

**İLKÖĞRETİM ÖĞRENCİLERİNDE
VOLEYBOL - BASKETBOL
ANTRENMANLARI ve NEVROTİK
DEĞERLER**

Yazarlar

Hüseyin KARADAĞ
İçim SOYSAL

© Copyright 2020

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.

ISBN

978-625-7106-54-2

Kitap Adı

İlköğretim Öğrencilerinde Voleybol - Basketbol
Antrenmanları ve Nevrotik Değerler

Yazarlar

Hüseyin KARADAĞ
İçim SOYSAL

Yayın Koordinatörü

Yasin Dilmen

Sayfa ve Kapak Tasarımı

Akademisyen Dizgi Ünitesi

Yayıncı Sertifika No

47518

Baskı ve Cilt

Sonçağ Matbaacılık

Bisac Code

SPO000000

DOI

10.37609/akya.348

GENEL DAĞITIM

Akademisyen Kitabevi A.Ş.

Halk Sokak 5 / A

Yenişehir / Ankara

Tel: 0312 431 16 33

siparis@akademisyen.com

www.akademisyen.com

TEŞEKKÜR

Tez çalışma sürecimin başından sonuna kadar planlanmasında, araştırılmasında, yürütülmesinde ve oluşumunda ilgi ve desteğini esirgemeyen, engin bilgi ve tecrübelerinden yararlandığım, yönlendirme ve bilgilendirmeleriyle çalışmamı bilimsel temeller ışığında şekillendiren, değerli danışmanım Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Veteriner Fakültesi Veteriner Hekimliği Temel Bilimler Bölüm Başkanı hocam Sayın Prof. Dr. Hüseyin KARADAĞ'a yine kıymetli bilgi, birikim ve tecrübeleri ile bana her zaman yol gösterici ve destekçi olan değerli Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Veteriner Fakültesi Dekanı ve Anatomi Anabilim Dalı Başkanı Sayın Prof. Dr. Zafer SOYGÜDER'e, çalışmamın istatistik aşamaları boyunca bana yardımcı olan Sayın Yrd. Doç. Dr. Gürol ZIRHLIOĞLU'na, bilimsel ve sosyal desteklerini benden esirgemeyen Sayın Yrd. Doç. Dr. Gamze ÇAKMAK'a ve Sayın Dr. Osman YILMAZ'a, tez projesine maddi destek sağlayan Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri Başkanlığına sonsuz teşekkür ve saygılarımı sunarım.

Ayrıca, çalışmaya katılan sevgili Van-Gürpınar Yavuz Selim Ortaokulu öğrencilerime teşekkür ederim.

Hiçbir zaman desteğini esirgemeyen, yaşamım boyunca beni büyüten, okutan, her zaman destekleyen ve bugünlere gelmemi sağlayan canım AİLEM'e sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum.



SİMGELER VE KISALTMALAR

BS	:Basketbol Sahası
ÇS	:Çalışma Saati
ÇY	:Çalışma Yeri
dk	:Dakika
E	:Dışadönüklük-İçedönüklük
EPI	:Yalan
HF	:Hafta
L	:Yalan
Mn	:Minimum
Mx	:Maximum
N	:Nörotizm
ÖS	:Öğrenci Sayısı
P	:Psikotiklik
Ss	:Standart sapma
US	:Uygulama Saati
VS	:Voleybol Sahası
X	:Ortalama
n	:Kişi sayısı



İÇİNDEKİLER

TEŞEKKÜR.....	iii
SİMGELER VE KISALTMALAR	v

BÖLÜM 1

GİRİŞ	1
-------------	---

BÖLÜM 2

GENEL BİLGİLER.....	5
2.1. Beden Eğitimi	5
2.2. Spor	6
2.3. Beden Eğitimi ve Sporun Önemi.....	6
2.4. Kişilik Gelişimi ve Spor	8
2.5. Adölesan Dönemi Gelişim Evreleri.....	9
2.6. Voleybol.....	10
2.7. Voleybol Oyununun Kuralları.....	11
2.8. Voleybolda Mevkiler ve Özellikleri	12
2.8.1. Pasör (oyun kurucu)	12
2.8.2. Orta oyuncu	14
2.8.3. Köşe hücumcu (smaçör)	14
2.8.4. Pasör çaprazı (üniversal oyuncu).....	15

2.8.5. Libero.....	15
2.8.6. Yedinci Oyuncu.....	16
2.9. Basketbol.....	16
2.10. Basketbol Oyun Kuralları.....	17
2.10.1. Zamanla ilgili kurallar.....	18
2.10.2. Basketbol topunun özellikleri.....	18
2.10.3. Bireysel faul kuralı.....	19
2.10.4. Oyuncu değişimi kuralı.....	19
2.11. Takım Sporlar ve Eğitsel Değerleri.....	19
2.12. Eysenck Kişilik Kuramı.....	20
2.12.1. Psikotiklik Boyutu (psychoticism)(P).....	24
2.12.2. Dışadönüklük-İçe Bönüklük Boyutu (extraversion) (E).....	24
2.12.3. Nevrotiklik Boyutu (neuroticism) (N).....	25
2.12.4. Yalan (lie) Boyutu (L).....	25
2.13. Nevroz (Nevrotik).....	26
2.14. Sporun Adölesan Dönemdeki Etkisi.....	26

BÖLÜM 3

GEREÇ ve YÖNTEM.....	29
3.1. Evren ve Örneklem.....	29
3.2. Antrenman Programı.....	30
3.3. Verilerin Toplanması.....	32
3.4. Araştırmanın Modeli.....	32
3.5. Verilerin Analizi.....	32

BÖLÜM 4

BULGULAR.....	35
----------------------	-----------

BÖLÜM 5

5. TARTIŞMA VE SONUÇ.....	41
KAYNAKLAR.....	49



KAYNAKLAR

- Açak M (2005). Beden eğitimi öğretmeninin el kitabı, Morpa Kültür Yayınları, İstanbul.
- Akdoğan S, Arslan F, Bayraktar G (2007). Beden eğitimi ve spor yüksek okulunda amatör ve profesyonel spor yapan öğrencilerle aktif spor yapmayan öğrencilerin kişilik özelliklerinin incelenmesi, Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 8, 2, 43-45.
- Akgül S, Göral M, Demirel M, Üstü ÜD (2012). İlköğretim öğrencilerinin okul içi ve okullar arası sportif etkinliklere katılma nedenlerinin çeşitli değişkenler açısından araştırılması. Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 1, 32, 18-22.
- Anonim-a (2017). <http://www.psikolojik.gen.tr/nevrotik.html> Erişim Tarihi: 05.03.2017.
- Anonim-b (2018). <http://www.renklinot.com/kultursanat/voleybol-sahanin-olculeri-resimli.html> Erişim Tarihi: 30.03.2018.
- Anonim-c (2018). <https://mightygoods.com/basketball-court/> Erişim Tarihi: 30.03.2018.
- Anonim-d (2018). <http://www.bunedir.org/soru-cevap/nedir.php?ne=cattell-ve-eysenckin-kisilik-kurami> Erişim Tarihi: 30.03.2018.
- Aracı H (2006). Genç sporcu eğitimi ve kültürü, voleybol, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.
- Aracı H (2006). Öğretmen ve öğrenciler için okullarda beden eğitimi, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.
- Asma M.B, Coşkun F, Gencer Y.G, Eriş F (2017). Yüzüncü Yıl Üniversitesi Kredi Yurtlar Kurumunda Kalan Öğrencilerin Rekreasyon Etkinliklerinin İncelenmesi. Yüzüncü Yıl Üni. Sosyal Bil. Ens. Dergisi, 1(3).
- Aydoğan D (2006). İzmir'deki bazı voleybol takımlarının minik ve yıldız oyuncularının müsabaka dönemindeki fiziksel parametrelerinin karşılaştırılması. Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Bitirme Tezi, Konya.
- Aytan GC (2010). Ortaöğretim öğrencilerinin sosyalleşmelerinde sporun etkileri. Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Bacanlı H (2001). Gelişim ve öğrenme, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara
- Balkaya H (1992). Nevroz oluşumunda “görünen ben” ile “ideal ben” arasındaki farkın önemi, Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Bilim Uzmanlığı Tezi, Kayseri.
- Baltacı G (2008). Çocuk ve spor, Klasmat Matbaacılık, İstanbul.
- Başer E (1986). Uygulamalı spor psikolojisi. M.E.G.S.B. Beden Terbiyesi Genel Müdürlüğü, Yayın No:31, Ankara.

- Büyükoztürk Ş (2010). Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı. Pegem Akademi Yayınları. Ankara.
- Cantez E (1984). Türkiye’de kullanılan bazı testlerin uygulamalarından elde edilen sonuçlar. Edebiyat Fakültesi Matbaası, İstanbul.
- Çaha Ö (1999). Spora yaslanarak bir nefes alma, Beta Yayıncılık, Ankara.
- Çakır E (2019). The Examination of Exercise Addiction Levels of University Students Studying in Health Field. Journal of Education and Training Studies, 7(3), 177-181.
- Çelenk B (2000). Voleybol’da mevkiler ve özellikleri, Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri ve Teknolojisi Yüksekokulu, (Yayınlanmamış Ders Notları) Ankara.
- Çöndü A (1999). Beden eğitimi ve sporda özel öğretim yöntemleri, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.
- Doğan H (2013). Beden eğitimi ve sporun önemi. <http://haydardogan.com/küisel-yazlar/148beden-eitimi-ve-sporun-oenemi.html> Erişim Tarihi: 20.01.2018
- Ekinci O, Ekinci A (2013). Majorduygudurum bozukluklarında kişiliğin üç boyutlu değerlendirilmesi ve klinik özelliklerle ilişkisi, Nöropsikiyatri Arşivi, 1, 50, 15-22
- Eler N (1998). Dairesel çabuk kuvvet antrenman metodunun üst düzey bayan voleybolcuların bazı motorik ve fizyolojik özellikleri üzerindeki etkilerinin incelenmesi. Gazi Üniversitesi, Yüksek Lisans Bitirme Tezi, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ankara.
- Eralp F, Çotuk M (2007). Voleybolda temel beceriler, Morpa Yayınları, İstanbul.
- Eraslan M (2015). Spor bölümlerinde öğrenim gören üniversite öğrencilerinin kişilik özelliklerinin ve stresle başa çıkma stillerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 7, 12, 65-82
- T.İ.K. (2013). Adrese dayalı nüfus kayıt verileri sonuçları, <http://www.tuik.gov.tr> Erişim Tarihi: 30.03.2018.
- Eriş F, Sargin K, Çakır E (2018). The Effect of Fitness on Socialization. European Journal of Physical Education and Sport Science. 5 (2) 230-238
- Eysenck HJ, Eysenck G (1978). Eysenck personality questionnaire, london. goodworth, clive, the secret of successful leadership and people management, Heinemann Pub. Ltd, London.
- Fişek K (1980). Spor yönetimi. A. Ü. S. B. F. Yayın No: 445 Ankara.
- Goodworth C (1988). The secrets of successful leadership and people management, Heinemann Pub. Ltd, London.
- Gök Y (2006). Türkiye voleybol birinci liginde yer alan spor kulüplerinin risk yönetimi açısından değerlendirilmesi. Ankara Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Yüksek Lisans Bitirme Tezi, Ankara.
- Hassandra M, Goudas M, Chroni S (2003). Examining factors associated with intrinsic motivation in physical education, a qualitative approach, Psychology of Sport and Exercise, 3, 4, 211– 223, London.

- Horney K (1993). Nevrozlar ve insan gelişimi, Öteki Yayınevi, Ankara.
- İkizler HC (2002). Spor, sağlık ve motivasyon. Alfa Basım Yayım Dağıtım. İstanbul.
- İlhan E, Gencer E, Ulucan H (2011). Okul sporlarına katılan ve katılmayan ilköğretim öğrencilerinin ruhsal uyum düzeylerinin incelenmesi, Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi, 12, 4, 265-276
- İlhan L, Gencer E (2009). Çocuklarda nevroitik sorun düzeyleri ve badminton eğitimi ilişkisine yönelik bir araştırma, Kocaeli Üniversitesi 4. Raket Sporları Sempozyumu, Bildiriler Kitabı, 12, 4, 11-12, Kocaeli.
- İlhan L, Gencer E (2010). Çocuklarda nevroitik eğilimler ve badminton eğitimi ilişkisine yönelik bir araştırma, Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi, 4, 2, 10-20.
- İnal AN (2003). Beden eğitimi ve spor bilimi. Nobel Yayın Dağıtım. Ankara.
- Karasar N (2007). Bilimsel araştırma yöntemi. Nobel Yayın Dağıtım. Ankara.
- Koç H (1996). 14-16 Yaş grubu hentbolcu ve beden eğitimi dersi alan öğrencilerin bazı fiziksel ve fizyolojik parametrelerinin eurofit test bataryasında değerlendirilmesi. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ankara.
- Koç Ş (1994). Spor psikolojisine giriş, Saray Medikal Yayıncılık, İzmir.
- Köknel Ö (1986). Kaygıdan mutluluğa kişilik. Altın Kitaplar Yayınevi. İstanbul.
- Küçük V, Koç H (2015). Psiko-sosyal gelişim süreci içerisinde insan ve spor ilişkisi. Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi. 10, 10, 1-12
- Orkunoglu O (1997). Voleybolda dönem planlaması, voleybol takımında antrenman programları, halk bankası voleybol takımı, ziraat bankası voleybol takımı antrenman programları, TrainerTactics, İstanbul.
- Özmen Ö (1999). Çağdaş sporda eğitim üçgeni, Bağırhan Yayınevi, Ankara.
- Öztürk F (1998). Toplumsal boyutlarıyla spor. Bağırhan Yayınevi, Ankara.
- Öztürk Ü (1983). Orta dereceli okullarda beden eğitimi, Kayı Yayıncılık, İstanbul.
- Sargin K (2019). Comparison of Physical Activity Levels of University Students Studying in Different Departments. European Journal of Education Studies. 5(12) 205-213
- Sevim Y (1997). Basketbol teknik-taktik-antrenman. Nobel Akademik Yayıncılık, Ankara.
- Sevim Y (2002). Basketbol teknik-taktik-antrenman. Nobel Yayınları, Ankara.
- Syer J, Connolly C (1998). Sporcular için zihinsel antrenman, Bağırhan Yayınevi, Ankara.
- Tazegül Ü (2014). Sporun kişilik üzerindeki etkisinin araştırılması, The Journal of Academic Social Science Studies, 1, 25, 537-544.
- Tiryaki İS (1999). Yeni başlayanlar için voleybol, Bağırhan Yayınevi, Ankara.
- Topçu S (1982) Çocuk ve yetişkinlerde kişilik boyutları ile bu boyutlarda kültürler-arası ayrılıklar. Basılmamış doçentlik tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

- Tosunoğlu F (2008). Ortaöğretimde okuyan takım sporları ile uğraşan sporcu öğrencilerin spor branşlarına göre kişilik özelliklerinin incelenmesi, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Tosunoğlu F, Gökyürek B, Okan İ (2016). Sporcu öğrencilerin spor branşlarına göre kişilik özellikleri, Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 10, 3, 489-495.
- TVF (2008). Kurallar ve talimatlar, resmi oyun kuralları. Erişim:[http://www.voleybol.org.tr/Sezonlar/2007-2008_sezonu/MHK/hakem_bilgi/oyun_kurallari_2005-2008.doc] Erişim Tarihi:09.02.2018
- TVF (2018). <http://www.tvf.org.tr/#> Erişim Tarihi:30.03.2018
- Uluğ B(1990). Depresif bozukluklarda kişilik özellikleri. Uzmanlık Tezi. Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilimdalı, Ankara.
- Ulutaş ÖK (2000). Elazığ ruh sağlığı ve hastalıkları hastanesi'ndeki psikoz ve nevroz hastalarının bazı sosyal değişkenler açısından değerlendirilmesi, Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyoloji Anabilim Dalı, Elazığ.
- Vurat M (2000). Voleybolda teknik, Bağırhan Yayınevi, Ankara.
- Yamaner F (2001). Beden eğitimi ve spor'da temel ilkeler. Ekin Kitabevi, Bursa.
- Yanbastı G (1990). Kişilik kuramları, Ege Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Yayınları, Ege Üniversitesi Basımevi, İzmir.
- Yarım kaya E (2013). 12-14 Yaş arası ilköğretim öğrencilerinin özgüven düzeylerinin voleybolda servis atma becerisi üzerine etkisi. Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Konya.
- Yavuzer H (1982). Çocuk ve suç, Altın Kitaplar Yayınevi, İstanbul.
- Yavuzer H (2007). Çocuk psikolojisi, Remzi Kitabevi, İstanbul.
- Yıldız M (2009). Amatör ve paf liginde oynayan futbolcuların kişilik tipleri ve sürekli öfke-öfke ifade tarzlarının incelenmesi, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Doktora tezi, Ankara.
- Ziyagil MA, Eriöz M (2006) Basketbol, Morpa Kültür Yayınları, İstanbul.