Osmanlı Devleti'nde Şehzadelerin Spor Eğitimi:
Bir Derleme Çalışması 507
Yasemin YALÇIN
Funda EREN

İçindekiler

- Bölüm 34 Boş Zaman Sıkılma Algısı ile Şiddet Eğilimi Arasında
İnternet Bağımlılığının Rölü (Orta ve Geç Adölasan
Dönemdeki Öğrenciler Örneği)..... 529
Şeniz KARAGÖZ
Halime DİNÇ
- Bölüm 35 Sporcu Öz Yeterliđi ve Bazı Faktörlerle Olan İlişkisi 545
Ömer Faruk YAZICI
- Bölüm 36 Spor Endüstrisi ve Teknoloji Sürecinin Futbolda Kullanım
Etkileri 561
Erdal BAL
Nedim MALKOÇ
Mustafa BAŞ
- Bölüm 37 Spor Turizmi..... 577
Fatih TURGUT
- Bölüm 38 Spor Hukukunun Temel İşlevleri..... 613
Uğur ÖZER
- Bölüm 39 Sporda Sosyal Medya Linç Kültürü 627
Mehmet METİN
Yeliz Eratlı ŞİRİN

YAZARLAR

Dr. Öğr. Üyesi İbrahim Orkun AKCAN
Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi,
Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük
Eğitimi AD.
ORCID iD:0000-0001-6983-2145

Arş. Gör. Mustafa BAŞ
Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Yaşam
Bilimleri Fakültesi Egzersiz ve Spor
Bilimleri Bölümü
ORCID iD: 0000-0002-4753-9754

Dr. Öğr. Üyesi Erkan AKDOĞAN
Eskişehir Teknik Üniversitesi, Spor
Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi
Bölümü, Antrenörlük Eğitimi AD.
ORCID iD: 0000-0002-8295-8524

Hüseyin BEKDEMİR
Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Yaşam
Bilimleri Fakültesi Egzersiz ve Spor
Bilimleri Bölümü
ORCID iD: 0000-0003-4968-3853

**Dr. Öğr. Üyesi Buket SEVİNDİK
AKTAŞ**
Erzurum Teknik Üniversitesi, Spor
Bilimleri Fakültesi Antrenörlük Eğitimi
AD.
ORCID iD: 0000-0001-6662-4439

Selçuk BİLGİÇ
Sağlık Bilimleri Üniversitesi Yaşam
Bilimleri Fakültesi Egzersiz ve Spor
Bölümü
ORCID iD: 0000-0001-5235-4204

Öğr. Gör. İsmail BACAK
Kütahya Sağlık Bilimleri Üniversitesi
ORCID iD: 0000-0002-3328-5933

Öğr. Gör. Serkan BUDAK
Kütahya Sağlık Bilimleri Üniversitesi
ORCID iD: 0000-0002-6999-3528

Doç. Dr. Erdal BAL
Sağlık Bilimleri Üniversitesi Yaşam
Bilimleri Fakültesi Egzersiz ve Spor
Bölümü
ORCID iD: 0000-0002-4927-3945

Dr. Öğr. Üyesi Yusuf BUZDAĞLI
Erzurum Teknik Üniversitesi, Spor
Bilimleri Fakültesi
ORCID iD: 0000-0003-1809-5194

Arş. Gör. Alırıza Han CİVAN
Karabük Üniversitesi Hasan Doğan
Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu
ORCID iD: 0000-0002-0634-3392

Dr. Öğr. Üyesi Abdullah DEMİRLİ
Sstanbul Esenyurt Üniversitesi,
Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu,
Antrenörlük Eğitimi Bölümü
ORCID iD: 0000-0003-1727-4596

Arş. Gör. Halime DİNÇ
Afyon Kocatepe Üniversitesi Spor
Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü
ORCID iD: 0000-0002-2391-5508

**Öğr. Gör. Dr. Feray KÜÇÜKBAŞ
DUMAN**
İstanbul Üniversitesi Kalite
Koordinatörlüğü
ORCID iD: 0000-0002-1647-8004

Öğr. Gör. Kerim DÜNDAR
Dokuz Eylül Üniversitesi, Güzel Sanatlar
Fakültesi
ORCID iD: 0000-0003-4989-4554

Dr. Öğr. Üyesi Sibel TETİK DÜNDAR
Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi
Spor Bilimleri Fakültesi Antrenörlük
Eğitimi Bölümü
ORCID iD: 0000-0001-6813-0969

Doç. Dr. Çiğdem BULGAN ECRİN
Sağlık Bilimleri Üniversitesi Yaşam
Bilimleri Fakültesi Egzersiz ve Spor
Bölümü
ORCID iD: 0000-0003-4357-5333

**Doktora Öğrencisi Fatoş Yağmur
ERBAŞI**
Adana Çukurova Üniversitesi, Sağlık
Bilimleri Enstitüsü
ORCID iD: 0000-0002-7611-1984

Funda EREN
Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi
Spor Bilimleri Fakültesi
ORCID iD: 0000-0002-8174-8904

Dr. Öğr. Üyesi Mert ERKAN
Eskişehir Teknik Üniversitesi, Spor
Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü
ORCID iD: 0000-0002-2753-0234

Arş. Gör. Ece ERVÜZ
Yozgat Bozok Üniversitesi, Spor Bilimleri
Fakültesi
ORCID iD: 0000-0002-6458-4370

Doç. Dr. Ayça GENÇ
Bartın Üniversitesi, Spor Bilimleri
Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü
ORCID iD: 0000-0003-2498-7092

Doktora Öğrencisi İshak GÖÇER
Ankara Üniversitesi
ORCID iD: 0000-0002-2337-2240

Arş. Gör. Dr. Oğuz GÜRKAN
Yozgat Bozok Üniversitesi, Spor Bilimleri
Fakültesi Hareket ve Antreman Bilimleri
AD.
ORCID iD: 0000-0001-5886-4758

Doç. Dr. Gülsün GÜVEN

Eskişehir Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü
ORCID iD: 0000-0002-2903-4197

Doç. Dr. Nedim MALKOÇ

Sağlık Bilimleri Üniversitesi Yaşam Bilimleri Fakültesi Egzersiz ve Spor Bölümü
ORCID iD: 0000-0003-4599-3547

Dr. Öğr. Üyesi Şeniz KARAGÖZ

Afyon Kocatepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü
ORCID iD: 0000-0003-2899-1689

Arş. Gör. Anıl Onur MERCANOĞLU

Eskişehir Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü
ORCID iD: 0000-0002-7812-9870

Arş. Gör. Semih KARAMAN

Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi
ORCID iD: 0000-0001-9038-9432

Doktora Öğrencisi Mehmet METİN

Çukurova Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi
ORCID iD: 0000-0001-5527-4066

Dr. Öğr. Üyesi Emire ÖZKATAR KAYA

Erciyes Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü
ORCID iD: 0000-0002-6349-8761

Prof. Dr. Dilek SEVİMLİ

Adana Çukurova Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi
ORCID iD: 0000-0001-6463-1678

Dr. Öğr. Üyesi Celil KAÇOĞLU

Eskişehir Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü
ORCID iD: 0000-0002-1817-5234

Doç. Dr. Aygül ÇAĞLAYAN TUNÇ

İstanbul Aydın Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü
ORCID iD: 0000-0003-1686-7509

Doç. Dr. Selcen KORKMAZ

ERYILMAZ
Çukurova Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi
ORCID iD: 0000-0002-3680-3580

Doktora Öğrencisi Fatih TURGUT

Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi
ORCID iD: 0000-0003-3641-8452

Dr. Öğr. Üyesi Ahmet KURTOĞLU

Bandırma Onyedi Eylül Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü
ORCID iD: 0000-0002-9292-5419

Arş. Gör. Mahmut Esat UZUN

Karabük Üniversitesi Hasan Doğan Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu
ORCID iD: 0000-0001-6304-0227

Yazarlar

Dr. Öğr. Üyesi Aylin UĞURLU
Aydın Adnan Menderes Üniversitesi,
Spor Bilimleri Fakültesi Spor Yöneticiliği
AD.
ORCID iD: 0000-0002-5148-7061

Doç. Dr. Yasemin YALÇIN
Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi
Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi
ve Spor AD.
ORCID iD: 0000-0002-1484-3477

Dr. Öğr. Üyesi Ömer Faruk YAZICI
Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Spor
Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve
Spor AD.
ORCID iD: 0000-0003-0598-3862

Dr. Öğr. Üyesi Ali YILDIRIM
Kilis 7 Aralık Üniversitesi Beden Eğitimi
ve Spor Yüksekokulu, Spor Sağlık
Bilimleri AD.
ORCID iD: 0000-0002-7626-5828

Doç. Dr. Mehmet YILDIRIM
Yozgat Bozok Üniversitesi, Spor Bilimleri
Fakültesi
ORCID iD: 0000-0002-9707-6540

Doktora Öğrencisi Muhammed ÖNİZ
Erciyes Üniversitesi
ORCID iD: 0000-0002-1516-3449

Dr. Öğr. Üyesi Uğur ÖZER
Hitit Üniversitesi, Sosyal Bilimler Meslek
Yüksekokulu, Spor Yönetimi Programı
ORCID iD: 0000-0002-3899-3429

Doç. Dr. Yeliz Eratlı ŞİRİN
Çukurova Üniversitesi, Spor Bilimleri
Fakültesi, Spor Yönetim Bilimleri AD.
ORCID iD: 0000-0002-6143-1133