

T.C.
ÇUKUROVA ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

**GENÇ FUTBOLCULARIN DİKKAT ÖZELLİKLERİ İLE
ÇEVİKLİK SÜRAT VE TEKNİK İNDEKS PUANLARI
ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

Ali Hıdır KURT

**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS PROGRAMI**

**DANIŞMANI
Doç. Dr. Gonca İNCE**

ADANA-2020

T.C.
ÇUKUROVA ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

**GENÇ FUTBOLCULARIN DİKKAT ÖZELLİKLERİ İLE
ÇEVİKLİK SÜRAT VE TEKNİK İNDEKS PUANLARI
ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

Ali Hıdır KURT

**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS PROGRAMI**

**DANIŞMANI
Doç. Dr. Gonca İNCE**

ADANA-2020

KABUL ve ONAY

Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

Tezli Yüksek Lisans Programı Çerçevesinde yürütülmüş olan

**“Genç Futbolcuların Dikkat Özellikleri İle Çeviklik Sürat ve Teknik İndeks Puanları
Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”**

adlı çalışma, aşağıdaki jüri tarafından **Yüksek Lisans Tezi** olarak kabul edilmiştir.

Tarihi: 16 / 04 / 2020

TEZ SINAV JÜRİSİ



Doç. Dr. Gonca İNCE
Çukurova Üniversitesi
Başkan



Doç. Dr. Özgül AKIN ŞENKAL
Çukurova Üniversitesi
Üye



Doç. Dr. Cem Sinan ASLAN
Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi
Üye

Yukarıdaki Tez, Yönetim Kurulunun / / tarih ve
edilmiştir.

sayılı kararı ile kabul

Prof.Dr. Behice DURGUN
Sağlık Bilimleri Enstitü Müdürü

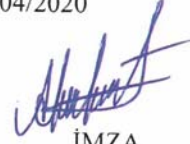
ETİK BEYANI

T.C. ÇUKUROVA ÜNİVERSİTESİ SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ YÜKSEK LİSANS / DOKTORA TEZ ÇALIŞMASI ETİK BEYANI

Çukurova Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesini okuduğumu ve anladığımı ve Çukurova Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Tez Yazım Kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmada;

- Tez içinde sunduğum verileri, bilgileri ve dokümanları akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi,
- Tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik kurallarına uygun olarak sunduğumu,
- Tez çalışmada yararlandığım eserlerin tümüne uygun atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi,
- Kullanılan verilerde ve ortaya çıkan sonuçlarda herhangi bir değişiklik yapmadığımı,
- Tez olarak sunduğum bu çalışmanın özgün olduğunu,

bildirir, aksi bir durumda bu konuda hakkımda yapılacak tüm yasal işlemleri ve aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarımı kabullendiğimi beyan ederim. 28/04/2020



İMZA
Adı Soyadı
ALİ HİDİR KURT

Kayıtlı olunan Program : Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı
Tezin Konusu : Genç Futbolcuların Dikkat Özellikleri ile Çeviklik Sürat ve Teknik İndeks Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Tezin Türü : Yüksek Lisans : X Doktora:

Danışmanın Adı-Soyadı : Doç.Dr. GONCA İNCE
Danışmanın İletişim Bilgileri : 05336520954
Telefon : gince@cu.edu.tr
E-Posta :

Öğrencinin İletişim Bilgileri
Telefon : 05072177188
E-Posta : ali22kurt@hotmail.com
Adresi : Huzurevleri mah. 77214
sok. Çağlayan sit 4/7
Çukurova/ADANA

**Bu belgenin Lisansüstü eğitim tezleri savunmaya alınmadan önce öğrenci tarafından doldurulup imzalanarak Enstitü Müdürlüğüne teslim edilmesi gerekmektedir.*

TEŞEKKÜR

Araştırma konumu seçmemde bana yol gösterici olan, çalışmalarım sırasında bilgi ve tecrübesinden yararlandığım, hoşgörüsünü ve yardımlarını esirgemeyen tez boyunca çalışma azmimi kuvvetlendiren, beni sabır ve anlayışla destekleyen ve bana büyük katkı sağlayan danışmanım Doç. Dr. Gonca İnce'ye, uygulamalarım sırasında bana destek oldukları için özellikle Adanaspor altyapısında görev alan değerli hocalarım başta Alt Yapı Koordinatörü Eyüp Arın, U19 Teknik Direktörü İsmail Akbaşlı, U17 Teknik Direktörü Murat Özatak, U16 Teknik Direktörü Volkan Öztürk, U15 Teknik Direktörü Ünsal Aka ve U14 Teknik Direktörü Ercan Ünal'a ve Adanaspor altyapı takımlarında görev yapan sporcularımıza ve değerli ailelerine beni zor durumlarımda destekleyen eşim ve çocuklarıma teőekkürü bir borç bilirim.

Ali Hıdır KURT

İÇİNDEKİLER

KABUL ve ONAY.....	iii
TEŞEKKÜR.....	iv
İÇİNDEKİLER.....	v
ŞEKİLLER DİZİNİ.....	vii
TABLolar DİZİNİ.....	viii
SİMGELER ve KISALTMALAR DİZİNİ.....	ix
ÖZET.....	x
ABSTRACT.....	xi
1. GİRİŞ	1
2. GENEL BİLGİLER	3
2.1. Futbol.....	3
2.1.1. Futbolda Sürat.....	5
2.1.1.1. Tepki sürati (Reaksiyon sürati–Çabukluk).....	5
2.1.1.2. Özel sürat (Hareket Sürati).....	5
2.1.1.3. Süratte Devamlılık.....	5
2.1.2. Futbolda Beceri.....	6
2.1.3. Futbolda Çeviklik.....	8
2.1.4. Futbolda Dikkat.....	8
2.1.4.1. Dikkat salınımı:.....	9
2.1.4.2. Psiko-motor hızı:.....	9
2.1.4.3. Seçici Dikkat.....	9
3. YÖNTEM	11
3.1. Evren ve Örneklem.....	11
3.2. Veri Toplama Araçları.....	11
3.2.1. Boy ve Vücut Ağırlığı Ölçümü.....	11
3.2.2. D2 Dikkat Testi.....	12
3.2.3. İllinois Çeviklik Testi.....	14
3.2.4. 30 Metre Sürat Testi.....	15
3.2.5. HUFA Sürat ve Çabukluk Testi.....	16
3.2.5.1. Teknik İndeks Puanı.....	16

3.2.6. Demografik Bilgi Formu.....	18
3.3. Verilerin Analizi.....	18
4. BULGULAR.....	19
5. TARTIŞMA.....	27
6. SONUÇ ve ÖNERİLER.....	30
KAYNAKLAR.....	32
8. EKLER.....	36
Ek-1. Etik kurulu.....	36
Ek-2. Aydınlatılmış Onam Formu (kendisi).....	37
Ek-3. Aydınlatılmış Onam Formu (veli).....	38
Ek-4. Katılımcıların Demografik Özellikleri.....	39
ÖZGEÇMİŞ.....	41

ŞEKİLLER DİZİNİ

<u>Şekil No :</u>	<u>Sayfa No:</u>
Şekil 1. Seca Vogel & Halke 769" (Hamburg) boy- kilo ölçer (50).....	12
Şekil 2. D2 testi Örnek uygulaması (11).....	13
Şekil 3. D2 testi uygulaması	13
Şekil 4. İllinois Çeviklik Testi örnek parkuru.....	14
Şekil 5. İllinois testi uygulaması.....	15
Şekil 6. 30 Metre Sürat Testi örnek parkuru.....	15
Şekil 7. 30 Metre Sürat Testi parkuru.....	16
Şekil 8. HUFA Sürat ve Çabukluk Testi örnek parkuru (51).....	17
Şekil 9. HUFA 1 Sürat ve Çabukluk Testi uygulaması (topsuz)	17
Şekil 10. HUFA 2 Sürat ve Çabukluk Testi uygulaması (toplu).....	17

TABLolar DİZİNİ

Tablo No :

Sayfa No:

Tablo 1. Tüm Katılımcıların Seçilmiş Fiziksel Özelliklerine Ait Tanımlayıcı İstatistik Değerleri (n=86)	19
Tablo 2. Tüm Katılımcıların Seçilmiş Motorik Özelliklerine Ait Tanımlayıcı İstatistik Değerleri (n=86)	19
Tablo 3. Mevkilere Göre Oluşturulmuş Grupların Ortalama Değerleri (n=86)	20
Tablo 4. Mevkilere Göre Oluşturulmuş Grupların Karşılaştırma Sonuçları (n=86).....	21
Tablo 5. Lig Kategorilerine Göre Oluşturulmuş Grupların Ortalama Değerleri (n=86)	22
Tablo 6. Lig Kategorilerine Göre Oluşturulmuş Grupların Karşılaştırma Sonuçları (n=86).....	24
Tablo 7. Dikkat Özellikleri ile Fiziksel Özellikler Arasındaki İlişki Katsayıları	25
Tablo 8. Dikkat Özellikleri ile Motorik Özellikler Arasındaki İlişki Katsayıları.....	26

SİMGELER ve KISALTMALAR DİZİNİ

FIFA	: Uluslararası Futbol Federasyonu Birliği
HÜFA	: Hacettepe Üniversitesi Futbol Alan Testi
HÜFA 1	: Topsuz Koşu Zamanı
HÜFA 2	: Toplu Koşu Zamanı
Kg	: Kilogram
m	: Metre
cm	: Santimetre
mean	: Ortalama
TM	: İşaretlenen toplam madde sayısı
TM-H	: Toplam Hata sayısı
KP	: Toplam Doğru sayısı (Konsantrasyon Puanı)
E1	: Boş bırakılan doğru madde
E2	: Yanlış işaretlenen madde
Sn	: Saniye
Ark	: Arkadaşları

ÖZET

Genç Futbolcuların Dikkat Özellikleri ile Çeviklik Sürat ve Teknik İndeks Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Bu çalışmada, erkek futbolcuların dikkat becerileri ile sürat, çeviklik ve teknik indeks puanları arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Çalışmaya, 2018-2019 ve 2019-2020 futbol sezonlarında Adanaspor alt yapı takımlarında yer alan 86 lisanslı erkek futbolcu katılmıştır. Katılımcıların ortalama değerleri; yaş (16.07±1.52), boy (172.08±8.71), vücut ağırlığı (59.49±9.56), spor yaşı (6.17±1.83) olarak belirlenmiştir.

Çalışmaya katılan sporculara, D2 dikkat testi, teknik indeks puanları için HÜFA testi, 30m sürat testi ve Illinois Çeviklik testi yapılmıştır. Ayrıca, katılımcıların demografik özelliklerini tespit etmede kısa bir bilgi formu kullanılmıştır.

Elde edilen verilerin istatistiksel analizlerinde SPSS 16.0 paket programından yararlanılmıştır. Tanımlayıcı istatistiklerin tamamlanmasının ardından, Shapiro-Wilk testi sonuçlarına göre veriler normal dağıldığı anlaşıldığından ikiden fazla grubun bulunduğu karşılaştırmalar için ANOVA testi kullanılmıştır. Farkın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için ise varyansların homojen olmasından ve gruplardaki veri sayısının az olmasından dolayı Bonferroni testinin kullanılması tercih edilmiştir.

Değişkenler arasındaki ilişkileri belirlemek amacıyla da Pearson Korelasyon katsayısı hesaplandı. Anlamlılık düzeyi $p<0.05$ olarak kabul edildi.

Futbolcuların dikkat özellikleri ile motorik özellikleri arasındaki ilişki incelendiğinde ise TM ile HÜFA1, HÜFA2 ve 30 m sürat testi sonuçları arasında düşük dereceli negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. TM-H ile HÜFA1, HÜFA2, Illinois ve 30 m sürat testi sonuçları arasında düşük dereceli negatif yönlü anlamlı bir ilişki vardır. KP ile sadece HÜFA2 testi arasında düşük dereceli negatif yönlü anlamlı bir ilişki görülmüştür ($P<0,05$).

Sonuç olarak; antrenmanlarda yapılabilecek dikkat geliştirme çalışmalarının, sporcuların sürat, çeviklik, HÜFA1 ve HÜFA2 puanlarında iyileşmeye neden olabileceğini vurgulayabiliriz.

Anahtar Kelimeler: Futbol, Dikkat, Çeviklik, Sürat, Teknik.

ABSTRACT

Investigation of the Relationship between Attention Features and Agility Speed Technical Index Scores of Young Football Players

It was aimed to investigate the relationship between footballers' attention skills and speed, agility and technical tactical skills.

In this study, subjects were licensed football players aged between 14-20 years at the Adanaspor infrastructure football teams operating amidst the 2018-2019 and 2019-2020 Football season. Determined as, age (16.07 ± 1.52), length (172.08 ± 8.71), weight (59.49 ± 9.56), sports age (6.17 ± 1.83) average values of the participants.

Athletes participating in the study were given the D2 attention test, the HÜFA test for quick-top quickness skills, a 30m speed run for speed skills, and the Illinois Agility test to determine their agility. Besides, a short information form was used to determine the demographic characteristics of the participants.

SPSS 16.0 package program has been used for the statistical analysis of the data. Following the completion of the descriptive statistics, ANOVA test was used for comparisons with more than two groups, since the data were understood to be normally distributed according to the results of the Shapiro-Wilk test. To determine which group the difference originated from, it was preferred to use Bonferroni test because the variances are homogeneous and the number of data in the groups is low. Pearson Correlation analysis method was used to determine the relationships between the variables. Significance level was accepted as $p < 0.05$.

When the relationship between the attention characteristics and the motoric characteristics of the footballers was analysed, a significant negative correlation was found between TN and HÜFA1, HÜFA2 and 30 m speed test results. There is a significant low-level negative relationship between TNE and HÜFA1, HÜFA2, Illinois and 30 m speed test results. There was a significant low-level negative relationship between CP and HÜFA2 test only ($P < 0.05$).

Consequently; we can emphasize that the attention-enhancing activities that can be done in training can cause the athletes to improve their speed, agility, HÜFA1 and HÜFA2 scores.

Key Words: Football, Attention, Agility, Speed, Technique.

1. GİRİŞ

Futbol, çok fazla sayıda oyuncunun katılımıyla, oyun kuralları gereği sınırları çizilmiş büyük bir oyun alanında, el harici bedeninin her yerinin kullanılarak oynanan ve sonucun atılan ya da yenilen gollerle belirlendiği bir spordur (1).

Futbolcular, hemen hemen her hafta tekrarlanan, zihinsel ve fiziksel zorlanmaların olduğu yoğun iş yüküne maruz kalmaktadır (2). Antrenmanlar ve maçların sporcuların üzerinde meydana getirmiş olduğu fizyolojik ve psikolojik stresin, performansı geçici olarak olumsuz yönde etkilediği bilinmektedir. Bu etkinin maçlardan ya da antrenmanlardan sonra birkaç dakika, birkaç saat ve hatta birkaç güne kadar sürebildiği bilinmektedir (3). Futbolda, bilim ve spor bilimi etkileşimiyle gerek futbolcuların çalışma şartlarını iyileştirmek ve gerekse de seyircilere daha iyi izleme, zevk ve haz duyma imkânı verebilecek gelişmeler sağlanmakta olup, futbolun gelişmesine ve daha geniş kitlelere yayılmasına hız kazandırılmaktadır (4). Çağımız futbolu artık çok daha hızlı, daha çok taktiksel, güce dayalı ve her geçen gün daha da gelişen, bilimsel gelişmelerin daha fazla olduğu bir oyun haline gelmiştir. Bu oyuna ayak uydurabilmek için çok daha hızlı düşünmek, süratli olmak ve daha çabuk hareket etmek gerekmektedir (5). Futbol, oyun yapısı bakımından; uzun süreli, farklı şiddetlerde asimetrik koşuların olduğu, taktik ve teknik becerilerin, çeviklik, kuvvet ve dayanıklılık gibi motorik özelliklerin öne çıktığı bir spor branştır (2). Futbol oyunu çeşitli süratleri ve ani-yüksek güç içeren; kayarak müdahale, sıçrama, kafa vuruşu, topa vuruş gibi birçok farklı becerileri gerektirmektedir (6). Bu beceriler, kardiyovasküler fitness, kas kuvveti, dayanıklılık, esneklik, sürat, çeviklik, koordinasyon, teknik beceri ve taktiksel bilgileri içeren birçok faktöre bağlıdır (7). Bu faktörlerden teknik becerinin maç performansı üzerinde büyük bir etkiye sahip olduğu bilinmektedir. Bu yüzden strateji çeşitlilikleri ve teknik beceriler futbolda gol atabilme becerisine ulaşmada gerekli durumları sağlayabilmek için sürekli gelişim halinde olmalıdır (8). Düşünce süreçlerini kontrol edebilme ve bir göreve konsantre olabilme yeteneğinin, sporda etkili performans için en gerekli anahtar öge olduğu belirtilmiştir (9). Spor, seçici dikkat ile ilgili çalışmaların ilgi odağı olmuştur. Psikomotor becerileri başarılı bir şekilde sergilemek için bireyler, seçici olarak dikkat edebilmeli ve ilgili olmayan uyarınları göz ardı ederken, ilgili uyarınlara konsantre olabilmelidir (10). Daha önce de belirtildiği

gibi sporda dikkat, iyi performansın göstergelerinden biri olarak kabul edilmektedir. Sporcunun dikkatini yoğunlaştırabilme yeteneğinin iyi olması, başarılı performans için gerekli öğelerden biridir. Bunun için de sporcunun dikkatinin değerlendirilmesi ve eğer dikkatini belli bir odağa yönlendirmede sorunu var ise uygun eğitimin verilmesi gerekmektedir (11).

Literatüre bakıldığında; Huijgen ve ark (57), Profesyonel futbolcuların, profesyonel olmayan futbolculardan özellikle kognitif düzeylerde daha iyi oldukları görülmüştür. Bunu destekler nitelikteki bir başka tarama çalışmasında ise Memmert (58), yapmış olduğu araştırmada, profesyonel sporcuların (futbol, voleybol, basketbol vb.) dikkatlerinin, amatör sporculardan daha iyi olduğunu belirtmektedir. Tunç (59) golf sporcuları üzerinde yapmış olduğu bir başka çalışmada ise, deney grubu ve kontrol grubu son test değerlerine ilişkin bir karşılaştırma yapıldığında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık ortaya koyduğu sonucuna ulaşmıştır. ($p>0,05$). Bu da deney grubundaki sporculara uygulanan golf antrenmanlarının sporcuların dikkat performanslarını olumlu yönde etkilediğini göstermiştir. Kartal ve ark (60) okullarda eskrim sporuyla uğraşan 10-12 yaş arası düzenli spor yapan ve yapmayan 40 çocuğun dikkat performanslarını karşılaştırmıştır. Düzenli olarak eskrim sporu yapan çocukların, düzenli spor yapmayanlara göre dikkat düzeylerinin daha iyi olduğu bulunmuştur. Asan (61), çalışmasında masa tenisi sporu ile uğraşan 9-13 yaş grubu çocukların dikkat düzeylerini incelemiştir; Araştırmaya, 40 masa tenisi sporu yapan, 40 herhangi bir spor programına katılmayan çocukların istatistiksel olarak ön test değerleri bakımından anlamlı fark tespit edilmemiş, buna karşın iki grup arasında son test değerleri açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark ortaya koymuştur. Literatürde dikkat performansı ile ilgili birçok çalışma olmasına rağmen futbolcularda dikkat performansının teknik indeks, çeviklik ve sürat becerileri arasında bir ilişkiye bakılan bir çalışma bulunmamaktadır.

Bu bağlamda, çalışmada, genç erkek futbolcuların dikkat performansları ile teknik indeks, çeviklik ve sürat becerileri arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmıştır.

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Futbol

Ülkemizde ve dünyada en yaygın takım sporlarından biri olan futbol, milyonlarca insanın takip ettiği en popüler spor dallarından biri olmakla beraber, son yıllarda dünya çapında bir gösteri endüstrisine dönüşmüş, ayrıca spor ekonomisinin en önemli kalemlerinden biri haline gelmiştir. Bu kapsamda, futbolcuların kazandıkları astronomik transfer ücretleri çocukların ve gençlerin futbolcu olma isteklerini ve bunu başarabilmek için yorucu ve uzun süreli antrenmanları göze almalarını açıklamaktadır. Futbol, milyonlarca insanı, en zor iklim şartları altında bile, statlara çeken çok güzel, güzel olduğu kadar da dürüst ve üstün teknikte oynandığında kalitesi daha da artan bir spor dalı olmuştur. Gelişmiş ülkelerde ve ülkemizde bu ilgi futbolu, okullara ve kulüplere taşıyarak yaşamın bir parçası haline getirmiştir. Günümüzdeki futbol eğilimi ise daha karmaşık teknik becerilere, taktiksel düşünmedeki gelişmeye ve fiziksel olanaklardaki artışa dayanmaktadır (12).

Futbolda performansı oluşturan faktörleri teknik, taktik, fiziksel ve mental boyutların birleşimi olarak sıralayabiliriz. Günümüzde futbol en fazla katılım gösterilen spor olmasının yanında en fazla izleyici kitlesine de sahip spor dalıdır. Bu yönüyle performansı oluşturan diğer faktörlerin yanında teknik kapasitesi yüksek futbolcuların oyun içerisinde sergilemiş oldukları beceriler futbol seyircisinin ilgisini çekmekte ve takım başarısına da önemli katkılar sağlamaktadır (13). Ayakla oynanan top oyunlarının Sümerler'e kadar ulaştığı bilinmektedir. Mısır'da mezarlardaki duvar resimlerinde ayakla top oynayan insan figürlerine rastlanmıştır. Hatta bu zamandan kalma, 7,5 cm çapında deri veya ketenden yapılmış toplar 2500 yıl önceden günümüze kadar ulaşmıştır ve kimi müzelerde sergilenmektedir. Günümüz futbolun temeli ise Romalı askerler arasında oynanan "harpastum" adlı oyundur. Futbol tarih boyunca hemen hemen bütün medeniyetlerde benzer biçimlerde boy göstermiş olsa da bugünkü haline en yakın şeklini 17. yüzyılda İngiltere'de almıştır. Futbol kelimesi İngilizceden diğer dillere geçmiş ve oyunun ilk kuralları, 1863 yılında Londra Futbol Birliği tarafından oluşturulmuştur. Futbol oyunu İngiliz askerler, gemiciler ve ticaret yapanlar vasıtasıyla Hindistan, Güney Afrika, Avrupa ve Güney Amerika'ya götürülmüştür. Futbol dünyadaki birçok ülkede en ünlü spordur. İlk futbol kulübü 1872'de La Havre'de

kurulmuştur. Uluslararası Futbol Federasyonu Birliği (FIFA) 21 Mayıs 1904 yılında Paris'te Fransa, Belçika, Hollanda, İsveç, İsviçre, Danimarka ve İspanya Futbol Federasyonlarının katılımı ile kurulmuş ve diğer Avrupa ülkelerinin katılımı da bundan sonraki tarihlerde genişlemiştir.

Bir takım sporu olan futbol, 11 kişilik 2 takımın birbirine üstünlük sağlamak amaçlı mücadele ettiği ve sonucunda kazananın golle belirlendiği bir oyundur. Ancak hem rakibe karşı üstünlük sağlamak hem de ortalama 100m uzunluğunda 60 metre genişliğinde bir alanda 45 dakikadan 2 yarı boyunca bu mücadeleyi göstermek, oldukça gelişmiş kondisyonel özellikleri gerekmektedir (8). Futbol birbirinden farklı yaklaşık olarak 1000 ayrı hareketin yer aldığı ve hareketlerin bir biri ardına hızla değişebildiği bir oyun yapısındadır. Kırk beşer dakikadan iki devreli oynanan oyun, temel aerobik bir yapı üzerine, düzensiz aralıklarla süratin, kuvvetin, süratte devamlılık, kuvvette devamlılık, patlayıcılık ve koordinasyonun; futbolun oyun yapısına ve beceri özelliğine bağlı olarak, teknik ve taktik içerisinde sergilendiği özelliktedir (14).

Futbol oyun felsefesinin farklı ülke liglerine göre değişiklik gösterdiği ve başarı elde etmek için çeşitli yolların izlendiği bilinmektedir (15). Örneğin elit seviyede bir futbolcunun yılda ortalama 220 antrenman ve 60 maça, ayda ortalama 20 antrenman ve 5. 5 maça çıktıkları görülmüştür (16). 2009-2010 sezonunda; Bazı İspanyol oyuncuların; yerel maçlar, Avrupa kupası maçları, Dünya Kupası maçları dâhil olmak üzere 70'den fazla maça çıktıkları, ortalama olarak haftada 1 ile 3 arasında maç yaptıkları bildirilmiştir (17). Üst düzey futbol liglerinde standart bir sezon yaklaşık 11 ay sürer. Sezon öncesi dönem genel olarak Temmuz ayının başında başlar ve yaklaşık 6-8 hafta sürer. Ağustos ortasında sezonun müsabaka dönemi başlayıp normal şartlarda Mayıs ayının ortasında sezon sona erer. Sezonun bu müsabaka bölümünde, bir takım haftada 1 ve ya 2 maça çıkar (17).

Antrenmanlar ve maçların sporcuların üzerinde meydana getirmiş olduğu fizyolojik ve psikolojik stresin, performansı geçici olarak olumsuz yönde etkilediği bilinmektedir. Bu etkinin maçlardan ya da antrenmanlardan sonra birkaç dakika, birkaç saat ve hatta birkaç güne kadar sürebildiği bilinmektedir (3). Bu verilerin ışığında futbolda, oynanan ligin düzeyine bağlı olarak sporculardan beklenen fiziksel ve mental yaptırımların farklılık gösterebildiği söylenilebilir.

2.1.1. Futbolda Sürat

Sürat, insanın kendisini en yüksek hızla bir yerden bir yere hareket ettirme yeteneğidir. Hareketlerin mümkün olduğu kadar büyük bir hızla uygulanması yeteneği olarak tanımlanmaktadır. Sürat kalıtsal özellik olup ancak bilinçli bir antrenman ile geliştirilebilir ve istenilen düzeye getirilebilir. Sürat, birim zamanda alınan yol, hız ise birim zamanda alınan uzaklıktır (18).

Spor genelinde sürat; dayanıklılık, kuvvet, hareketlilik gibi önemli bir motorik özelliktir. Sürat, kişinin kendisini en kısa zamanda bir noktadan bir başka noktaya taşıyabilme yeteneğidir (19).

Sporda sürat üç ana başlık altında incelenebilir:

2.1.1.1 Tepki sürati (Reaksiyon sürati–Çabukluk)

Bir hareket için çok çabuk tepki gösterme yeteneği.

2.1.1.2.Özel sürat (Hareket Sürati)

Belirli bir mesafeyi mümkün olan en yüksek süratle kat etmek.

2.1.1.3.Süratte Devamlılık

Uzun süren bir müsabaka ortamında, hareketleri devamlı olarak süratli bir şekilde yapabilme yeteneğidir (20).

Little ve Willams (21) maksimal sürat, hızlanma, ve çeviklik arasında kuvvetli bir ilişki gözlemlemiştir. Ancak bu özelliklerin her birinin bir diğeriyle ilişkisi dikkate alınmadan ayrı ayrı da yeterince önemli olduğu kararına varılmıştır. Çabukluk ve çabuk kuvvet ile yakın ilişkisi vardır. Çabukluk; kasların mümkün olan en kısa zamanda dış dirençlere karşı, vücut ya da vücudun bir kısmının direncine rağmen eklemleri harekete geçirebilme özelliğidir (22). Sürat yeteneği doğuştan gelen bir özellik olmasına rağmen uzun vadeli, bilinçli, antrenmanlarla geliştirilebilir. Buna göre sürat antrenmanlarının ağırlık noktasını, süratin mekanik ve fizyolojik özelliklerinin oluşturması gerekmektedir (23). Genel olarak sürat, çeşitli bölümsel yetileriyle futbola özgü verim yetisinin en önemli bileşenlerinden birini oluşturmaktadır. Çok iyi oynayan futbolcular sadece üst düzeyde teknik–taktik özellikler göstermekle kalmamakta, aynı zamanda çok gelişmiş sürat özellikleri de taşımaktadırlar. Hem hücumda hem de savunmada sürat, çoğu

zaman yengi ya da yenilgiyi belirleyici olabilmektedir. Savunma ve hücum oyuncularının “Bir adım önde olması”, “Ayağını erken sokması”, “Çabuk olarak pozisyon yaratması” çoğu zaman oyunun kaderini değiştirecek bir golü atmaya ya da önlemeyi sağlamaktadır (24).

Futbola özgü olan ivmelenme ya da sprint kuvveti olarak da tanımlanan ivmelenme sürati futbol için; sprintte dayanıklılık ve süratte dayanıklılık gibi dönüşümlü sürat bileşenlerinden en önemlisidir çünkü futbolcu maçta sadece ivmelenme sınırlarını aşmayan mesafeleri koşar (24). Sürat futbolcunun performansı üzerinde öncelikli olan etkenlerden bir tanesidir. Futbol oyuncuları 90 dakikalık bir müsabakada ortalama her 90 saniyede bir 2-4 saniyelik maksimal efor gerçekleştirmektedir ve müsabakada toplam kat edilen mesafenin % 1-11'i sprint ile geçmektedir (25). Bu, ortalama 8 – 12 km mesafe kat edilen bir müsabakada futbol oyuncularının toplamda 800–1200 metre gibi bir mesafeyi sprint ile geçebileceklerini göstermektedir (26).

2.1.2. Futbolda Beceri

Spor dallarında kondisyonel koşulların dışında tekno-motor unsurlar da performans sonucunu belirler. Spor tekniği, örneğin belli bir kompozisyona göre icra edilen spor dallarında olduğu gibi, çoğu zaman bir disiplinde performansı etkileyen en önemli faktördür (27).

Teknik bir yandan bir spor disiplinine ait hareketlerin ideal modelidir. Bu “İdeal hareket”in mevcut bilimsel bilgilere ve pratik tecrübelerine dayanarak; sözel, grafiksel, biyomekanik – matematiksel, fonksiyonel – anatomik olarak ve daha değişik şekillerde tanımlanması mümkündür. Diğer taraftan teknik, hedeflenen ideal hareketin gerçekleştirilmesi, yani en uygun hareket fiilinin sporcu tarafından uygulanmasını sağlayan çözüm yöntemidir (28).

Antrenmanın kondisyonel koşullarının son yıllarda yüklenilebilirlik sınırına ulaşmasından ve antrenman kapsamları ile yoğunlukları yardımıyla her zaman performans artışları sağlanamamasından dolayı zamanla yeni tasarımların gözden geçirilmesine başlandı. Böylece spor bilimciler, antrenörler ve sporcular; teknik antrenmanlara daha fazla önem vererek, antrenman süreçlerinin ve müsabaka

performanslarının etkinliğini artırmayı öğrendiler. Teknik antrenman ile ilgili sorunlar, günümüz yüksek performans sporunun en güncel konusu haline geldi (27).

Teknik yetersizlikler söz konusu olduğunda oyunsal gelişimin tam olarak sağlanamadığı” düşünüldüğünde; maçı kazandıracak oyunsal ya da taktik üstünlük ne kadar çalışılırsa çalışılsın, oyuncuların teknik yapısının zayıflığı bütün bu çalışmalarını boşa çıkaracak ve takım oyuncuları tüm fiziksel ve fizyolojik gereklilikleri yerine getirmiş olsalar dahi teknik yetersizlik takımın başarı elde etmesi önünde engel oluşturacaktır (29). Teknik, birçok faktörden etkilenir. Merkezi sinir sistemi (Beyin) ve uygulama organları arasındaki etkileşimin niteliği, bir tekniğin ne kadar iyi uygulanabileceğini kesin olarak belirler. Yöneten ve uygulayan organlar arasındaki bu fark diğer bileşenleri de etkiler. Örneğin; sensör-kognitif yetenekler ve fiziksel özellikler, öncelikle uygulama organının niteliğini etkilerken, fonksiyonel-anatomik durumlar ise öncelikle uygulama organının niteliği olmak üzere kondisyonel ve motor yetenekleri de etkiler (27). Futbolda teknik, sonuç almak için belirleyici bir role sahiptir. Futbolun çekici ve cazibeli olmasının en büyük parçası futbolcuları teknik yeterliliğidir. Teknik, bireysel yeteneklerin ortaya konulmasında en önemli unsurdur (28). Ferah (30), futbol oyunu tekniğini; “Bulunduğu yer ve zaman içinde kendisinin dolayısı ile takımının üstünlüğünü sağlamak için futbolcunun, oyunun gerektirdiği şekilde topla ya da topsuz yapmak zorunda olduğu bir takım davranışlar” olarak tanımlamıştır. Futbolda teknik; en zorlu maç koşulları altında topa sahip olmak ve korumak için, hareket becerileri ve pozisyon olanakları ile donatılarak hazır hale gelmeyi ifade eder (31).

Bu çalışmalarda yer alan bilgiler ışığında futbol tekniği, futbolcunun oyun içerisindeki hareketleri en çabuk, en düzgün, en ekonomik ve estetik bir şekilde gerçekleştirebilmesidir. Başka bir deyişle gerekli motor beceriyi gerektiği anda yerine getirme yeteneği olarak da tanımlanabilir. Futbol tekniği üst seviye olan bir futbolcu oyun alanında doğru zamanda, doğru yerde olan, yaptığı ve yapmadığı hareketler ile takım arkadaşlarının özgüvenini arttıran, ne zaman top süreceğine, ne zaman pas vereceğine, ne zaman çalım atacağına ve ne zaman şut atacağına çok çabuk karar verebilen oyuncudur.

2.1.3. Futbolda Çeviklik

Çeviklik; denge, hız, kuvvet ve sinir-kas koordinasyonu işbirliğiyle iki nokta arasında vücudu hareket ettirme ve yön değiştirme becerilerini mümkün olduğunca kolay, hızlı, akıcı ve kontrollü bir şekilde yapabilmek olarak tanımlanmaktadır (32). Çeviklik bir hareket serisi boyunca çok hızlı yön değiştirmeler esnasında vücudun ve eklemlerin uzayda doğru pozisyonda olmasını sağlayan kontrol ve koordinasyon becerisi olarak tanımlanır (33). Başka bir deyişle çevikliğin bir uyarana yanıt olarak tüm vücudun hız ve yön değiştirmeler olarak verdiği tepkiler olduğu belirtilmektedir(33).

Çevikliğin kapsamlı tanımında, çeviklik performansının fiziksel özellikleri (kuvvet), bilişsel süreçleri (motor öğrenme) ve teknik becerileri (biyomekanik) içerdiği kabul edilmektedir (33). Çeviklik, özellikle takım sporlarında performansın önemli bir belirleyicisi olarak kabul edilmektedir (34). Örneğin, birçok sporda rakip oyuncudan başarıyla kurtulabilmek, aldatmak ya da yakalamak için top veya rakibe tepki vermek, daha çevik sporcuların avantaj sağladığı durumlar olarak belirtilmektedir (35).

Çeviklik birçok takım sporunda olduğu gibi futbolun da vazgeçilmez bir parçasıdır. Birçok spor bilimci çevikliğı, bütün bir vücut hareketiyle hızlı bir yön değişikliğı veya bir uyarana verilen tepki hızı olarak tanımlamaktadır. Buna göre çeviklik, iki ana bileşenden etkilenir: birincisi, algılama ve karar verme faktörleri, ikincisi ise yön hızının değiştirilmesidir. Bu yüzden oyuncuların kalitesini değerlendirmek için çeviklik önemli bir parametredir (33). Çeviklik birçok spor dalında olduğu gibi futbolda da başarılı bir performans için gerekli önemli bir fiziksel bileşendir (36).

Çeviklik aynı zamanda bir futbol oyuncusunun yüksek hızda yön değiştirmeli koşularının, ani hızlanma ve durma gibi hareketlerinin kalitesini belirleyen en temel performans bileşenidir ve genel popülasyonla karşılaştırıldığında elit futbolcuyu kuvvet, güç, esneklik gibi diğer saha testlerine göre daha iyi ayırt eden bir özelliktir (37).

2.1.4. Futbolda Dikkat

Dikkat, düşünce ve duyguların bir sorun veya konu üzerinde toplanması, zihnin uyanık olması hali (38). Duygularla düşünceyi bir şey üzerinde toplama, uyanıklık, uyanık davranmak, ilgi, özen (39).

2.1.4.1. Dikkat salınımı:

Dikkat dağılması ve şaşırma olarak adlandırılabilir.

2.1.4.2. Psiko-motor hızı:

Psiko-motor gelişim bireyin organlarının işleyişini, denetimi altına almada gösterdiği becerikliliğin artmasıdır (40). Psiko-motor davranışların, kendine özgü bir yapılaş hızı vardır. Bir davranışın gerektiğinden az hızda veya çok hızda yapılması hâlinde organizma tehlikeye girebilir.

2.1.4.3. Seçici Dikkat

Seçici dikkat kişinin sınırlı duyuşal uyarıcısının bilgiyi işleme sürecinden önceliğe göre ele alma kabiliyetidir. Dikkat, duyu mekanizmaları ile alınan uyarılardan birini, diğerine oranla seçmesi işlemine verilen addır. Her durumun kendine özgü şartlarına göre, diğerlerinden seçilip ayıklanan ve üstünde odaklanan uyarın grubu farklılaştırabilir. Bu hal, dikkati organizmanın gereksinim duyması bakımından yapılandırılan ve yönlendirilen süreç olduğunu ortaya koymaktadır (41). Son derece kompleks bir işlev olan dikkat, her tür bilinçli nöropsikolojik faaliyetin, özellikle de amaçlı öğrenme, yakın bellek ile düşünmenin optimum şartıdır. Dikkat, algılamadaki seçici ve aktif unsura verilen addır (42). Dikkat kavram önceliklerin belirlenmesi, sıralama, düzenleme, planlama fonksiyonların hepsini kapsayan kavram olarak ifade edilebilir (43). Dikkat, beynin farklı bölümlerinden kaynaklanan ve ard arda gelen basamaklardan oluşan süreç şeklinde ifade edilebilir.

Dikkatin bir özelliği de kapasitesinin sınırlı olmasıdır. Dikkatin kapasitesi kişiler arasında değişiklikler gösterirken aynı kişilerde farklı özellik gösterebilir (44). Dikkat, insan bilgi işlem sisteminin temel bir bileşenidir. Bir defada ortamda bulunan tüm bilgileri işleyememesi nedeniyle, bir sistem olarak insanın kapasitesi sınırlı olarak tanımlanır. Dikkat, bu sınırlı kapasitedeki işlemciye bilgi sağlamak için gereklidir (45). Uygun uyarana dikkati yöneltme ve bu uyarana dikkat etmeyi sürdürme becerisi, hem sporda hem de iş yaşamında çok önemlidir. Dikkat kontrolü zihinsel antrenman programlarında anahtar bileşendir (46).

Sporda konsantrasyona verilen önem nedeniyle birçok zihinsel beceri antrenmanı programı, sporcularda dikkat becerilerini artırma amaçlı egzersiz ve

stratejileri kapsamaktadır. Bu tekniklerin amacı; sporcuların “ilgisiz düşüncelerden temizlenmiş, vücudun gerginliklerden arınmış ve odağın o anda yapılan beceri için önemli olan şeye yoğunlaşmış olduğu” odaklanmış bir zihin kazanmasına yardımcı olmaktır. Spor görevlerinde sadece en uygun bilgiye dikkat edilmesi ve ilgili olmayan veya dikkat dağıtıcı bilgiden kaçınılması, başarılı performansın temelini oluşturmaktadır (47). Çeşitli yazılı kaynaklarda sporcular için dikkat eğitimi programları tanımlanmıştır. Bu yazarlar, görevle ilgili olmayan bilgiler, düşünceler veya fiziksel işaretlerle dikkatin dağılmasına olanak vermeden o andaki göreve konsantre olma veya odaklanma yeteneğinin, daha iyi performansa neden olabileceği düşüncesinde birleşmektedirler (48). Performans ortamında görev ile ilişkili bilgiye görsel seçici dikkat, bir motor beceriyi sergilemeye hazırlanmanın önemli bir parçasıdır (49). Bu araştırmaların da gösterdiği gibi; sporun her branşında performansı belirleyen en önemli kriterlerden biri olan dikkat, futbolcularında performansları boyunca üst seviyede sağlamaları gereken önemli unsurlardandır. Dahası futbol oyun alanında futbolcunun dikkatini yoğunlaştırması gereken, seyirci baskısı, rakip oyuncular, kendi takım arkadaşları, top ve hakemler gibi birçok değişken bulunmaktadır. Bu değişkenler, futbolcuların dikkatlerini sağlamayı ve performansları boyunca sürdürmelerini zorlaştırmaktadır. Öyle ki, sezon içerisinde oynanan maçlar boyunca performans sergileyen ve efor sarf eden futbolcuların bu maçlardan herhangi biri veya birkaç tanesinde anlık dikkat dağınıklığı yaşaması futbolcunun kendisinin ve tüm takım arkadaşlarının oynan maçın ve hatta sezon boyunca takım olarak hedeflenen başarıların kaybedilmesine yol açabilmektedir.

3. YÖNTEM

3.1. Evren ve Örneklem

Çalışmamızın evrenini Adana ili, birinci futbol ligi alt yapı takımlarında yer alan lisanslı erkek futbolcular oluştururken, örneklemimiz ise Adanaspor alt yapı takımlarında yer alan yaş (16.07 ± 1.52), boy (172.08 ± 8.71), vücut ağırlığı (59.49 ± 9.56), spor yaşı (6.17 ± 1.83) olarak belirlenen, 86 erkek lisanslı futbolcudan oluşmaktadır.

Çalışmaya başlamadan önce sporculara gönüllü katılımlarına dair onam formu imzalatılmıştır (Ek 2). 18 yaşından küçük çocuklar için veli izin belgeleri alınmıştır

(Ek 3). Bu çalışmanın, T.C. Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Etik Kurulu'nun 07.12.2018 tarih ve 83 no kararı ile Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı'nda yürütülmesinin uygun görülmüştür (Ek 1).

3.2. Veri Toplama Araçları

Ölçümlerinin tamamı Adana Gençlik ve Spor İl Müdürlüğüne bağlı Muharrem Gülergin ve Kayhan Kaynak Kardeşler stadyumlarında farklı günlerde fakat aynı saatlerde (16.00-17.30) ve güneşli havalarda yapılmıştır. Her iki stadyumunda zemini sentetik çim özelliğine sahiptir.

Ölçümler sırasıyla; boy, vücut ağırlığı, D2 Dikkat testi, İllinois Çeviklik testi, 30 m sürat testi ve HUFA testi şeklinde gerçekleştirilmiştir. Performans ölçümleri gerçekleştirilmeden önce sporculara 10 dakikalık standart bir ısınma protokolü uygulanmıştır. Isınma protokolü 5 dakikalık düşük tempolu koşunun ardından *kalistenik* hareketler ve kısa mesafeli *sprintlerle* tamamlanmıştır. Isınma sonrası performans testlerine geçilmeden önce 3-4 dk dinlenme süresi verilmiştir. Futbolcuların ölçüm protokollerine alışmaları açısından her bir test için düşük tempoda iki deneme yapılmıştır. Testler iki tekrar olarak gerçekleştirilmiş ve deneklerin elde ettikleri en iyi skorlar kaydedilmiştir.

3.2.1. Boy ve Vücut Ağırlığı Ölçümü

Boy ve vücut ağırlığı ölçümleri "*Seca Vogel & Halke 769*" (Hamburg) marka bir cihaz ile yapılmıştır. Ölçümler sırasında sporcular forma ve şort giymişlerdir. Vücut

ağırlığı her iki bacak üzerinde dengeli biçimde dağılacak şekilde bulunan bireylerin başları "*Frankfort Horizontal Plan*" pozisyonunda, kollar vücudun yan tarafında ve avuç içleri bacaklara dönük olacak şekilde ölçümler alınmıştır. Topuklar birbirine değerken ayakların iç tarafındaki açı yaklaşık 60° olarak ayarlanmıştır. Topuklar, kalça ve Skapula'ya dikey konumdaki platforma temas ederken ve bireyler dik pozisyonda iken tüm boy ölçümleri iki kere alınmıştır. İkinci ölçüm için sporcu platformdan bir adım geriye alındıktan sonra tekrar açıklanan vücut pozisyonu sağlanarak ikinci ölçüm yapılmıştır. İki ölçümün ortalaması alınarak değerlendirilmiştir (50). Vücut ağırlığı ölçümleri ise 0.01 kg hassasiyette cihaz kullanılarak yapılmıştır. Ölçüm öncesinde 100'er gr'lık ağırlıklardan 10 tanesi arka arkaya konularak ölçüm hatası olup olmadığı test edilmiştir. Yapılan denemeler sonucunda baskülün ölçüm hatası yapmadığı gözlenmiştir (50).



Şekil 1. Seca Vogel & Halke 769" (Hamburg) boy- kilo ölçer (50).

3.2.2. D2 Dikkat Testi

Katılımcıların dikkat düzeylerini belirlemede; D2 dikkat testi kullanılmıştır. Bu test, 1962 yılında Brickenkamp tarafından geliştirilmiştir. Zihinsel konsantrasyon ve seçici dikkati değerlendirmek amacıyla yapılmakta olan bu testin Türkiye’de sporcular ve sedanterler üzerine geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmıştır (11).

Testin her bir uygulamasında en fazla 6 adet sporcu alınmış ve teste başlanmadan önce katılımcılara detaylı açıklamalar yapılmıştır. Katılımcılardan, uygulama sırasında aşağıdaki örnek harfleri göz önüne alarak üzerine işaretleme

yapması istenmiş, diğer harf ve işaretlerin göz ardı edilmesi söylenmiştir. Her bir satır için, katılımcıya 20sn süre tanınmıştır(11).

D2 dikkat testinde; TM işaretlenen toplam madde sayısını, KP işaretlenen toplam doğru sayısını ifade eder. TM-H ise toplam işaretlenen madde sayısındaki boş bırakılan doğru madde sayısı (H1) ve yanlış işaretlenen madde sayılarının (H2) toplamının TM den çıkarılması sonucunda bulunur. (TM-H: TM-(H1+H2))

TM: Öğrencinin psiko-motor hızını yani algıladığını harekete dönüştürme, kavrama hızını gösterir.

KP: Her satırda doğru yapılan işaretleme sayısıdır.

H1: Boş bırakılan doğru madde

H2: Yanlış işaretlenen madde

TM-H: TM sayısında işaretlenen yanlış ve boş bırakılan madde sayısı toplamı

Örnek: $\overset{\cdot}{d}$ $\underset{\cdot}{d}$ $\overset{\cdot}{d}$

Uygulama: $\overset{\cdot}{d}$ $\underset{\cdot}{p}$ $\overset{\cdot}{d}$ $\underset{\cdot}{d}$ $\overset{\cdot}{d}$ $\underset{\cdot}{d}$ $\overset{\cdot}{p}$ $\underset{\cdot}{d}$ $\overset{\cdot}{d}$ $\underset{\cdot}{p}$ $\overset{\cdot}{d}$ $\underset{\cdot}{d}$ $\overset{\cdot}{d}$ $\underset{\cdot}{p}$ $\overset{\cdot}{p}$ $\underset{\cdot}{d}$ $\overset{\cdot}{d}$ $\underset{\cdot}{d}$ $\overset{\cdot}{p}$ $\underset{\cdot}{d}$ $\overset{\cdot}{d}$

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22

Şekil 2. D2 testi Örnek uygulaması (11).

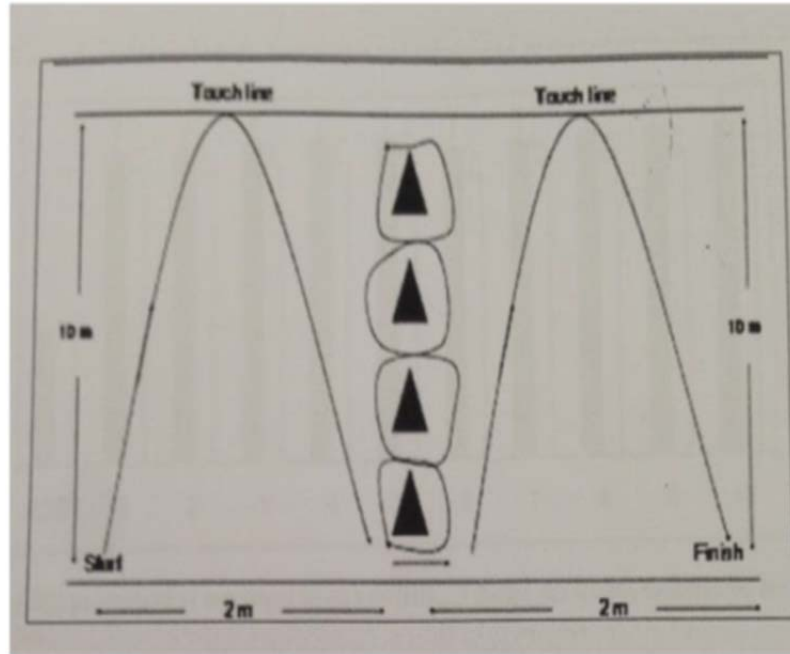


Şekil 3. D2 testi uygulaması

3.2.3. İllinois Çeviklik Testi

Sporcuların çeviklik becerilerini belirlemek için Illinois çeviklik testi uygulanmıştır. Eni 5 m, boyu 10 m ve orta bölümünde 3,3 m aralıklarla düz bir hat üzerine dizilmiş üç koniden oluşan test parkuru, zemini sentetik çim olan futbol sahasına kurulmuştur. Test, her 10 m’de bir 180 ° dönüşler içeren 40 m’si düz, 20 m’si koniler arasında slalom koşusundan oluşmaktadır.

Test parkuru hazırlandıktan sonra başlangıç ve bitimine 0.01 sn hassasiyetle ölçüm yapan iki kapılı fotoselli elektronik kronometre sistemi (Sport Expert MPS 501) yerleştirilmiştir. Test öncesinde sporculara parkurun tanıtımı ve gerekli açıklamalar yapıldıktan sonra düşük tempoda 2 deneme yapmalarına izin verilmiştir. Sonrasında deneklere kendi belirledikleri düşük tempoda 5-6 dk ısınma ve germe egzersizleri yaptırılmıştır. Sporcular test parkurunun başlangıç çizgisinden, yüzüstü yatar pozisyonda ve eller omuz hizasında yerle temas halindeyken çıkış yapmışlardır. Parkuru bitirme zamanı saniye cinsinden kayıt edilmiştir. Test her deneğe iki kez yapılmış ve en iyi derece kayıt altına alınmıştır(2).



Şekil 4. İllinois Çeviklik Testi örnek parkuru



Şekil 5. İllinois testi uygulaması

3.2.4. 30 Metre Sürat Testi

Sporcuların süratlerini belirlemek için 30 metre sürat testi uygulanmıştır.

Sporcuların süratleri başlangıç ve bitimine 0.01 sn hassasiyetle ölçüm yapan iki kapılı fotoselli elektronik kronometre sistemi (Sport Expert MPS 501) kullanılarak ölçülmüştür(2).



Şekil 6. 30 Metre Sürat Testi örnek parkuru



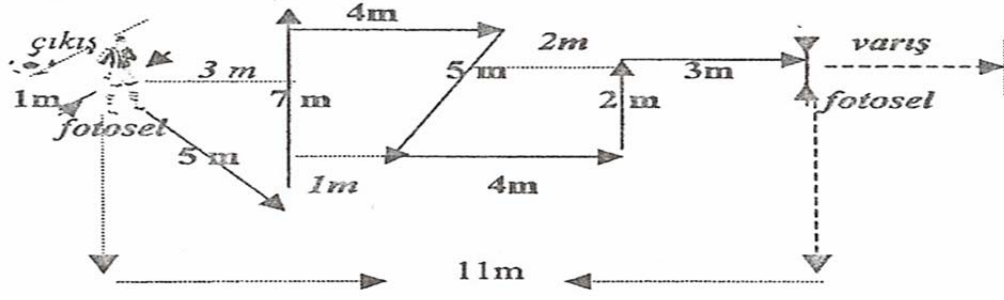
Şekil 7. 30 Metre Sürat Testi parkuru

3.2.5. HUFA Sürat ve Çabukluk Testi

Sporcuların toplu ve topsuz çabukluk özelliklerini tespit etmek için Özkara (51) tarafından geliştirilen HUFA testi kullanılmıştır. Testin geçerliği ($r=0,85$) ve güvenilirliği ($r=0,94$) olarak belirlenmiştir. HÜFA testi, başlangıç ve bitiş noktası arasında 6 farklı yön değiştirme noktasından oluşan toplam uzunluğu 30 metre olan futbola özgü bir sürat testidir. Sporcuların ölçüm parkuruna alışabilmeleri için topsuz ve toplu olarak iki defa orta şiddetle deneme yaptırılmıştır. Başlangıç ve bitiş noktalarına fotosel yerleştirilerek geçiş zamanları tespit edilmiştir. Topsuz ve Toplu testler ikişer defa uygulanıp en iyi değerler alınmıştır. Teknik indeks puanları oluşturulmuş olan formüllere koyularak hesaplanmıştır (51).

3.2.5.1 Teknik İndeks Puanı

Teknik İndeks Puanı, HÜFA sürat ve çabukluk testi ile hesaplanır. Teknik İndeks Puanında sporcunun topla yaptığı koşu zamanından, topsuz koşu zamanı çıkarılır ve topsuz koşu zamanına yüzde oranı alınarak hesaplanır. Bu oran, teknik indeks puanı olarak dikkate alınır. Teknik indeks puanı; top devreye girdiğinde topsuz koşu zamanının yüzde ne kadar uzadığı hakkında bilgi verir (51).



Şekil 8. HUFA Sürat ve Çabukluk Testi örnek parkuru (51).



Şekil 9. HUFA 1 Sürat ve Çabukluk Testi uygulaması (topsuz)



Şekil 10. HUFA 2 Sürat ve Çabukluk Testi uygulaması (toplu)

3.2.6. Demografik Bilgi Formu

Katılımcıların demografik özelliklerini tespit etmede kısa bir bilgi formu kullanılmıştır (Ek 4).

3.3. Verilerin Analizi

Elde edilen verilerin istatistiksel analizlerinde SPSS 16.0 paket programından yararlanılmıştır. Tanımlayıcı istatistiklerin tamamlanmasının ardından, Shapiro-Wilk testi sonuçlarına göre veriler normal dağıldığı anlaşıldığından ikiden fazla grubun bulunduğu karşılaştırmalar için ANOVA testi kullanılmıştır. Farkın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için ise varyansların homojen olmasından ve gruptaki veri sayısının az olmasından dolayı Bonferroni testinin kullanılması tercih edilmiştir. Değişkenler arasındaki ilişkileri belirlemek amacıyla da Pearson Korelasyon katsayısı hesaplandı. Anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ olarak kabul edildi.

4. BULGULAR

Çalışmaya 14-19 yaş arası, U-14 takımından 16, U-15 takımından 19, U-16 takımından 18, U-17 takımından 14 ve U-19 takımından 19 olmak üzere toplam 86 erkek futbolcu katılmıştır. Mevkilere göre ayrıldığında ise; 10 kaleci, 31 savunma oyuncusu, 23 orta saha oyuncusu ve 22 hücum oyuncusu çalışmada yer almıştır. Gruplardan elde edilen diğer verilere ait ortalama değerler ve diğer istatistiksel değerlendirme sonuçları tablolar halinde sunulmuştur.

Tablo 1. Tüm Katılımcıların Seçilmiş Fiziksel Özelliklerine Ait Tanımlayıcı İstatistik Değerleri (n=86)

Değişken	Minimum	Maksimum	Ortalama	Std. Sapma
Yaş (yıl)	14,00	19,00	16,07	1,52
Boy Uzunluğu (kg)	150,00	190,00	172,08	8,71
Vücut Ağırlığı (kg)	34,00	79,00	59,49	9,56
Spor Yaşı (yıl)	2,00	11,00	6,17	1,83

Tablo 2. Tüm Katılımcıların Seçilmiş Motorik Özelliklerine Ait Tanımlayıcı İstatistik Değerleri (n=86)

Değişken	Minimum	Maksimum	Ortalama	Std. Sapma
TM	279,00	653,00	481,19	93,57
TM-H	219,00	623,00	414,35	87,38
KP	59,00	276,00	152,94	49,18
HUFA 1 Testi (sn)	8,19	16,28	9,37	0,94
HUFA 2 Testi (sn)	10,55	17,92	12,25	1,12
Teknik İndeks Puanı (%)	19,01	79,38	31,67	8,42
Illinois Çeviklik Testi (sn)	14,46	17,26	15,87	0,65
30 m Sürat (sn)	3,63	5,13	4,20	0,34

Tablo 3. Mevkilere Göre Oluşturulmuş Grupların Ortalama Değerleri (n=86)

MEVKİLER	Değişken	N	Minimum	Maksimum	Ortalama	Std. Sapma
Kaleci	Yaş	10	14,00	17,00	16,0000	,94281
	Boy	10	165,00	190,00	176,3000	7,73233
	Kilo	10	52,00	75,00	62,2000	7,71434
	Spor Yaşı	10	2,00	9,00	5,9000	2,68535
	Tm	10	351,00	622,00	477,4000	102,36449
	Tmh	10	345,00	594,00	422,0000	82,19354
	Kp	10	83,00	260,00	160,5000	48,26605
	Hüfa1	10	8,91	11,42	9,7780	,75708
	Hüfa2	10	12,36	16,75	13,3380	1,32117
	Illionis	10	15,25	17,15	16,0640	,70725
	30 m	10	3,99	4,89	4,3410	,38929
Teknik İndeks	10	22,38	46,67	36,3683	6,66351	
Savunma	Yaş	31	14,00	19,00	15,9032	1,55681
	Boy	31	150,00	187,00	173,7742	8,83821
	Kilo	31	34,00	78,00	61,1613	9,49420
	Spor Yaşı	31	3,00	9,00	5,9677	1,79785
	Tm	31	279,00	641,00	469,9032	96,37993
	Tmh	31	219,00	619,00	399,9355	90,32716
	Kp	31	59,00	276,00	144,7742	51,35868
	Hüfa1	31	8,26	10,66	9,1700	,50151
	Hüfa2	31	10,89	14,00	12,1842	,79117
	Illionis	31	14,46	17,24	15,7768	,63037
	30 m	31	3,70	4,96	4,1342	,28377
Teknik İndeks	31	20,86	44,24	32,9334	6,27422	
Orta saha	Yaş	23	14,00	19,00	16,4783	1,67521
	Boy	23	150,00	183,00	170,3043	7,77779
	Kilo	23	38,00	68,00	57,0870	8,34981
	Spor Yaşı	23	4,00	11,00	6,9130	1,59297
	Tm	23	315,00	634,00	471,6087	86,62392
	Tmh	23	265,00	566,00	407,9565	74,38932
	Kp	23	74,00	244,00	151,2174	42,43707
	Hüfa1	23	8,59	10,85	9,4087	,51275
	Hüfa2	23	10,77	13,61	12,0652	,67532
	Illionis	23	15,14	17,26	15,9239	,63217
	30 m	23	3,74	5,13	4,2491	,34144
Teknik İndeks	23	19,01	37,21	28,3033	4,72627	
Hücum	Yaş	22	14,00	19,00	15,9091	1,54023
	Boy	22	150,00	180,00	169,6364	9,16798
	Kilo	22	38,00	79,00	58,4091	11,29121
	Spor Yaşı	22	3,00	8,00	5,8182	1,53177
	Tm	22	279,00	653,00	508,8182	93,37158
	Tmh	22	241,00	623,00	437,8636	97,98071
	Kp	22	73,00	259,00	162,8182	53,91761
	Hüfa1	22	8,19	9,99	9,1641	,52839
	Hüfa2	22	10,55	17,92	12,0405	1,53216
	Illionis	22	14,55	16,85	15,8445	,69440
	30 m	22	3,63	4,73	4,1605	,37525
Teknik İndeks	22	19,13	79,38	31,2616	12,76254	

Tablo 4. Mevkilere Göre Oluşturulmuş Grupların Karşılaştırma Sonuçları (n=86)

Değişken		Kareler toplamı	df	Kareler ortalaması	F	p
Yaş	Gruplar Arası	5,314	3	1,771	,756	,522
	Grup İçi	192,267	82	2,345		
	Toplam	197,581	85			
Boy	Gruplar Arası	470,950	3	156,983	2,154	,100
	Grup İçi	5977,480	82	72,896		
	Toplam	6448,430	85			
Kilo	Gruplar Arası	318,551	3	106,184	1,169	,327
	Grup İçi	7450,938	82	90,865		
	Toplam	7769,488	85			
Spor Yaşı	Gruplar Arası	17,417	3	5,806	1,783	,157
	Grup İçi	266,967	82	3,256		
	Toplam	284,384	85			
TM	Gruplar Arası	22997,163	3	7665,721	,872	,459
	Grup İçi	721143,861	82	8794,437		
	Toplam	744141,023	85			
TMH	Gruplar Arası	20130,116	3	6710,039	,875	,458
	Grup İçi	628919,418	82	7669,749		
	Toplam	649049,535	85			
KP	Gruplar Arası	4853,604	3	1617,868	,661	,579
	Grup İçi	200767,105	82	2448,379		
	Toplam	205620,709	85			
Hüfa1	Gruplar Arası	3,486	3	1,162	3,913	,012
	Grup İçi	24,351	82	,297		
	Toplam	27,837	85			
Hüfa2	Gruplar Arası	13,723	3	4,574	3,998	,010
	Grup İçi	93,819	82	1,144		
	Toplam	107,542	85			
Illionis	Gruplar Arası	,726	3	,242	,562	,642
	Grup İçi	35,341	82	,431		
	Toplam	36,067	85			
30 m	Gruplar Arası	,421	3	,140	1,238	,301
	Grup İçi	9,302	82	,113		
	Toplam	9,723	85			
Teknik İndeks	Gruplar Arası	534,585	3	178,195	2,660	,054
	Grup İçi	5492,551	82	66,982		
	Toplam	6027,137	85			

Mevkilere göre oluşturulan grupların ANOVA sonuçlarına göre; gruplar arasında sadece HUFA1 ve HUFA2 testi sonuçları açısından istatistiksel olarak anlamlı fark oluşmuştur. Diğer parametreler açısından anlamlı bir fark oluşmamıştır. Sadece teknik indeks puanı karşılaştırmasında $p=0,054$ çıktığından denek sayısının artması ile anlamlı bir fark oluşabileceği izlenimi doğmuştur.

Farkların hangi gruplardan kaynaklandığını anlamak için yapılan Bonferroni testi sonuçlarına göre; HÜFA1 testi için kaleciler ve savunma oyuncuları arasında ($p=0,018$) savunma oyuncuları lehine, kaleciler ile hücum oyuncuları arasında ($p=0,025$) hücum oyuncuları lehine anlamlı fark oluşmuştur. HÜFA2 testi için ise; kaleciler ile savunma ($p=0,024$), orta saha ($p=0,014$)ve hücum oyuncuları ($p=0,012$) arasında kaleciler aleyhinde anlamlı farklar oluşmuştur.

Tablo 5. Lig Kategorilerine Göre Oluşturulmuş Grupların Ortalama Değerleri (n=86)

LİG KATEGORİLERİ	Değişken	N	Minimum	Maksimum	Ortalama	Std. Sapma
U14	Yaş	16	14,00	14,00	14,00	0,00
	Boy	16	150,00	183,00	170,6250	9,68762
	Kilo	16	38,00	75,00	58,2500	8,99259
	Spor Yaşı	16	2,00	9,00	6,5000	2,00000
	Tm	16	279,00	634,00	475,8750	108,76082
	Tmh	16	219,00	619,00	421,9375	108,16991
	Kp	16	65,00	276,00	166,8125	53,97187
	Hüfa1	16	8,52	11,42	9,4000	,78208
	Hüfa2	16	10,82	16,75	12,2869	1,42840
	Illionis	16	15,03	17,24	15,9713	,73067
	30 m	16	3,70	5,13	4,2456	,40088
	Teknik İndeks	16	19,30	46,67	30,6157	8,18001
U15	Yaş	19	15,00	15,00	15,0000	,00000
	Boy	19	151,00	185,00	168,4737	10,21637
	Kilo	19	40,00	79,00	56,6842	12,03261
	Spor Yaşı	19	3,00	9,00	6,0526	1,89952
	Tm	19	315,00	653,00	472,7895	99,92085
	Tmh	19	265,00	591,00	397,5263	94,52652
	Kp	19	59,00	253,00	142,1053	57,56436
	Hüfa1	19	8,59	10,28	9,3289	,51158
	Hüfa2	19	11,05	17,92	12,6384	1,56469
	Illionis	19	14,46	16,93	15,9547	,71099
	30 m	19	3,70	4,96	4,3058	,38360
	Teknik İndeks	19	24,02	79,38	35,2444	11,98766
U16	Yaş	18	16,00	16,00	16,0000	,00000
	Boy	18	150,00	190,00	175,1111	8,10874
	Kilo	18	34,00	73,00	61,2222	8,76863
	Spor Yaşı	18	2,00	9,00	5,6111	2,06195
	Tm	18	390,00	615,00	503,8889	69,09660
	Tmh	18	331,00	585,00	428,5556	64,54203
	Kp	18	74,00	259,00	154,8333	48,30083
	Hüfa1	18	8,28	10,41	9,2594	,46417
	Hüfa2	18	10,55	13,65	12,0689	,77182
	Illionis	18	14,96	17,15	15,7794	,56768
	30 m	18	3,63	4,71	4,1772	,33219
	Teknik İndeks	18	22,38	41,16	30,3528	5,54944

Tablo 5. (Devamı)

U17	Yaş	14	17,00	17,00	17,0000	,00000
	Boy	14	169,00	187,00	176,4286	4,60291
	Kilo	14	59,00	76,00	65,0000	5,43493
	Spor Yaşı	14	3,00	8,00	6,5000	1,40055
	Tm	14	351,00	641,00	487,1429	102,28532
	Tmh	14	328,00	594,00	424,9286	81,76087
	Kp	14	74,00	260,00	156,7143	43,48727
	Hüfa1	14	8,69	10,85	9,2829	,57478
	Hüfa2	14	10,77	13,61	12,0736	,86571
	Illionis	14	15,05	16,89	15,6543	,49359
	30 m	14	3,79	4,17	3,9814	,11100
	Teknik İndeks	14	19,01	40,99	30,2162	8,24087
U19	Yaş	19	18,00	19,00	18,2632	,45241
	Boy	19	150,00	183,00	170,8421	7,55912
	Kilo	19	38,00	76,00	57,6316	9,25089
	Spor Yaşı	19	4,00	11,00	6,3158	1,70139
	Tm	19	279,00	645,00	468,1579	92,80461
	Tmh	19	253,00	623,00	403,5263	88,58792
	Kp	19	77,00	242,00	147,5263	42,10090
	Hüfa1	19	8,19	10,33	9,2516	,56473
	Hüfa2	19	10,70	13,53	12,1311	,69980
	Illionis	19	14,55	17,26	15,9305	,71281
	30 m	19	3,68	4,79	4,2189	,30715
	Teknik İndeks	19	21,99	45,62	31,2882	6,26395

Tablo 6. Lig Kategorilerine Göre Oluşturulmuş Grupların Karşılaştırma Sonuçları (n=86)

Değişken		Kareler toplamı	df	Kareler ortalaması	F	p
Yaş	Gruplar Arası	193,897	4	48,474	1065,742	,000
	Grup İçi	3,684	81	,045		
	Toplam	197,581	85			
Boy	Gruplar Arası	740,211	4	185,053	2,626	,040
	Grup İçi	5708,220	81	70,472		
	Toplam	6448,430	85			
Kilo	Gruplar Arası	718,851	4	179,713	2,065	,093
	Grup İçi	7050,637	81	87,045		
	Toplam	7769,488	85			
Spor Yaşı	Gruplar Arası	9,553	4	2,388	,704	,592
	Grup İçi	274,830	81	3,393		
	Toplam	284,384	85			
TM	Gruplar Arası	14790,097	4	3697,524	,411	,800
	Grup İçi	729350,926	81	9004,332		
	Toplam	744141,023	85			
TMH	Gruplar Arası	13723,751	4	3430,938	,437	,781
	Grup İçi	635325,784	81	7843,528		
	Toplam	649049,535	85			
KP	Gruplar Arası	6130,388	4	1532,597	,622	,648
	Grup İçi	199490,321	81	2462,843		
	Toplam	205620,709	85			
Hüfa1	Gruplar Arası	,253	4	,063	,186	,945
	Grup İçi	27,584	81	,341		
	Toplam	27,837	85			
Hüfa2	Gruplar Arası	4,183	4	1,046	,820	,516
	Grup İçi	103,358	81	1,276		
	Toplam	107,542	85			
Illionis	Gruplar Arası	1,168	4	,292	,678	,609
	Grup İçi	34,899	81	,431		
	Toplam	36,067	85			
30m	Gruplar Arası	,929	4	,232	2,140	,083
	Grup İçi	8,794	81	,109		
	Toplam	9,723	85			
Teknik İndeks	Gruplar Arası	324,118	4	81,030	1,151	,339
	Grup İçi	5703,019	81	70,408		
	Toplam	6027,137	85			

Yaş statüsüne göre oluşturulan grupların ANOVA sonuçlarına göre; gruplar arasında sadece yaş ve boy uzunluğu açısından anlamlı fark olduğu görülmüştür. Diğer bütün parametreler açısından gruplar arası farklar istatistiksel olarak anlamsız çıkmıştır. Farkların hangi gruplar arasında oluştuğunu anlamak için yapılan Bonferroni testi sonuçlarına göre; yaş açısından bütün gruplar arasında, daha büyük yaş ortalaması olanların lehine anlamlı farklar çıkarken ($p=0,000$), boy uzunluğunda oluşan farkın hangi gruptan kaynaklandığı belirlenememiştir.

Tablo 7. Dikkat Özellikleri ile Fiziksel Özellikler Arasındaki İlişki Katsayıları

Ölçüm Parametreleri		Yaş	Boy	Vücut Ağırlığı	Spor Yaşı	
DİKKAT PERFORMANSI	TOPLAM MADDE (TM)	Pearson Correlation	-,010	,131	,161	,035
		Sig. (2-tailed)	,924	,228	,138	,746
		n	86			
	TOPLAM MADDE HATA(TM-H)	Pearson Correlation	-,027	,132	,104	,138
		Sig. (2-tailed)	,803	,224	,341	,205
		n	86			
	KONSANTRASYON PUANI (KP)	Pearson Correlation	-,077	,069	,014	,142
		Sig. (2-tailed)	,484	,528	,900	,192
		n	86			

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Tablo 7 incelendiğinde dikkat özellikleri ile fiziksel özelliklerin arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır.

Tablo 8. Dikkat Özellikleri ile Motorik Özellikler Arasındaki İlişki Katsayıları

Ölçüm Parametreleri			HUFA 1	HUFA 2	Teknik İndeks	ILLIONIS	OTUZ m
DİKKAT PERFORMANSI	TOPLAM MADDE (TM)	Pearson Correlation	-,248(*)	-,250(*)	-,050	-,164	-,242(*)
		Sig. (2-tailed)	,021	,020	,646	,132	,025
		n	86	86	86	86	86
	TOPLAM MADDE HATA (TM-H)	Pearson Correlation	-,240(*)	-,321(**)	-,114	-,219(*)	-,224(*)
		Sig. (2-tailed)	,026	,003	,295	,043	,038
		n	86	86	86	86	86
	KONSANTRASYON PUANI (KP)	Pearson Correlation	-,157	-,314(**)	-,180	-,176	-,138
		Sig. (2-tailed)	,148	,003	,098	,105	,206
		n	86	86	86	86	86

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Tablo 8 incelendiğinde TM ile HÜFA1, HÜFA2 ve 30 m sürat testi sonuçları arasında düşük dereceli negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. TM-H ile HÜFA1, HÜFA2, Illinois ve 30 m sürat testi sonuçları arasında düşük dereceli negatif yönlü anlamlı bir ilişki vardır. KP ile sadece HÜFA2 testi arasında düşük dereceli negatif yönlü anlamlı bir ilişki görülmüştür. Teknik İndeks puanı ile dikkat özellikleri arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır($p < 0,05$).

5. TARTIŞMA

Bu çalışmada, genç erkek futbolcuların dikkat özellikleri ile çeviklik, sürat ve teknik indeks puanları arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Çalışmaya katılan sporcuların, mevkilere göre test sonuçları karşılaştırıldığında; HÜFA1 ($p=0,030$), HÜFA2 ($p=0,003$) ve Teknik İndeks ($p=0,003$) testleri açısından gruplar arası anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Bu çalışmada, HÜFA1, HÜFA2 ve Teknik İndeks skorları açısından orta saha ve hücum oyuncularının kaleci-savunma oyuncularına oranla daha iyi düzeyde oldukları görülmüştür. Bunun sebebi ise hücum ve orta saha oyuncularının topla oynama süreleri kaleci ve savunma oyuncularına oranla daha fazla olduğundan, mevkiler arasında anlamlı farklılıklar görüldüğü düşünülmektedir. Çalışmamızı destekler nitelikteki başka bir çalışmada ise Cerrah ve ark. (53) futbolcuların mevkileri arası istatistiksel farklılık kaleci-savunma ve kaleci-orta saha oyuncuları arasında görülmüştür. Diğer testler açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. ($p>0,05$) Köklü ve ark. (52) yapmış oldukları çalışmada HÜFA testi sonuçlarına göre futbolculara ait toplu geçiş sürelerini ve mevkiler arası istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Amatör futbol takımlarında temel fiziksel özellikleri şekillendiren antrenmanların futbolun temel gereksinimlerine özgü hazırlandığını fakat mevkilere ve futbolcuya özel farklılıkları içermediğinden kaynaklanabileceği düşünülmektedir. Lig kategorilerine (U14, U15, U16, U17 ve U19) göre oluşturulmuş grupların test sonuçları karşılaştırıldığında ölçülen parametrelerden sadece yaş ve boy uzunluğu açısından lig kategorileri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmiştir. ($p<0,05$). Amatör futbol liglerinde futbolcuların yaş gruplarına göre kategorize edip sınırlandırılmak amacı ile U14 (Under 14), U15 (Under 15), U16 (Under 16), U17 (Under 17) ve U19 (Under 19) şeklinde kategorize edilmektedir. Gelişim çağında yaş ile boy arasındaki doğrusal ilişki bilinen bir olgudur. Bu çalışmada yaş kategorileri arasında boy uzunluğu açısından fark çıkmasının bu olguya bağlı olduğu düşünülmektedir. Akın ve ark. (54) yapmış olduğu çalışmada ise birçok (30 m sürat, HÜFA, Fiziksel özellikler) açıdan lig kategorilerine göre karşılaştırmalar gerçekleştirilmiştir. Bu karşılaştırmalar sonucunda liglere göre performans özelliklerindeki farkların, sporcu seçimlerinden veya antrenman düzeylerinden kaynaklanabileceğini ileri sürülmüştür. Huijgen ve ark (57), Profesyonel

futbolcuların, profesyonel olmayan futbolculardan özellikle kognitif düzeylerde daha iyi oldukları görülmüştür. Bunu destekler nitelikteki bir başka tarama çalışmasında ise Memmert (58), yapmış olduğu araştırmalarda, profesyonel sporcuların (futbol, voleybol, basketbol vb.) dikkatlerinin, amatör sporculardan daha iyi olduğunu belirtmektedir. Diğer parametreler açısından gruplar arası istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmemiştir ($p>0,05$).

Dikkat özellikleri ve fiziksel özellikleri (yaş, boy, vücut ağırlığı ve spor yaşı vb.) arasındaki ilişkiye bakıldığında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır($p>0,05$). Literatürde dikkat performansı ve fiziksel özellikleri açısından yapılmış bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Futbolcuların dikkat özellikleri ile motorik özellikleri arasındaki ilişki incelendiğinde ise TM ile HÜFA1 ($r= -0,248$), HÜFA2 ($r= -0,250$) ve 30 m sürat testi ($r= -0,242$) sonuçları arasında düşük dereceli negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. TM, D2 dikkat testinde işaretlenen toplam madde sayısını ifade eder. İşaretlenen toplam madde sayısı arttıkça HÜFA1 VE HÜFA2 ve 30m sürat testi tamamlama süreleri azalmaktadır. Bu durumda TM skoru yüksek olan futbolcuların HÜFA1 VE HÜFA2 ve 30m sürat testlerini tamamlama süreleri daha iyi olduğu düşünülmektedir. Literatürde TM değeri ile HÜFA1, HÜFA2 ve 30m sürat testi değerlerinin karşılaştırıldığı dikkat performansına yönelik çalışmaya rastlanmamıştır. TM-H ile HÜFA1 ($r= -0,240$), HÜFA2 ($r= -0,321$), Illinois ($r= -0,219$) ve 30 m sürat testi($r= -0,224$) sonuçları arasında düşük dereceli negatif yönlü anlamlı bir ilişki vardır. TM-H, D2 dikkat testinde toplam işaretlenen madde sayısındaki boş bırakılan doğru madde sayısı (H1) ve yanlış işaretlenen madde sayılarının(H2) toplamının TM puanından çıkarılması sonucunda bulunur. Bu durumda TM-H sayısı arttıkça HÜFA1, HÜFA2, Illinois ve 30m sürat testi tamamlama süreleri azalmaktadır. Çevikliği ölçmede kullanılan testler, yön değiştirme sayısı ve açısı, *sprint* mesafesi, bir uyarana tepki içermesi, önceden planlı olup olmaması, algılama ve karar verme becerilerini içerip içermediği konusunda farklılıklar içerdiğinden dolayı bu farklılığın ortaya çıktığı düşünülmektedir. Çalışmamızı destekler nitelikteki diğer bir çalışmada ise *Hemball* eğitimine katılan öğrenciler, eğitim sonrasında dikkat testinde daha az hata yaptıkları gözlemlenmiştir. Tespit edilen anlamlı farkın etki büyüklüğü ($p=0,5$) bu farkın orta düzeyde olduğunu göstermektedir. Deney grubu ve kontrol grubunun son test verileri

sonuçlarına ilişkin bir karşılaştırma yapıldığında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir ($p>0,05$). Bu da bize *Hemball* sporu egzersizlerinin bireylerin dikkat düzeylerini olumlu yönde etkilediğini göstermiştir(62).

KP ile sadece HFA2 testi arasında düşük dereceli negatif yönlü anlamlı bir ilişki görülmüştür ($r= -0,314$). KP, D2 dikkat testinde işaretlenen toplam doğru sayısını ifade eder. İşaretlenen toplam doğru sayısı arttıkça HFA2 testini tamamlama süreleri azalmaktadır. Bu durumda KP skoru yüksek olan futbolcuların testi tamamlama sürelerinin daha iyi olduğu düşünülmektedir. Literatürde KP değeri ile HFA2 testi değerinin karşılaştırıldığı dikkat performansına yönelik çalışmaya rastlanmamıştır.



6. SONUÇ ve ÖNERİLER

Futbolcuların dikkat özellikleri ile motorik özellikleri arasındaki ilişki incelendiğinde ise TM ile HÜFA1 ($r = -0,248$), HÜFA2 ($r = -0,250$) ve 30 m sürat testi ($r = -0,242$) sonuçları arasında düşük dereceli negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($p < 0,05$). Bu durumda deneklerin D2 dikkat testinde işaretledikleri Toplam Madde sayıları arttıkça HÜFA1, HÜFA2 ve 30m sürat test tamamlama süreleri düşmektedir. TM si yüksek olan sporcuların HÜFA1, HÜFA2 ve 30m sürat test sonuçları daha iyidir. TM-H ile HÜFA1 ($r = -0,240$), HÜFA2 ($r = -0,321$), Illinois ($r = -0,219$) ve 30 m sürat testi ($r = -0,224$) sonuçları arasında düşük dereceli negatif yönlü anlamlı bir ilişki vardır ($p < 0,05$). KP ile sadece HÜFA2 ($r = -0,314$) testi arasında düşük dereceli negatif yönlü anlamlı bir ilişki görülmüştür ($p < 0,05$).

Çalışmaya katılan sporcuların mevkilere ve lig kategorilerine göre sonuçları irdelendiğinde ise; sporcuların dikkat performansları ile diğer parametreler (HÜFA, Illinois Çeviklik Testi, 30m sürat testi) arasında bir ilişki görülmemiştir. Sadece mevkilere göre HÜFA değerleri arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmıştır. Bu bilgiler doğrultusunda; çalışmamıza katılan deneklerin dikkat puanları (TM, TM-H, KP) arttıkça sürat ve çeviklik puanlarında iyileşmeye gözlemlenmiştir. Deneklerin dikkat puanları ile teknik indeks puanları arasında ilişkiye rastlanmamıştır.

Sonuç olarak; antrenmanlarda yapılabilecek dikkate yönelik çalışmaların, sporcuların sürat, çeviklik, HÜFA1 ve HÜFA2 puanlarında iyileşmeye neden olabileceğini vurgulayabilirken, teknik indeks puanlarına etkisinin olmadığını söyleyebilir.

Çalışmadan elde edilen sonuçlar çerçevesinde aşağıdaki öneriler sunulmuştur;

1. Bundan sonra yapılacak çalışmalarda, mevkilerde yer alan oyuncu sayıları artırılarak çalışma tekrar yapılabilir.
2. Çalışma, kadın ve erkek futbolculara uygulanarak cinsiyet değişkenine göre karşılaştırmalar yapılabilir.
3. Sürat, çabukluk ve futbola özgü farklı yetenek testleri uygulanarak dikkat özellikleri ile bu test skorları arasında anlamlı ilişki olup olmadığı incelenebilir.

4. Farklı dikkat testleri uygulanarak sürat, çabukluk futbola özgü yetenek özellikleri ile aralarında anlamlı farklılıklar gösterip göstermediği incelenebilir.
5. Örneklem daha geniş tutularak aynı testler tekrar yapılabilir.



KAYNAKLAR

1. **Kara, Z.** Amatör Futbol Oyuncularında Kafein Alımından 60 Dk ve 120 Dk Sonra Kısa Süreli Yüksek Yoğunluklu Egzersiz Performansı. Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi. Konya. **2016**.
2. **Karakulak İ, Eyüpoğlu E, Aslan CS.** Bir Süper Lig Futbol Takımının Seçili Fiziksel Motorik ve Teknik Özelliklerinin İncelenmesi, 16. Uluslar arası Spor bilimleri kongresi tam metin kitabı, Antalya. **2018**; 419-424
3. **Alemdaroğlu U, Koz M.** Egzersiz Sonrası Toparlanma: Toparlanma Çeşitleri ve Yöntemleri. Türkiye Klinikleri J Sports Sci **2011**; 3(19).
4. **Günay M, Yüce İA.** Futbol Antrenmanının Bilimsel Temelleri. Ankara: Gazi Kitapevi. **2008**.
5. **Nas K.** Futbolcularda Sürat ve Çabukluk İlişkisinin İncelenmesi. Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi. **2010**.
6. **Raymond V.** The complete handbook of conditioning for soccer. Uitgeverij Eisma. USA. **1988**.
7. **Reilly T.** Science of Soccer. E & FN Spon. London. **1996**. s.1
8. **Lees A, Nolan L.** Biomechanics of Soccer - A Review Journal of Sports Sciences. **1998**; 16:211-234.
9. **Nideffer RM.** Concentration and attention control training. In **J.M. Williams** (Ed.), Applied Sport Psychology Personal Growth to Peak Performance (pp. 243-261). California: Mayfield Publishing Company. **1993**.
10. **Singer RN, Cauraugh JH, Tennant LK, Murphey M, Chen D, Lidor R.** Attention and distractors: Considerations for enhancing sport. **1991**.
11. **Çağlar E, Koruç Z.** d2 Dikkat Testinin Sporcularda Güvenirliliği ve Geçerliliği Spor Bilimleri Dergisi Hacettepe J. of Sport Sciences. **2006**;17 (2):58-80.
12. **Ateş M, Ateşoğlu U.** Pliometrik Antrenmanın 16-18 Yaş Grubu Erkek Futbolcuların Üst Ve Alt Ekstremitelerde Kuvvet Parametreleri Üzerine Etkisipormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, **2007**; (1):21-28.
13. **Ercan, G.** Hacettepe Üniversitesi Antrenman Bilimi Kongresi FUTBOL SEMPOZYUM 9 Genç Futbolcuların Teknik Antrenmanlarının takibi. **2015**. S.8
14. **Müniroğlu S, Yıldırım Y, Karakulak İ.** Profesyonel Futbolcuların “Futbolda Taktik” Konusunda Görüşlerinin İncelenmesi Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, **2011**, IX (3):97-103.
15. **Sönmeymenmakas A.** Uefa Şampiyonlar Liginde Atılan Gollerin Analizi, Trakya Üniversitesi Yüksek Lisans Tezi, Edirne. **2008**.
16. **Robin TT, Anthony JS, Martin B, Greg A, Barry D, Warren G.** Monitoring training in elite soccer players: systematic bias between running speed and metabolic power data. **2013**; 10(8):958-964
17. **Nedelec M, McCall A, Carling C.** Recovery in Soccer: Part I post-match Fatigue And Time Course Of Reco ve ry. Sports Med. **2012**;42(12):997–1015.

18. **Aksoy F.** Kuvvet, Sürat, Dayanıklılık ve Koordinasyon Driileri. Erol Ofset. Samsun. **2010.**
19. **Leger LA, Lambent JA.** Maximal Muttistage 20m. Shuttle Run Tests to Predict VO2 max. Eur. J.Appl. Physiol. **1982**:1–10.
20. **Özyurt G.** Futbol ve Antrenman İlkeleri. G.S.G.M Yayınları. Ankara. **1991**
21. **Little T, Williams AG.** Specificity of acceleration, maximum speed and agility in professional soccer players. The Journal of Strength and Conditioning Research. **2005**; 19(1):76-78.
22. **Murathı S, Sevim Y.** Antrenman Bilgisi ve Testler Ankara.**1986.** s.12
23. **Yalçın M.** Süratin Mekanik ve Fizyolojik Özellikleri. GSGM Yayını. Ankara. **1992.** S.21
24. **Weineck J.** Futbolda Kondisyon Antrenmanı. (Çev: T. Bağırhan), Spor Yay. Ankara. **2011.**
25. **Stolen T, Chamari K, Castagna C, Wisloff U.** Physiology of Soccer. Sports Med **2005**; 35(6): 501 – 536.
26. **Bangsbo J.** Energy demands in competitive soccer. J Sports Sci **1994**; 12: S5–12.
27. **Çetin HN.** Teknik Analizi ve Teknik Antrenmanı. Spor Bilimi II. Ankara. **1997.**
28. **Karabük S, Aşçı A, Altay F, Cengiz R, Hazir T, Bulca Y.** Futbol Eğitimi. (Ed. Sedat Karabük), TÜFAV Yayınları. Ankara. **2008.**
29. **Günay M, Yüce A.** Futbol Antrenmanının Bilimsel Temelleri. Gazi Kitapevi. Ankara. **2001.**
30. **Ferah A.** Futbol Eğitim Öğretim. Martı Yayınları. Ankara. **1991.**
31. **TFF.** Futbol A Lisans El Kitabı. (Çev. Öner Özmen). TFF Eğitim Müd. Yay. Ankara. **1991.**
32. **Turner A.** Defining, developing and measuring agility. Prof Strength Cond. **2011**; 22, 26-28.
33. **Sheppard JM, Young WB.** Agility literature review: Classifications, training and testing. Journal of Sports Sciences. **2006**;24(9):919-932.
34. **Drake D, Kennedy R, Godfrey M, MacLeod S, Davis A, Maguire M.** A step towards a field based agility test in team sports. A perspective on return to play criteria. Physical Therapy in Sport. **2017**;28, e20
35. **Paul DJ, Gabbett TJ, Nassis GP.** Agility in team sports: testing, training and factors affecting performance. Sports Medicine. **2016**; 46(3):421-442.
36. **Ellis L, Gastin P, Lawrence S, Savage B, Buckeridge A, Stapff A, ve diğ.** Protocols for the physiological assessment of team sports players. Physiological Tests for Elite Athletes. CJ. Gore, der. Champaign: Human Kinetics. **2000.** pp. 128–144.
37. **Reilly T, Bangsbo J, Franks A.** Anthropometric and physiological predispositions for elite soccer. Journal of Sports Sciences. **2000**; 18, 669–683.
38. **BSTS/Eğitim Bilimleri Sözlüğü.** (http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com_bts&arama=kelime&guid=TDK.GTS.5b27baebff310.61226969). **1974.**
39. **Türk Dil Kurumu.** (http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com_bts&view=bts&kategori=veritbn&kelimesec=349902). **1994.**

40. **Başaran İE.** Eğitim psikolojisi. Pegema Yayıncılık. Ankara. **2005.**
41. **Aydın A.** Gelişim ve öğrenme psikolojisi (2. Baskı). Alfa Yayınları. İstanbul. **2000.**
42. **Korkmaz B.** Pediatrik davranış nörolojisi. İstanbul Üniversitesi, Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Yayınları. İstanbul. **2000.**
43. **Yazgan Y.** Hiperaktif çocuk okulda. Evrim Yayınevi. İstanbul. **2002.**
44. **Küçük A, Dolu N, Erdoğan H.** İlköğretim öğrencilerinde yaş, cinsiyet ve sosyo-ekonomik seviye farklılıklarının dikkat düzeylerine etkileri. Sağlık Bilimleri Dergisi. **2009**;18(1): 18-24
45. **Dewey D, Brawley LR ve Allard F.** Do the TAIS Attentional-Style Scales Predict How Visual Information is Processed Journal of Sport & Exercise Psychology. **1989**;11: 171-186.
46. **Hardy L, Nelson D.** Self-Regulation Training in Sport and Work. Ergonomics. **1988**; 31(11): 1573-1583.
47. **Çağlar E, Bilge M, Söğüt M.** D2 Dikkat Testinin Çocuk Sporcularda Ölçüt Geçerliğinin Test Edilmesi: Pilot Çalışma Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi. **2011**, XVI(4):19-29
48. **Singer RN, Cauraugh JH, Tennant LK, Murphey M, Chen D, Lidor R.** Attention and Distractors: Considerations for Enhancing Sport Performances. International Journal of Sport Psychology. **1991**; 22: 95-114.
49. **Magill RA.** Motor Learning and Control. Concepts and Applications, 7th Edition, Boston: McGraw Hill. **2004.**
50. **Akın S, Coşkun ÖÖ, Özberk ZN, Ertan H, Korkusuz F.** Profesyonel ve Amatör Futbol Oyuncularının Fiziksel Özellikler ve İzokinetik Diz Kaslarının Konsantrik Kuvvetinin Karşılaştırması. Artroplasti Artroskopik Cerrahi. **2004**;15(3):161-67.
51. **Özkara A.** Futbolda Testler. 1st ed. İlksan Print. Ankara. **2002.** s.3.
52. **Köklü Y, Özkan A, Alemdaroğlu U, Ersöz G.** Genç Futbolcuların Bazı Fiziksel Uygunluk Ve Somatotip Özelliklerinin Oynadıkları Mevkilere Göre Karşılaştırılması. Spormetre Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi. **2009**; 2:61-68
53. **Cerrah AO, Cemal P, Ertan H.** Süper Amatör Lig Futbolcularının Mevkilerine Göre Bazı Fiziksel Ve Teknik Parametrelerinin İncelenmesi. Journal of Physical Education & Sports Science/Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi. **2011**; 5.1
54. **Akın M, Kireker İ, Köklü Y.** Profesyonel Liglerdeki 16 Yaş Grubu Futbolcuların Bazı Fiziksel Özelliklerinin Lig Düzeylerine Ve Mevkilerine Göre Karşılaştırılması. Türkiye Klinikleri Journal of Sports Sciences. **2009**;1.2:72-78.
55. **Sheppard JM, Young WB, Doyle TL, Sheppard TA, Newton RU.** An evaluation of a new test of reactive agility and its relationship to sprint speed and change of direction speed. J Sci Med Sport. **2006**;9(4):342-9.
56. **Young WB, Hawken M, McDonald L.** Relationship between speed, agility, and strength qualities in Australian Rules football. Strength and Conditioning Coach. **1996**;4(4):3-6.
57. **Huijgen BCH, Leemhuis S, Kok NM, Verburgh L, Oosterlaan J, Elferink-Gemser MT, Visscher C.** Cognitive Functions in Elite and Sub-Elite Youth Soccer Players Aged 13 to 17 Years. PLoS ONE. **2015**; 10(12), 1-13. doi: 10.1371/journal.pone.0144580.

58. **Memmert D.** Pay attention! A review of visual attentional expertise in sport, *International Review of Sport and Exercise Psychology*. **2009**; 2(2): 119-138, doi:10.1080/17509840802641372.
59. **Tunç A.** Golf Sporu Yapan Çocukların Dikkat Düzeylerinin İncelenmesi. Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi. Konya. **2013**.
60. **Kartal R, Dereceli Ç, Kartal A.** Eskrim Sporu Yapan ve Yapmayan 10-12 Yaş Arası Çocukların Dikkat Düzeylerinin İncelenmesi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*. **2016**;3 (2); 82-88.
61. **Asan R.** Sekiz Haftalık Masa Tenisi Egzersizinin 9-13 Yaş Arası Çocuklarda Dikkat Üzerine Etkisi. Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi. Konya. **2011**.
62. **Yapıcı FE.** Hemsball Oyun Becerilerinin Ortaokul Öğrencilerinin Dikkat Düzeylerine Etkisi. Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi. Ankara. **2019**.



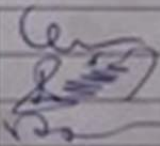
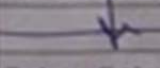
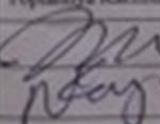
8. EKLER

Ek-1. Etik kurulu

**T.C. ÇUKUROVA ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ GİRİŞİMSEL OLMAYAN
KLİNİK ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU**

Toplantı Sayısı		Tarih
E3		7 Aralık 2018

KARAR NO 23- Çukurova Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı'nda, Doç. Dr. Gonca Ince yönetiminde, Ali Hıdır Kurt tarafından yürütülmesi öngörülen, "Genç Futbolcuların Dikkat Performansları ile Çeviklik, Sürat ve Teknik İndeks Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" başlıklı yüksek lisans tez projesi araştırma etiği yönünden değerlendirildi. Toplantıya katılan üyelerin oybirliğiyle uygun olduğuna karar verildi.

BAŞKAN	Prof Dr Selim Kadıoğlu Tıp Tarihi ve Etik Anabilim Dalı	
ÜYELER	Prof Dr Davut Alptekin Tıbbi Biyoloji Anabilim Dalı	
	Prof Dr Dinçer Yıldızdaş Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı	
	Prof Dr Gülşah Seydaoğlu Biyostatistik Anabilim Dalı	Toplantıya Katılmadı
	Prof Dr Gürkan Sakman Genel Cerrahi Anabilim Dalı	Toplantıya Katılmadı
	Prof Dr Murat Gündüz Anesteziyoloji ve Reanimasyon Anabilim Dalı	
	Doç Dr Ege Özyılmaz Sarıç Göğüs Hastalıkları Anabilim Dalı	Toplantıya Katılmadı
	Av. Zehra Bahat Hukukçu Üye	
	Dr Neşe Kayran Karar Dışı Üye	

Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Dekanlık Binası, Balçalı 01130 Adana
Telefon: 0322 335 60 60 İbali 3465, Faks: 0322 335 67 22

Ek-2. Aydınlatılmış Onam Formu (kendisi)

AYDINLATILMIŞ ONAM FORMU

**“GENÇ FUTBOLCULARIN DİKKAT ÖZELLİKLERİ İLE
ÇEVİKLİK SÜRAT VE TEKNİK İNDEKS PUANLARI ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ”**

Sonuçlar öncelikle bilimsel amaçla kullanılacak, kişisel bilgileriniz gizli tutulacak, sorun saptanması halinde durum size bildirilecek ve alınması gereken önlemler konusunda ayrıntılı bilgilendirme yapılacaktır. Parasal bir bedel ödemenizi gerektirmeyen ve size de bir ödeme yapılması söz konusu olmayan bu çalışmaya katılmama hakkınız bulunmaktadır. Ek bilgi talebiniz olursa sözlü olarak karşılanacaktır.

Araştırmamıza katılmayı kabul ediyorsanız, lütfen aşağıdaki bölüme adınızı-soyadınızı yazıp tarih ve imza atınız. Teşekkür ederiz.

Ali Hıdır KURT

**Doç. Dr. Gonca
İNCE**

**Yüksek Lisans Öğrencisi
Danışman**

SÖZ KONUSU ARAŞTIRMAYA, YUKARIDA BELİRTİLEN KOŞULLAR ÇERÇEVESİNDE HİÇBİR BASKI VE ZORLAMA OLMAKSIZIN KENDİ RIZAMLA KATILMAYI KABUL EDİYORUM.

TARİH

**Katılımcı
Adı, soyadı:
Adres:
Tel. :
İmza:**

**Görüşme tanığı
Adı, soyadı:
Adres:
Tel.:
İmza:**

**Katılımcı İle Görüşen Araştırmacı:
Adı Soyadı, Unvanı:
İmza:**

Ek-3. Aydınlatılmış Onam Formu (veli)

AYDINLATILMIŞ ONAM FORMU (Çalışmaya Katılacak Olan Çocuğun Velisi)

“GENÇ FUTBOLCULARIN DİKKAT ÖZELLİKLERİ İLE ÇEVİKLİK SÜRAT VE TEKNİK İNDEKS PUANLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ “

Çalışmanın amacı; genç futbolcuların dikkat yeteneği ile teknik kapasiteleri arasında ilişki bulunup bulunmadığını incelemektir.

Çukurova Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü çatısı altında gerçekleştirilecek yüksek lisans tezine veri sağlamayı amaçlayan bu çalışmada, genç futbolculara D2 Dikkat Testi ile HUFA Sürat ve Çabukluk Testi topsuz ve toplu olarak iki kez uygulanacaktır. Araştırma sonucunda dikkat yeteneği ve teknik kapasite arasında olumlu bir ilişki saptanması durumunda futbol antrenörlerinin teknik çalışmaların içerisinde dikkat çalışmalarına da yer vermeleri önerilebilecektir.

Sonuçlar öncelikle bilimsel amaçla kullanılacak, kişisel bilgileriniz gizli tutulacak, sorun saptanması halinde durum size bildirilecek ve alınması gereken önlemler konusunda ayrıntılı bilgilendirme yapılacaktır. Parasal bir bedel ödemenizi gerektirmeyen ve size de bir ödeme yapılması söz konusu olmayan bu çalışmaya katılmama ve katıldıktan sonra çekilme hakkınız bulunmaktadır. Ek bilgi talebiniz olursa sözlü olarak karşılanacaktır.

Çocuğunuzun araştırmamıza katılmasını kabul ediyorsanız, lütfen aşağıdaki bölüme adınızı-soyadınızı yazıp tarih ve imza atınız. Teşekkür ederiz.

ALİ HIDİR KURT

SÖZ KONUSU ARAŞTIRMAYA, YUKARIDA BELİRTİLEN KOŞULLAR ÇERÇEVESİNDE HİÇBİR BASKI VE ZORLAMA OLMASIZIN KENDİ RIZAMLA KATILMAYI KABUL EDİYORUM.

Tarih:

Katılımcı

Sporcu adı, soyadı:

Veli adı, soyadı:

Adres:

Tel:

İmza:

Görüşme tanığı

Adı, soyadı:

Adres:

Tel:

İmza:

Katılımcı İle Görüşen Araştırmacı

Adı Soyadı, Unvanı:

İmza:

Ek-4. Katılımcıların Demografik Özellikleri

KATILIMCILARIN DEMOGRAFİK ÖZELLİKLERİ İLE ÖLÇÜM TESTLERİ

DÜZENLENME TARİHİ:

ADI-SOYADI :

DOĞUM TARİHİ :

CİNSİYETİ : KADIN () ERKEK ()

EV ADRESİ:

FUTBOLA BAŞLADIĞI TARİH:

AKTİF FUTBOL YAŞI:

FUTBOL OYNADIĞI MEVKİ- MEVKİLER :

OKULU :

GEÇİRDİĞİ RAHATSIZLIKLAR :

DAİMİ BİR HASTALIĞI VAR MI ? :

DAİMİ KULLANDIĞI İLAÇ VAR MI ? : A) EVET B) HAYIR

GEÇİRDİĞİ AMELİYAT VAR MI ? :

FUTBOL HARİCİNDE BAŞKA BİR

SPOR İLE DÜZENLİ UĞRAŞIYORMU ?:

BABA EĞİTİM DURUMU:

OKUR-YAZAR DEĞİL() İLK () ORTA() LİSE () ÜNİVERSİTE () ÜNİVER.ÜSTÜ ()

BABA MESLEĞİ:

ÖĞRETMEN () POLİS () MEMUR () SERBEST MESLEK () DOKTOR () DİĞER

ANNE EĞİTİM DURUMU:

OKUR-YAZAR DEĞİL() İLK () ORTA() LİSE () ÜNİVERSİTE () ÜNİVER.ÜSTÜ ()

ANNE MESLEĞİ:

EV HANIMI () ÖĞRETMEN () MEMUR () BANKACI () DOKTOR () DİĞER

KARDEŞ SAYISI : A) KARDEŞ YOK B)1 C)2 D)3 E)4 F)5 VE ÜZERİ

SON BİR YILDA DİKKAT EKSİKLİĞİ ŞÜPHESİ İLE DOKTORA GİTTİNİZ Mİ ?

A) EVET B) HAYIR

GÜNLÜK UYKU SÜRESİ : A) 6 SAAT B)8 SAAT C) 9 SAAT VE ÜZERİ

ÖLÇÜM TESTLERİ		ÖLÇÜM DEĞERLERİ		
		Yaş:	Boy uzunluğu:	Vücut Ağırlığı:
D2 dikkat testi	TM			
	TM-H			
	KP			
		1. ölçüm	2. ölçüm	
30m Sürat Koşusu Testi				
İllinois Çeviklik Testi				
Hüfa1				
Hüfa2				
Teknik İndeks Puanı				

ÖZGEÇMİŞ

Ali Hıdır KURT 1979 yılı Adana Doğumlu olup ilk orta eğitimini Adana da tamamlamış, 2012 yılında Erciyes Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulundan mezun olmuştur. 1989 yılında Adanaspor altyapısında kaleci olarak futbola başlamış ve 1999 yılından 2010 yılına kadar 12 farklı kulüpte aktif olarak profesyonel futbol oynamıştır. 2012 yılında üniversiteden hocası Doç. Dr Mustafa Kaya'nın teşviki ile görme engelliler futboluna kaleci olarak başlamış ve 2017 yılına kadar devam etmiş, bu süre zarfında Ülkemizi 2012 Londra Paralimpik Oyunları ve 2013 yılında İtalya'da düzenlenen 13. İbsa Avrupa Şampiyonasında (İtalya) temsil etmiştir. Yine 2013 yılında İtalya'da düzenlenen 13.İbsa Avrupa Şampiyonasında takım halinde Avrupa 3'lüğü elde etmiştir. Aynı yıl UPS kargo firmasında İnsan kaynakları Bölge müdürü olarak göreve başlamış, 2015 yılı mayıs ayına kadar devam etmiştir. 2014 yılında Çukurova Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsünde Beden Eğitimi ve Spor Anabilim dalında Yüksek Lisans eğitime başlamıştır. 2013 ve 2016 yıllarında TFF'nin düzenlediği kursları başarı ile tamamlayarak Uefa B futbol antrenörlüğü (2013) ve Profesyonel Takım Kaleci antrenörlüğü (2016) belgelerini almaya hak kazanmıştır. 2015 yılında Gaziantep ili Şehitkamil ilçesi Mustafa Necati orta okuluna beden eğitimi öğretmeni olarak atanmış halen Adana ili Seyhan ilçesi Şehit Mahmut Yeşilçam orta okulunda görev yapmaktadır. 2017 yılında Adanaspor alt yapı takımlarında gönüllü olarak kaleci antrenörlüğü görevine başlamış halen Adanaspor profesyonel takım kaleci antrenörlüğü görevini yürütmektedir.

Evli ve 3 çocuk babasıdır.