

**FARKLI YAŞ
KATEGORİLERİNDEKİ
ERKEK VE BAYAN
HENTBOLCULARIN
FİZİKSEL ÖZELLİKLERİ,
KAYGI DÜZEYLERİ
VE MÜSABAKA
PERFORMANSLARININ
ANALİZİ**

Kenan SİVRİKAYA



AKADEMİSYEN
KİTABEVİ

© Copyright 2018

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 kayıt 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

978-605-258-224-4

Sayfa ve Kapak Tasarımı

Akademisyen Dizgi Ünitesi

Kitap Adı

Farklı Yaş Kategorilerindeki Erkek
ve Bayan Hentbolcuların Fiziksel
Özellikleri, Kaygı Düzeyleri ve Müsabaka
Performanslarının Analizi

Yayıncı Sertifika No

25465

Baskı ve Cilt

Sonçağ Matbaacılık / Aralık

Yazar

Kenan SİVRİKAYA

Bisac Code

SPO000000

Yayın Koordinatörü

Yasin Dilmen

DOI

10.37609/akya.623

GENEL DAĞITIM

Akademisyen Kitabevi A.Ş.

Halk Sokak 5 / A

Yenişehir / Ankara

Tel: 0312 431 16 33

siparis@akademisyen.com

www.akademisyen.com

*Sevgili aileme ve saygıdeğer hocam
Yaşar SEVİM'e
sevgi ve saygılarımla...*



İÇİNDEKİLER

1. Giriş ve Amaç	1
2. Genel Bilgiler	5
2.1 Hentbol Oyununun Tanımı.....	5
2.2 Hentbolün Dünyada ve Türkiye'deki Gelişimi	6
2.3 Hentbolcülerin Fiziksel Özellikler	7
2.4 Hentbol Oyununun Teknik ve Taktik Analizi.....	11
2.5 Hentbolcülerin Kaygı Düzeyi.....	21
2.6 Hentbolcülerin Oyun Performansı.....	28
3. Materyal ve Yöntem	31
3.1 Boy Uzunluğu ve Vücut Ağırlığının Ölçülmesi	33
3.2 Teknik Etkinlik Yüzdesinin Belirlenmesi.....	33
3.3 Araştırmada Kullanılan Veri Toplama Aracı	35
3.3.1 Durumluluk (TX1) ve Sürekli (TX2) Kaygının Hesaplanması.....	36
3.3.2 Envanterin Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışmaları	37
3.3.3 Envanterin Uygulanması	38
3.4 İstatistiksel Analizler	38
4. Bulgular	41
4.1 Hentbol Kaleci Ve Oyuncularının Fiziksel Özellikleri İlgili Tanımlayıcı İstatistik Ve Bulgular.	41
4.2 Hentbol Kaleci ve Oyuncuların Teknik Etkinlik Yüzdesi İle İlgili Bulgular.	45

4.3 Hentbol Kaleci ve Oyuncularının Teknik Etkinlik Yüzdesi Analizleri.....	53
4.4 Hentbol Kaleci ve Oyuncularının Durumluluk ve Sürekli Kaygı Verilerin Analizi.....	53
5. Tartışma.....	55
5.1 Hentbol Kalecilerinin Fiziksel Özellikleri	55
5.2 Hentbol Oyuncularının Fiziksel Özellikleri.....	58
5.3 Hentbol Kalecilerinin Gözlemle Elde Edilen Verilerinin Analizi	62
5.4 Hentbol Oyuncularının Gözlemle Elde Edilen Verilerinin Analizi.....	66
5.5 Hentbol Kaleci ve Oyuncularının Teknik Etkinlik Yüzdesi Analizleri.....	68
5.5 Hentbolcuların Kaygı Puanlarının Analizi.....	69
5.6 Kaleci ve Oyuncuların Durumluluk ve Sürekli Kaygı Puanlarının Analizi.....	70
6. Sonuç ve Öneriler.....	81
6.1 Sonuçlar.....	81
6.2 Öneriler	85
Kaynaklar.....	89

KAYNAKLAR

- 1 – **ARKONAÇ, S.**, Psikoloji, Zihin Süreçleri Bilimi. Alfa Basım Yayım ve Dağıtım, İstanbul, 1993, s. 470.
- 2 - **ATEŞOĞLU, U.**; Elit Bayan Hentbolcülerin Fiziksel ve Fizyolojik Özelliklerinin Belirlenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Ankara, 1995.
- 3 - **AŞCI, A., ZORBA, E., AŞCI, F.H.**; Avrupa Şampiyonası Eleme Grubu Maçlarına Katılan Yıldız Bayan Türkiye ve Azerbaycan Hentbol Milli Takımlarının Mekanik Sıçrama Güçleri ve Toparlanma Sürelerinin Karşılaştırılması, IV. Milli Spor Hekimliği Kongresi, 1993.
- 4 - **AŞCI, H., GÖKMEN, H.**; Bayan Hentbolcülerde Yarışma Kaygısı, Başarı, Spor Deneyimi ve Atletik Yeterlilik İlişkisi, Spor Bilimleri Dergisi VI, Sayı 2, 1995.
- 5 - **BİNBAŞIOĞLU, C.**, Öğrenme Psikolojisi. Binbaşioğlu Yayınevi, Kadioğlu Matbaası, 1978, Ankara, s. 76-77.
- 6 - **BIRD, A. M., HORN, M. A.**, Cognitif Anxiety and Mental Errors in Sport. Journal of Sport & Exercise Psychology, 1990-12, pp. 217-222.
- 7 - **BIRD, A. M., CRIPE, B. K., (Aktaran: BIRD, A. M., HORN, M. A.)** Cognitif Anxiety and Mental Errors in Sport. Journal of Sport & Exercise Psychology, 1990-12, pp. 217-222.
- 8 - **BÜYÜKEROĞLU, C.**, Çeşitli Yaş Gruplarındaki Elit Hentbol Oyuncularının Fiziki Yapıları ile Motor Performansları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, 1989.
- 9 - **COOK, M.**, Soccer Coaching and Management, EP Publishing Limited, Southhampton, 1982, s.47-48.
- 10 - **COX, H.R.** Sport Psychology, Concepts and Application, Second Edition, Wm. C. Brown Publishers, Dubuque, 1990, s. 15,121,122,131,138,147, 148, 151,153,161, 186.
- 11 - **CÜCELOĞLU, D.**, İnsan ve Davranışı, Psikolojinin Temel Kavramları. 5. Baskı, Remzi Kitabevi, İstanbul, 1994, s. 277, 321.
- 12 - **CZERWINSKI, J.**, The Influence of Technical Abilities of Players on The Tactical Selection in The Handball Game. Handball, EHF Periodical For Coaches and Lecturers, 1985 Vienna, Vol. 2, pp. 16-19.
- 13 - **CZERWINSKY, J., TABORSKY, F.**, The Technical and Tactical Evaluation of The Game of The Women's Junior Teams Participating in The First European Championship. EHF Periodical For Coaches and Lecturers, Vienna, 1996, vol 2, s. 12.

- 14- CZERWINSKY, J., Tendencies in Handball. Research Year Book, Jędrzej Sniadecki University School of Physical Education, Studies in The Theory of Physical Education and Sport, 1996, vol 111, pp. 22.
- 15- ERGUN, N., G.Baltacı., ve İ.Yılmaz (1994) Elit bir voleybol takımının fiziksel yapı, uygunluk ve performans düzeyinin analizi. Voleybol Bilim ve Teknoloji Dergisi, vol 2, s 26.
- 16- GARCÍA, C., At All. Mini Handball, European Handball Federation, Vienna 1994.
- 17- GENÇTAN, E., Psikanaliz ve Sonrası, Hür Yayıncılık, Ankara, 1984.
- 18- GOULD, D., KRANE, V., The Aousal-Athletic Performance Relationship. Advances in Sport Psychology, Human Kinetics Publishers, Miami, 1992, 1978, s.119.
- 19- HAKKINEN, K., (1993) Changes in physical fitness profile in female volleyball players during the competitive season. The Journal of Sports Medicine and Physical Fitness, vol 33, pp 223-232.
- 20- HACKL, W., The New Rules in Handball. European Handball Federation Periodical for Coaches and Lecturers. Vienna, 1996, Vol 1-3, p. 3.
- 21- KASH, F.W. Adult fitness Mayfield Publishing company: New York, 1968, p. 1-2.
- 22- KONTER, E., Sporda Stres ve Performans. 1996 İzmir. S. 50-111.
- 23- KONTER, E., Spor Psikolojisi ve Futbol, Saray Medikal Yayıncılık San. ve Tic. Ltd. Şti. İzmir, 1996, s. 3.
- 24- KOTZAMANIDIS, C., Physiological and Motor Differences Between Males and Females. European Handball Federation Periodical for Coaches and Lecturers. Vienna, 1996, Vol 2, s. 37.
- 25- LeUnes, A. D., NATION, J. R., (Aktaran : BIRD, A. M., HORN, M. A.,) Cognitif Anxiety and Mental Errors in Sport. Journal of Sport & Exercise Psychology, 1990-12, pp. 217-222.
- 26- LIEBERT, R. M., MORRIS, L. W., (Aktaran: BIRD, A. M., HORN, M. A.,) Cognitif Anxiety and Mental Errors in Sport. Journal of Sport & Exercise Psychology, 1990-12, pp. 217-222.
- 27- MALINA, R.M. et al., Relation between bone, muscles and widths in the upper arm and calves of boys and girls studied cross-sectionally at age 6-16 years. Hum. Biol., 1967, pp, 59: 211-33.
- 28- MALINA, R.M., (Aktaran, KOTZAMANIDIS, C.) Physiological and Motor Differences Between Males and Females. European Handball Federation Periodical for Coaches and Lecturers. Vienna, 1996, Vol 2, s. 37.

- 29- MC ARDLE, W. D., at all Exercise Physiology. *Lea and Febiger*, Philidelphia , 1981 201-204.
- 30- MC GOWN, C.M., at all., Voleybolda, altın madalya 1984 olimpiyat şampiyonlarının antrenman programı ve fizyolojik profili, Voleybol Bilim ve Teknoloji Dergisi, sayı 2, s. 9,17, Ankara, 1994.
- 31- MONTE, A.D., Sporda Yetenek Belirleme. 1986, s. 7-13 (Çeviri K.Özer)
- 32- MARTENS, R., Coaches Guide to Sport Psychology. Human Kinetics Publishers, Ilions, 1991, s. 141-145.
- 33- MORGAN, T.C., Psikolojiye Giriş. Metaksan Ltd. Ankara, 1984. (Çeviri : Sirel Karakaş), 1977, s.223.
- 34- MUSAIGER, A.O., REGHEB, M.A., AL-MARZOOE, G., Bady Compoisti-on of Athlets in Bahreyn. *Br J Sp Med*, 28 (3), 1994, s. 157-159.
- 35- MARKO, S., Initial and Farther Selection of Children Gifted For Handball on the Basis of Some Chosen Morphological and Motor Parameters. Euro-pean Handball Federation Periodical for Coaches and Lecturers. Vienna; 1997, Vol 1, s.7.
- 36- MARTENS, R., BURTON, D., VEALEY, R. S., BUMP, L., & SMITH, D. E., (Aktaran : BIRD, A. M., HORN, M. A., Cognitif Anxiety and Mental Er-rors in Sport. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 1990-12, pp. 217-222.
- 37- MURATLI, S., Birinci Lig Bayan Takımlarının Hücum Anlayışı üzerine Bie Araştırma. Yedi Metre, Hentbol Antrenörleri Derneği Eğitim Yayını, 1996/1, s. 3-4.
- 38- JANET, S., (Aktaran, MAGİL, A.R.) Motor Learning. Concepts and Appli-cation. Second Edition, WCB, C. Brown Publishers, Dubugue, Iowa, 1985, s. 11, 24.
- 39- ÖNER, N., Le Comte, A., Durumluluk-Sürekli Kaygı Envanteri El Kitabı, Boğaziçi Üniversitesi Yayınları, No. 333, İstanbul, 1983, s. 1-2.
- 40- ÖNER, N., Durumluluk ve Sürekli Kaygı Envanterinin Toplumlarda Geçer-liliği, (Yayınlanmamış Doktora Tezi), Haçettepe Üniversitesi, Ankara, 1977, s. 1-14.
- 41- ÖZER, K., Antropometri, Sporda Morfolojik Planlama. Marmara Ünversi-tesi, 1989, İstanbul, s. 29-100.
- 42- RYCHTA, T., (Aktaran : Czerwinsky, J)., The Technical and Tactical Evalua-tion of The Game of The Women's Jinior Teams Participating in The First European Championship. EHF Peryodical For Coaches and Lecturers, Vienna, 1996, vol 2, s. 12.

- 43- **SEVİM, Y.**, Genç Erkekler Dünya Şampiyonası Değerlendirmesi. Türkiye Hentbol Federasyonu Yayını, 1997, Ankara.
- 44- **SEVİM, Y.**; Hentbol Teknik-Taktik, Gazi Büro Yayınevi, 1. Baskı, s. 9-15, Ankara, 1992.
- 45- **SEVİM, Y.**; Kondisyon Antrenmanı, Gazi Büro Kitapevi. Ankara 1991. ,
- 46- **SEVİM, Y., ve Ark.**, Physical, Physiological and Psychological Profiles of Turkish Mens Junior National Team Players. Hentball EHF Peryodical For Coaches and Lecturers, 1997, Vienna, vol 1, s. 18-22.
- 47- **SEVİM, Y.**, Uluslararası I. Hentbol Antrenör Sempozyumu Bilgi Aktarım Notları, 1993.
- 48- **SEVİM, Y., ve ark.** Hentbol Maçlarının Yarışma Düzeyinde Avac-Cıs-H Metodu İle Gözlenmesi. Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Cilt II, Sayı 4, 1997, Ankara. S. 1-2.
- 49- **SEVİM, Y.**, Basketbol Teknik-Taktik-Antrenman. Gazi Büro Kitapevi Yay. Ankara, 1991, s. 97.
- 50- **SEVİM, Y.**, Antrenman Bilgisi Ders Notları. Gazi Büro Kitapevi, Ankara, 1992, s. 211.
- 51- **SEVİM, Y.**, Hentbol Alıştırmaları. Ankara, 1977, s. 44.
- 52- **SEVİM, Y.,ve Arkadaşları.**, B-Antrenörlük Kurs Notları. Türkiye Hentbol Federasyonu Yayını, 1978, Adana, s. 1.
- 53- **SEVİM, Y.**, Hentbolde Kombine Kuvvet Antrenmanlarının Sıçrama ve Atış Kuvveti üzerine Etkisi. Doktora Tezi, Ankara, 1988, s.65
- 54- **SEVİM, Y., at all.**, The Effect of The PWC₁₇₀ Test That is Applied to National Handball Players on Acid-Base Responses. Acta Universitatis Carolinae, Kınanthropologica, Vol: 33-2, 1997.
- 55- **SEVİM, Y., OĞUZ, Ş.**, Elit Türk Hentbol Oyuncularının Bazı Fiziksel Değerlerinin ve Yabancı Ülke Sporcuları İle Karşılaştırılması. Spor Bilimleri II. Ulusal Kongresi, 1992, Ankara, s. 425.
- 56- **SPITE, D., WILKE, G., (Aktaran : (Czerwinsky, J).**, The Technical and Tactical Evaluation of The Game of The Women's Jinior Teams Participating in The First European Championship. EHF Peryodical For Coaches and Lecturers, Vienna, 1996, vol 2, s. 12.
- 57- **SPIELBERG, C. D.**, Thery And Research In Anxiety. Anxiety And Behavior. New York, Academic Press, 1966.
- 58- Sportmedizinischer Erfahrungsaustausch. Schiniftenreike Der I.II.F. Band 5. Kopenhagen, 1978, s.2-8.

- 59- SCHWARTZ, F. E., DAVIDSON, R. J., & GOLEMAN, D., (Aktaran :BIRD, A. M., HORN, M. A.,) *Cognitif Anxiety and Mental Errors in Sport. Journal of Sport & Exercise Psychology*, 1990-12, pp. 217-222.
- 60- TAŞKIRAN, Y., ACAR, M.F. *Elit Bayan Hentbolcülerde Sezon Öncesi ve Sonrası Fleksibilite Ölçümlerinin Karşılaştırılması*, IV. Milli Spor Hekimliği Kongresi Bildiri Kitabı, S. 181, 1993.
- 61- TABORSKY, F., LINDER, T, V., *Women's Handball Out Of The Shadow. EHF Peryodical For Coaches and Lecturers*, 1997, Vienna, vol 1, s. 26,27.
- 62- TABOTSKY, F., *The 1995 Women's Junior World Championship. EHF Peryodical For Coaches and Lecturers*, 1995, Vienna, vol 2, s. 7-8.
- 63- TAMER, K.; *Yüksek Lisans Ders Notları*, Ankara,1994.
- 64- TAMER, K.; *Fiziksel Performansların Ölçülmesi ve Değer*, Ankara,1991, s.119.
- 65- TANNER, J.M. *The physique of olypic athletes*. George Allen and Unwind Ltd.: London, 1964. (Ç.Gürses ve Olgun'un "Sporda Yetenek Araştırması" adlı kitabından, Türk Spor Vakfı, No: 1, İstanbul).
- 66- TILINGER, P., Aktaran CZERWINSKI, J., *The Inflance of Tecnical Abilities of Players on The Tactical Selection in The Handball Game. Handball, EHF Peryodical For Coaches and Lecturers*, 1985 Vienna, Vol. 2, pp. 16-19.
- 67- TÜZÜN, M., ve Ark., *Hentbolcu Kız Öğrencilerin Fiziksel Güç Durumları ve Solunum Kapasiteleri*. Spor Hekimliği Dergisi, 1988, c. 23, s. 2.
- 68- VAROL, R., TAŞKIRAN, Y.; *Elit Bayan Hentbolcülerde bazı solunum ve kan parametrelerinin sezon öncesi ve sonrası değerlerinin karşılaştırılması*, Performans Dergisi, Cilt 1, Sayı 2 1995.
- 69- VERDUCCI, M.F.; *Measurements concepts in physical education*, The C.V. Mosby Company, London, 1985.
- 70- VIVIANI, F., BALDIN, F., *The Somatotype of Amateur Italian Female Volleyball Player. The Journal of Spor Medicine and Physical Fitness*, Vol. 33, sa. 4, 1993.
- 71- WADE, A., *The F.A. Guide to Training and Coaching*. Heineman: London ,1979.
- 72- WILLIAM, N., *Changes in Somatotype and Bady Composition of College Football Players Over a Season. The Journal of Spor Medicine and Physical Fitness*, 1987.
- 73- ZAREK, J., (Aktaran : Czerwinsky, J)., *The Technical and Tactical Evaluation of The Game of The Women's Jinior Teams Participating in The First European Championship. EHF Peryodical For Coaches and Lecturers*, Vienna, 1996, vol 2, s. 12.