

58614

T.C.

**İNÖNÜ ÜNİVERSİTESİ**  
**SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ**

**İNÖNÜ ÜNİVERSİTESİ**  
**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BÖLÜMÜ ÖĞRENCİLERİNİN**  
**ÖSS PUANLARININ AKADEMİK BAŞARI PUANLARINA**  
**ETKİLERİNİN TESBİTİ VE FİZİKSEL-FİZYOLOJİK**  
**PERFORMANSLARININ ÖLÇÜLEREK DEĞERLENDİRİLMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Esin GÜLLÜ**

**Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı**

**Danışman**

**Yrd. Doç. Dr. Faruk YAMANER**

**MALATYA-1997**

## İÇİNDEKİLER

	Sayfa No
TABLolar LİSTESİ.....	IV
KISALTMALAR LİSTESİ.....	VI
ÖNSÖZ.....	VII
I. BÖLÜM	
GİRİŞ.....	1
I.1. Problemler.....	4
I.2. Alt Problemler.....	4
I.3. Hipotezler.....	5
I.4. Sınırlamalar.....	6
I.5. Varsayımlar.....	7
I.6. Çalışmanın Önemi.....	7
I.7. Terimlerin Tanıtımı.....	8
I.8. Aletlerin Tanıtımı.....	10
II. BÖLÜM	
LİTERATÜR TARAMASI.....	12
II.1. Öğrencilerin ÖSS Başarı Puanları.....	13
II.2. Öğrencilerin Teorik Başarı Puanları.....	13
II.3. Öğrencilerin Pratik (Uygulamalı) Başarı Puanları.....	14
II.4. Öğrencilerin Akademik Başarı Puanları.....	14
II.5. Öğrencilerin Fiziksel Özellikleri (Yaş, Boy, Ağırlık).....	15
II.6. Öğrencilerin İstirahat Kalp Atım Sayıları.....	17
II.7. Öğrencilerin Kan Basıncı.....	18
II.8. Öğrencilerin Maksimum Aerobik Güçleri.....	19
II.9. Öğrencilerin Anaerobik Güçleri.....	21
II.10. Öğrencilerin Vücut Kompozisyonları.....	23
II.11. Öğrencilerin Süratleri.....	25

## II

	<b>Sayfa No</b>
II.12. Öğrencilerin Esneklikleri.....	26
II.13. Öğrencilerin Pençe Kuvvetleri.....	27
III. BÖLÜM	
MATERYAL VE METOD.....	30
III.1. Deneklerin Seçimi.....	30
III.2. Genel Açıklama.....	30
III.3. Genel Metodlar.....	31
III.3.1. Akademik Başarı Puanlarının Hesaplanması.....	31
III.3.2. Teorik Başarı Puanlarının Hesaplanması.....	32
III.3.3. Pratik (Uygulama) Başarı Puanlarının Hesaplanması.....	33
III.3.4. Boy ve Ağırlığın Ölçülmesi.....	34
III.3.5. İstirahat Kalp Atım Sayısının Ölçülmesi.....	34
III.3.6. Kan Basıncının Ölçülmesi.....	34
III.3.7. Vücut Yağ Yüzdesinin Ölçülmesi.....	35
III.3.8. 12 Dakika Koşu (Cooper) Testi.....	36
III.3.9. Dikey Sıçrama Testi.....	37
III.3.10. Esneklik Testi.....	37
III.3.11. 50 Metre Sürat Testi.....	38
III.3.12. Pençe Kuvvetinin Ölçülmesi.....	38
IV. BÖLÜM	
BULGULAR.....	39
V. BÖLÜM	
TARTIŞMA.....	48
SONUÇ.....	59
ÖNERİLER.....	63
ÖZET.....	65
SUMMARY.....	67
KAYNAKLAR.....	69

### III

	<b>Sayfa No</b>
ÖZGEÇMİŞ.....	74
TEŞEKKÜR.....	75
EKLER.....	76



## IV

### TABLÖLAR LİSTESİ

	<b>Sayfa No</b>
TABLO I- İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü Birinci Sınıf Öğrencilerinin ÖSS, Teorik, Pratik ve Akademik Başarı Puanlarının Ortalama Değerleri.....	40
TABLO II- İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü Birinci Sınıf Öğrencilerinin Fiziksel ve Fizyolojik Değişkenlerinin Ortalama Değerleri.....	41
TABLO III- İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü Birinci Sınıf Öğrencilerinin ÖSS Puanı ile Teorik, Pratik ve Akademik Başarılarının Ortalama ve Hesaplama Değerleri.....	42
TABLO IV- İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü Birinci Sınıf Öğrencilerinin Pratik Başarı Puanı ile Fiziksel Değişkenlerinin Ortalama ve Hesaplama Değerleri.....	43
TABLO V- İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü Birinci Sınıf Öğrencilerinin Pratik Başarı Puanı ile Seçilmiş Bazı Fizyolojik Değişkenlerinin Ortalama ve Hesaplama Değerleri.....	44

TABLO VI- İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü Birinci Sınıf Öğrencilerinin Pratik Başarı Puanı ile İstirahat Kalp Atım Sayısı, Sistolik-Diastolik Kan Basıncı, Aerobik ve Anaerobik Güçleri Arasındaki Ortalama ve Hesaplama Değerleri.....	45
TABLO VII- İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü Birinci Sınıf Öğrencilerinin Pratik Başarı Puanı ile Esneklik, 50 Metre Sürat, Vücut Yağ Yüzdesi, Sağ ve Sol El Pençe Kuvvetleri Arasındaki Ortalama ve Hesaplama Değerleri.....	46



## VI

### KISALTMALAR LİSTESİ

<b>ÖSS</b>	: Öğrenci Seçme Sınavı
<b>ATP-PC</b>	: Adenosine Triphosphate - Phospho Creatin
<b>Max. VO2</b>	: Maksimum Oksijen Tüketimi (Aerobik Güç, Kapasite)
<b>İKAS</b>	: İstirahat Kalp Atım Sayısı
<b>İSKB</b>	: İstirahat Sistolik Kan Basıncı
<b>İDKB</b>	: İstirahat Diastolik Kan Basıncı
<b>P.K.</b>	: Pençe Kuvveti
<b>V.Y.%</b>	: Deri Altı Vücut Yağı Yüzdesi
<b>O.D.T.Ü.</b>	: Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
<b>H.Ü.</b>	: Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
<b>M.Ü.</b>	: Marmara Üniversitesi, İstanbul.
<b>C.B.Ü.</b>	: Celal Bayar Üniversitesi, Manisa.
<b>G.Ü.</b>	: Gazi Üniversitesi, Ankara.
<b>A.İ.B.Ü.</b>	: Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Bolu.
<b>K.T.Ü.</b>	: Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon.
<b>±</b>	: Ortalama Değerlerin Standart Sapması

## VII

### ÖNSÖZ

Ülkemizde gün geçtikçe sayıları giderek artan Beden Eğitimi ve Spor Bölümlerine her yıl on binlerce başvuru yapılmakta, ancak bunların sadece birkaç bini bu bölümlerde öğrenim görme şansına ve hakkına sahip olabilmektedir. Dolayısı ile Beden Eğitimi öğretmenliği, antrenörlük eğitimi ve spor yöneticiliği gibi uzmanlık alanları bulunan bu bölümlere müracaat eden meslek adaylarını seçerken belirli kriterleri göz önünde bulundurmak gerekmektedir. Dolayısı ile; özel yetenek sınavı diye adlandırılan, Beden Eğitimi ve Spor Bölümlerine has özellikler taşıyan bu kriterler çok büyük dikkatle ve hassasiyetle seçilmelidir. Böylece bu sınavları başarabilen öğrenciler için rahatlıkla; aratılan niteliklere sahiptir ve istenilen ihtiyaçlara cevap verebilir diyebilelim.

Öğrenciler, Beden Eğitimi ve Spor Bölümlerinde, akademik yıl içerisinde, okutulmakta olan pratik derslerden başarılı olabilmek için bazı fiziksel ve fizyolojik kapasiteye sahip olmalarının yanı sıra, teorik derslerden de başarılı olabilmek için belirli bir zihinsel kapasiteye sahip olmaları gerekmektedir.

Bu araştırma, bilgi kapasitesi yüksek olan öğrencilerin Beden Eğitimi ve Spor derslerindeki başarılarının artacağı ve yüksek ÖSS puanları ile alınmış olan öğrencilerin akademik yıl içerisindeki başarılarının daha da yüksek olabileceğini ortaya koyması açısından dolayı çok önemlidir.

Günümüzde, Beden Eğitimi ve Spor derslerinin önemi daha iyi anlaşılmaktadır. Dolayısı ile daha bilgili eğitimcilere ve iyi seçilmiş öğrencilere ihtiyaç duyulmaktadır.

Bu nedenle, 1995-1996 Eğitim ve Öğretim Yılı, İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü'nde okumakta olan en yüksek ÖSS puanına sahip I. sınıf öğrencilerinin ÖSS Başarı Puanları ile Akademik (Teorik ve Pratik) Başarı Puanları ve bu öğrencilerin bazı fiziksel ve fizyolojik karakteristikleri ortaya çıkarılarak Pratik Başarı Puanları arasındaki ilişkilerin analizi yapılmıştır.



## I. BÖLÜM

### GİRİŞ

Ülkemizde Beden Eğitimi öğretmeni yetiştiren kurumların açılması fikri, Osmanlı Devleti'nin son dönemlerine rastlamaktadır. Ancak bu fikir Cumhuriyetin ilanından sonra, Beden Eğitimi öğretmeni yetiştiren bir kursun açılması ile hayata geçirilebilmiştir (1926) (1).

1926 yılında Selim Sırrı Tarcan'ın çabaları ile İstanbul Çapa'da Beden Eğitimi öğretmeni yetiştirerek ilk ciddi öğretim faaliyeti başlatılmıştır. Faaliyet, dokuz ay süreyle ve her ilden yetenekli birer ilkokul öğretmeni ve ordudan bazı subayların iştirakları ile dört dönem olarak devam ettirilmiştir. Bunlar, Türk Beden Eğitimi öğretmenlerinin yetiştirilmesinde ilk temelleri atan insanlar olarak bilineceklerdir (2).

1974 yıllarında Türkiye'deki dört enstitüde Beden Eğitimi öğretmenlerinin yanı sıra Beden Eğitimi ve Sporda yetişmiş eleman (antrenör, monitör, spor sağlık uzmanı, spor hakemi, spor eğitimcisi, spor yöneticisi, spor işletmecisi vb.) ihtiyacını karşılamak için Gençlik ve Spor Akademileri açılmıştır. 1979-1980 yıllarına gelindiğinde ise yeni oluşturulan üniversitelerin Eğitim Fakültesi ve Fen Edebiyat Fakültelerine bağlı Beden Eğitimi ve Spor Bölümleri izlemiştir.

Beden Eğitimi ve Spor genel olarak ferdi yönden insan sağlığı, karakter gelişimi, morali, verimliliği, milli yönden ise sağlam, güçlü, ortak duygu ve davranışları yüksek bir insan gücü potansiyeli, varlığı ile doğrudan ilgili en etkili eğitim ve sağlık faaliyetidir (1).

İnsanın beden ve ruh sağlığını geliştirmek ve iradesini güçlü kılmak; Beden Eğitimi ve Sporun temel amaçları arasında yer aldığı gibi, aynı zamanda sosyal ve ekonomik kalkınmanın da temel unsurları arasında yer alırlar. Beden Eğitimi, ferdin keşfedilmemiş özelliklerini ve yaratıcı yönünü harekete geçiren en önemli faktördür. İnsan bedeninin gelişmesi gençlik dönemi sonunda durur; fakat ruhi ve manevi gelişmesi devam eder. İnsanın beden ve ruh yapısını geliştirmek ve iradeyi güçlü kılmmanın yanı sıra grup çalışmasını kolaylaştırmak, karşılıklı dayanışmayı sağlamak,

kendine güveni gerçekleştirmek ve fertlerin toplum üyeliğini kazanması olan sosyalleşmesinde de spor, çok büyük önem taşımaktadır.

Beden Eğitimi ve Spor Bölümleri veya Yüksek Okulları, ülkemizde ortadereceli okullardaki beden eğitimi öğretmeni, spor yöneticisi ve antrenör ihtiyacını karşılamak, Türk sporuna hizmet etmek gayesi ile kurulmuşlardır. Bugün Türkiye'de Beden Eğitimi ve Spor Okullarının tam anlamıyla çağdaş çizgiyi yakalayabilmeleri için, imkanlar ve ekonomi gerektiren bir yapıya da sahip olması gerekmektedir. Beden Eğitimi ve Spor Okulları'ndan mezun olanlar, bir spor dalında uzmanlaşmış beden eğitimi öğretmeni olup istihdam edilirken, Antrenörlük Eğitimi Bölümü ve Spor Yöneticiliği Bölümü mezunlarının istihdam durumları netleşmemiştir. Bu konuda öncelikle yapılması gereken, yetkililerin ve sorumluların bilinçlendirilmesi, Beden Eğitimi ve Spor Okullarının sıkıntılarını çözmeye yönelik destek sağlanmasıdır (3).

İstanbul Teknik Üniversitesi birinci ve ikinci sınıf öğrencilerine 1987-1988 ders yılında Beden Eğitimi dersini seçme sebepleri ve dersin uygulanabilirliği konulu bir anket çalışmasının sonucunda; öğrencilerin % 49.99'u bu dersin haftada dört saate çıkarılmasını istemektedirler. Öğrencilerin % 86.21'i bu dersin programa alınmasının uygun olduğunu belirtmişlerdir. % 48.71 oranındaki öğrenci görüşü ise, bu dersin teorik-pratik uygulanmasını ve % 44.54'ü de sadece pratik olarak uygulanmasını istemişlerdir. Bu veriler ışığında, dersin programa alınması isabetlidir. Ayrıca ders saati arttırılmalıdır. Uygulamada pratiğe ağırlık verilmeli ve ders kısa teorik bilgilerle süslenmelidir, sonucuna varılmıştır (4).

Nitelikli insan gücü, sağlıklı olmadan verimli olamaz ve kendisinden beklenen katkıları yapamaz. İnsanların özellikle gençlerin, beden ve ruh yapısının eğitilip geliştirilmesinde en uygun ve en tesisli araç; Beden Eğitimi ve Spor Eğitimidir.

Bütün bunlardan dolayıdır ki; 1982 Anayasamızın 59. maddesinde; Devletin her yaştaki Türk vatandaşının beden ve ruh sağlığını geliştirecek tedbirleri alması kabul edilmiş; sporun kitlelere yayılmasının teşvik edileceği ifade edilmiş ve başarılı sporcuların da devlet tarafından korunacağı belirtilmiştir.

Beden Eğitimi ve Spor Bölümlerinde yürütülen dersler teorik ve pratik olarak iki ana bölümde incelenmektedir. Bu bölümlere alınan öğrencilerin ise pratik derslerde başarılı olabilmeleri için belirli bir fiziksel ve fizyolojik kapasiteye sahip olmaları gerektiği gibi, teorik derslerde de başarılı olabilmeleri için belirli bir zihinsel kapasiteye sahip olmaları gerekmektedir.

Bu nedenlerle bu araştırma, Beden Eğitimi ve Spor Bölümlerinde yapılan özel yetenek sınavlarındaki seçme kriterlerinin tekrar gözden geçirilerek gerçekçi ve doğru kriterlerin uygulanmasına yardımcı olacağından çok faydalı olacaktır.



## I.1. PROBLEM

Bu çalışmanın amacı, 1995-1996 Eğitim ve Öğretim Yılı, İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü'nde okumakta olan birinci sınıf öğrencilerinin, ÖSS Başarı Puanları ile Akademik Başarı Puanlarının birbirleriyle mukayesesi ve bu öğrencilerin aşağıdaki fiziksel ve fizyolojik kapasitelerinin ölçülerek değerlendirilmesidir.

- a- Yaş, Boy ve Kilo
- b- İstirahat Kalp Atım Sayısı
- d- Sistolik Kan Basıncı
- e- Diastolik Kan Basıncı
- f- Aerobik Güçleri (Max. VO2)
- g- Anaerobik Güç
- h- 50 Metre Sürat
- ı- Vücut Yağ Yüzdesi
- j- Esneklik
- k- Pençe Kuvveti

## I.2. ALT PROBLEMLER

- 1- İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümünde okuyan birinci sınıf öğrencilerinin ÖSS Başarı Puanları nedir?
- 2- İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümünde okuyan birinci sınıf öğrencilerinin Teorik Başarı Puanları nedir?
- 3- İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümünde okuyan birinci sınıf öğrencilerinin Pratik Başarı Puanları nedir?
- 4- İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümünde okuyan birinci sınıf öğrencilerinin Akademik Başarı Puanları nedir?

5- İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümünde okuyan birinci sınıf öğrencilerinin aşağıdaki fiziksel ve fizyolojik kapasitelerinin ölçüm sonuçları nedir?

6- İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümünde okuyan birinci sınıf öğrencilerinin ÖSS Başarı Puanları ile Teorik Başarı Puanları arasındaki ilişki nedir?

7- İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümünde okuyan birinci sınıf öğrencilerinin ÖSS Başarı Puanları ile Pratik Başarı Puanları arasındaki ilişki nedir?

8- İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümünde okuyan birinci sınıf öğrencilerinin ÖSS Başarı Puanları ile Akademik Başarı Puanları arasındaki ilişki nedir?

9- İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümünde okuyan birinci sınıf öğrencilerinin Pratik Başarı Puanları ile fiziksel ve fizyolojik kapasite sonuçları arasındaki ilişki nedir?

### **1.3. HİPOTEZLER**

1- İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümünde okuyan birinci sınıf öğrencilerinin ÖSS Başarı Puanları ile Teorik Başarı Puanları arasında istatistiksel olarak kuvvetli bir ilişki vardır.

2- İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümünde okuyan birinci sınıf öğrencilerinin ÖSS Başarı Puanları ile Pratik Başarı Puanları arasında istatistiksel olarak kuvvetli bir ilişki vardır.

3- İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümünde okuyan birinci sınıf öğrencilerinin ÖSS Başarı Puanları ile Akademik Başarı Puanları arasında istatistiksel olarak kuvvetli bir ilişki vardır.

4- İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümünde okuyan birinci sınıf öğrencilerinin Pratik Başarı Puanları ile fiziksel ve fizyolojik kapasiteleri arasında istatistiksel olarak kuvvetli bir ilişki vardır.

#### I.4. SINIRLAMALAR

1- Bu çalışma, 1995-1996 Eğitim ve Öğretim Yılı, İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümünde okuyan en yüksek ÖSS (Sözel, Sayısal veya Eşit Ağırlık) puanlarına sahip olan birinci sınıf 10 kız ve 20 erkek öğrenci ile sınırlandırılmıştır.

2- Bu çalışma, 1995-1996 Eğitim ve Öğretim Yılı, İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü birinci sınıf öğrencilerinin aşağıdaki teorik dersleri ile sınırlandırılmıştır.

##### I. DÖNEM

- a- Anatomi
- b- Beden Eğitimi ve Spora Giriş
- c- İlk Yardım
- d- Eğitime Giriş
- e- Türk Dili
- f- Yabancı Dil

##### II. DÖNEM

- a- Fizyoloji
- b- Spor Yönetimi ve Teşkilatlanma
- c- Eğitim Sosyolojisi
- d- Türk Dili
- e- Yabancı Dil

3- Bu çalışma, 1995-1996 Eğitim ve Öğretim Yılı, İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü birinci sınıf öğrencilerinin aşağıdaki pratik dersleri ile sınırlandırılmıştır.

##### I. DÖNEM

- a- Atletizm
- b- Serbest Cimnastik
- c- Basketbol
- d- Voleybol
- e- Halk Oyunları

##### II. DÖNEM

- a- Atletizm
- b- Serbest Cimnastik
- c- Basketbol
- d- Voleybol
- e- Halk Oyunları

## I.5. VARSAYIMLAR

1- Deneklerin, teorik ve uygulamalı derslerdeki başarılarını etkileyebilecek izin, rapor, devamsızlık ve rahatsızlıklar göz önünde bulundurulmamıştır.

2- Deneklerin pratik derslerden almış oldukları notların, sadece uygulama becerileri ile değerlendirildikleri varsayıldı.

3- Testlerde kullanılan bütün aletlerin doğru çalışmış oldukları varsayıldı.

4- Deneklerin, bütün testlerde maksimal eforlarını sarfetmiş oldukları varsayıldı.

5- Deneklerin testler öncesindeki, yapılması gerekenlerle ilgili açıklamaları uygulamış oldukları varsayıldı.

6- Deneklerin eşit ortamlarda test edilmiş oldukları varsayıldı.

7- Deneklerin uyuma, beslenme ve benzeri ihtiyaçları yüzünden test sonuçlarının etkilenmemiş olduğu varsayıldı.

8- Deneklerin, yöneltilen sorulara doğru cevaplar vermiş oldukları varsayıldı.

## I.6. ÇALIŞMANIN ÖNEMİ

Beden Eğitimi ve Spor Bölümlerinde, pratik derslerin yanı sıra bilgi gerektiren teorik dersleri de içermektedir. Öğrenciler bu derslerde insan anatomisinden fizyolojisine, psikolojik yapısından sosyolojik yapısına kadar gerekli olan her şeyi öğrenmek durumundadırlar. Dolayısı ile, çok karmaşık ve hassas olan insan yapısını her yönü ile incelemeye çalışmak ve bu bilgilerini de pratiğe dökülebilmek zorundadır. Bu yüzden öğrenciler, pratik yeteneklerinin yanı sıra beyin yeteneklerini gösteren bilgi kapasitesine de sahip olmaları gerekmektedir.

Bu araştırma, bilgi kapasitesi yüksek olan öğrencilerin Beden Eğitimi derslerindeki başarılarının daha yüksek olacağı ve yüksek ÖSS puanları ile seçilmiş öğrencilerin akademik yıl içerisindeki başarılarını ortaya çıkarması açısından çok önemlidir. Dolayısı ile, Beden Eğitimi ve Spor Bölümüne alınan öğrencilerin özel

yetenek sınavlarında değerlendirmeye katılan ÖSS puanlarının hangi ağırlık yüzdesine sahip olması gerektiğini ortaya çıkarması açısından daha da önem kazanmaktadır.

Sonuç olarak bu tür çalışmalar birinci sınıf öğrencilerinin akademik yıl içerisindeki sahip oldukları akademik başarıları ortaya çıkarmak, fiziksel ve fizyolojik değerlerini saptayarak diğer üniversite öğrencileri ve hatta yabancı ülke öğrencileri ile karşılaştırma yapabilme imkanı sağlayabileceğinden dolayı önem arz etmektedir.

## 1.7. TERİMLERİN TANIMI

**1- ÖSS Başarı Puanı:** Öğrenci Seçme Sınavı olarak adlandırılır ve Birinci Basamak Sınavı'nı oluşturmaktadır. Sınavın birinci basamağında adaylara, sözel ve sayısal bölümlerden oluşan bir test uygulanmaktadır. Bu basamağın sözel bölümünde adaylara, Türkçeyi kullanma güçleri ile sosyal bilimlerdeki temel kavram ve ilkelerle düşünce becerilerini yoklayan sorular sorulmaktadır. Bu basamağın sayısal bölümünde ise adaylara, matematiksel ilişkilerden yararlanma güçleri ile fen bilimlerindeki temel kavram ve ilkelerle düşünme becerilerini yoklayan sorular sorulmaktadır. Birinci Basamak Sınavı sonuçlarından Sözel Ağırlıklı, Sayısal Ağırlıklı ve Eşit Ağırlıklı ÖSS Puanları hesaplanmaktadır (5).

**2- Akademik Başarı Puanı:** Öğrencilerin akademik yıl içerisinde almış oldukları derslerdeki geçme notu olan harf değerlerinin katsayı karşılıklarının ortalamasıdır.

Not Karşılığı Alınan Harflere Göre Katsayılar:

<u>NOT</u>	<u>HARF</u>	<u>KATSAYI</u>
0 - 49	FE, FF	0.0
50 - 59	CC	2.0
60 - 69	CB	2.5
70 - 79	BB	3.0
80 - 89	BA	3.5
90 - 100	AA	4.0



Yani öğrencilerin, akademik yıl içerisinde almış oldukları derslerin harf karşılığı olan notların ders kredisi ile çarpılıp toplanarak elde edilen sonucu ders kredileri toplamına bölünmesi ile elde edilir.

Yıl Sonu Akademik Başarı Puanı :

(I. Dönem Not Ortalaması + II. Dönem Not Ortalaması) ÷ 2

**3- Teorik Başarı Puanı:** Öğrencilerin akademik yıl içerisinde sadece teorik derslerden almış oldukları derslerin harf karşılığı olan notların ders kredisi ile çarpılıp toplanarak elde edilen sonucu ders kredileri toplamına bölünmesi ile elde edilir.

Teorik derslerde genellikle öğrencilerin hafıza kapasiteleri, anlama veya idrak edebilme yetenekleri ve yorumlayabilme yetenekleri ölçülmektedir.

**4- Pratik Başarı Puanı:** Öğrencilerin akademik yıl içerisinde sadece pratik derslerden almış oldukları derslerin harf karşılığı olan notların ders kredisi ile çarpılıp toplanarak elde edilen sonucu ders kredileri toplamına bölünmesi ile elde edilir.

Öğrenciler Pratik derslerde genellikle, edinmiş oldukları teorik bilgileri uygulayabilme (pratiğe dönebilme) yetenekleri ölçülmektedir.

**5- Fizyolojik Kapasite:** Genel olarak iki şekilde özetlenir:

1- Bütün vücut sistemlerinin etkili bir biçimde fonksiyon yapabilme kapasitesine denir.

2- Bir kimsenin uzun süreli aktivitelerde bile aşırı yorgunluk hissetmeden iş yapabilme kapasitesine denir (6).

**6- Kalp Atım Sayısı:** Kalbin kasılmasına (sistol) ve gevşemesine (diastol) kalbin atım sayısı denir. Vücudun durumuna ve değişikliklerine göre farklılıklar gösterir.(7).

**7- Kan Basıncı:** Kanın damarların iç yüzeyine yapmış olduğu basıncın nicelik olarak ölçüsüdür. Arterlerde meydana gelen bu basınç vücudun değişik bölgelerinde ve kalp kasılmasının değişik fazlarında farklılıklar gösterir. Kanın kalpten vücuda pompalanması durumuna sistolik kan basıncı (büyük tansiyon), kanın kalbe dolması durumuna da diastolik kan basıncı (küçük tansiyon) denir (8).

**8- Aerobik Güç:** Maksimum oksijen kullanımı (Max.VO2) ile ifade edilir. Kişinin ve sporcunun oksijenli ortamda yapabileceği maksimum iş kapasitesidir (7).

**9- Anaerobik Güç:** Organizmanın yeterli oksijen alamadığı fakat çalışmaya devam edebildiği, oksijensiz ortamda çalışabilme kapasitesidir (9).

**10- Vücut Kompozisyonu:** Genel olarak yağ, kemik, kas hücreleri, diğer organik maddeler ve hücre dışı sıvıların orantılı bir şekilde biraraya gelmesinden oluşur. Cinsiyet, kas, fiziksel aktivite, hastalıklar ve beslenme gibi durumlar vücut kompozisyonunu etkileyen büyük faktörlerdir (10).

**11- Esneklik:** Esneklik, eklem hareketlerindeki genişlik ile ilgilidir. Hemen hemen her spor dalında hareketlerde yumuşaklık aranır. Esnekliği geliştiren en iyi hareketler, eklemlerin mutedil fakat sabit ve devamlı bir şekilde gerilmesidir. Esnekliği geliştiren hareketler her mevsim yapılmalıdır (8),(9).

**12- Pençe Kuvveti:** Kuvvet, güç uygulayabilme yeteneğidir. Kuvvet, test edilen kas grubuna göre özellik gösterir. Pençe kas gruplarının dinamometreye uyguladıkları basıncın sayısal değer ile ölçülmesidir (7).

## 1.8. ALETLERİN TANITIMI

**1- Tansiyon Aleti (Sfigmotansiyon):** Kola bağlanan manşet ile manşete hava sevkettmeye yarayan bir pompa ve manşete bağlı manometreden ibaret bir alettir.

**2- Skinfold Caliper:** Vücut yağ yüzdesinin tesbitinde ve deri altı yağ tabakasının ölçümünde kullanılan bir alettir. Uçları arasında ne kadar açıklık olursa olsun, uygulamış olduğu basınç daima 10 mmHg basıncına eşittir. 0 ile 70 milimetre arası kalınlığı milim olarak ölçer.

**3- Sit and Reach (Otur ve Eriş) Sehpaı:** Sehpanın üst yüzey ölçüleri; uzunluk 55 cm, genişlik 45 cm ve üst yüzey, ayakların dayandığı yüzeyden 15 cm daha dışarıdadır. Yani ayak parmak uçlarına ulaşan bir kişi 15 cm esnemiş olarak kabul edilmektedir. 0-50 cm'lik ölçüm cetveli üst yüzeyde 1'er cm'lik paralel çizgi aralıkları ile belirlenmiştir.

**4- El Dinamometresi:** Pençe kuvvetini ölçen dinamometreler, basınç prensibine göre çalışırlar. Dinamometreye bir dış güç uygulandığı zaman çelik tel gerilir ve kilogram cinsinden değeri ölçer.



## II. BÖLÜM

### LİTERATÜR TARAMASI

İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü özel yetenek sınavı, öğrencilerin ÖSS Başarı Puanı ile bazı fizyolojik kapasitelerinin sonuçlarına göre değerlendirilmektedir.

Beden Eğitimi ve Spor Bölümü giriş sınavında başarılı olduktan sonra, akademik yıl içerisindeki dersleri başarı ile devam ettirebilmek için belirli bir fiziksel, fizyolojik ve zihinsel kapasiteye gerek vardır. Bu kapasitelerin değerlendirilmesi için bazı araştırmalar yapılmıştır.

Yaptığımız araştırmaların literatürü aşağıdaki 13 bölümde incelenmiştir:

- 1- Öğrencilerin ÖSS Başarı Puanları
- 2- Öğrencilerin Teorik Başarı Puanları
- 3- Öğrencilerin Pratik Başarı Puanları
- 4- Öğrencilerin Akademik Başarı Puanları
- 5- Öğrencilerin Fiziksel Karakteristikleri
- 6- Öğrencilerin İstirahat Kalp Atım Sayıları
- 7- Öğrencilerin Kan Basınçları
- 8- Öğrencilerin Maksimum Aerobik Güçleri
- 9- Öğrencilerin Anaerobik Güçleri
- 10- Öğrencilerin Vücut Kompozisyonları
- 11- Öğrencilerin Süratleri
- 12- Öğrencilerin Esneklikleri
- 13- Öğrencilerin Pençe Kuvvetleri

## II.1. ÖĞRENCİLERİN ÖSS BAŞARI PUANLARI

Günümüzde Beden Eğitimi öğretmeni yetiştiren kurumlardaki öğrenci alımlarında büyük ölçüde fiziksel yeteneklere bakıldığı bilinmektedir. Öğrenmenin çok yönlü karmaşık bir süreç olduğundan hareket edilirse bilişsel (algılama, bellek, düşünme gibi) oluşumların önemi büyüktür. Dolayısı ile, öğrencilerin ortaöğretim sonu bilgi, kavrama, anlama, sayısal ve sözel yeteneklerinin değerlendirilmesinde mevcut uygulamada başka bir ayternatifi de bulunmadığından ÖSS sonuçları bunları en objektif bir şekilde yansıtmaktadır (11).

Piaget'e göre zekanın gelişmesi konuşma ile başlar, 11 veya 12 yaşlarında olgunlaşmaya devam eder, daha sonra ise; bilimsel duygular içerisinde problem çözmeye başlayarak örnek alternatifler ve hipotezler üretebilirler (12).

Çamlıyer ve çalışma arkadaşları (1996), Celal Bayar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu 4. sınıf ve 3. sınıfta öğrenim gören 90 (bayan ve erkek) öğrencinin ortalama ÖSS Başarı Puanlarını 125.000 olarak bulmuşlardır (11).

Erdoğan ve çalışma arkadaşları (1996), Abant İzzet Baysal Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu 1996 özel yetenek sınavına katılan 230 erkek adayın ortalama ÖSS Başarı Puanlarını 133.320 olarak bulmuşlardır (13).

## II.2. ÖĞRENCİLERİN TEORİK BAŞARI PUANLARI

Beden Eğitimi ve Spor Bölümü öğrencileri, eğitim ve öğretim süreci boyunca uygulamalı olarak gördükleri bir çok dersin yanında teorik olarak da bir çok ders görmektedirler. Bu ortam içerisinde öğrenciler, istenilen düzeyde hem bu bilgileri alma ve anlama, buna buna bağlı olarak da düşünce ve yaklaşımlarını değiştirmek; hem de mezun olduklarında eğitimci olarak bu birikimlerini kullanmak durumundadırlar. Böylece öğrencilerin eğitim ve öğretimde çok yönlülük, sorgulama, analiz, sentezleme ve karar verme gibi birçok davranışlar geliştirmesi hedeflenmektedir. Bunlar aynı zamanda genel olarak her alandaki öğretmen adaylarında bulunması gereken

özelliklerden bazılarıdır (11). Ayrıca, pratik becerilerini teorik olarak da açıklamak ve anlatmak durumundadırlar.

Çamlıyer ve çalışma arkadaşları (1996), Celal Bayar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu 4. sınıf ve 3. sınıfta öğrenim gören 90 bayan ve erkek öğrencinin teorik ders ortalamalarını 17 öğrencide 47.52, 12 öğrencide 59.11, 33 öğrencide 63.91 ve 28 öğrencide ise 67.69 olarak bulmuşlardır (11).

### **II.3. ÖĞRENCİLERİN PRATİK BAŞARI PUANLARI**

Beden Eğitimi ve Spor Bölümü öğrencilerinin büyük ölçüde fiziksel ve fizyolojik yeteneklere sahip olması gerektiği bilinmektedir. Dolayısı ile bu öğrencilerin, akademik yıl içerisinde, pratik derslerdeki uygulama becerilerinin de değerlendirilmesi gerekmektedir.

Çamlıyer ve çalışma arkadaşları (1996), Celal Bayar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu 4. sınıf ve 3. sınıfta öğrenim gören 90 bayan ve erkek öğrencinin pratik ders ortalamalarını 17 öğrencide 58.52, 12 öğrencide 66.24, 33 öğrencide 68.41 ve 28 öğrencide ise 71.46 olarak bulmuşlardır (11).

### **II.4. ÖĞRENCİLERİN AKADEMİK BAŞARI PUANLARI**

Teorik ve pratik başarı puanları ortalamasının akademik başarı puanını belirlemektedir. Dolayısı ile akademik başarı, öğrencinin genel başarısı olarak da ifade edilmektedir.

Zeka testlerinin özelliğine ve içeriğine göre zekanın birçok farklı kapasitesini ölçebiliriz. Zeka testleri ve akademik başarı puanları zekanın ölçülmesi için kullanılmaktadır. En çok kullanılan zeka testleri The Revised-Binet Scales ve The Wechsler Intelligence Scale testleridir. Her iki test de IQ'yu ölçmek için kullanılır ve Akademik Başarı ile çok yakından ilişkilidirler (14).

Çamlıyer ve çalışma arkadaşları (1996), Celal Bayar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu 4. sınıf ve 3. sınıfta öğrenim gören 90 bayan ve erkek öğrencinin genel ders ortalamalarını (akademik başarılarını) 17 öğrencide 53.17, 12 öğrencide 62.67, 33 öğrencide 66.17 ve 28 öğrencide ise 69.58 olarak bulmuşlardır (11).

## **İL5. ÖĞRENCİLERİN FİZİKSEL ÖZELLİKLERİ (YAŞ, BOY, AĞIRLIK)**

Beden Eğitimi ve Spor Bölümünde öğrencilerin gerekli fiziksel kapasiteye sahip olmaları gerekmektedir.

Vücut ağırlığı, değişik egzersizlerde enerji harcamasını etkileyen önemli bir faktördür. Bireylerin yaş, boy ve kilo ile ilgili olarak yapılan araştırmalar, farklı insan topluluklarının birbirleriyle karşılaştırılmaları açısından da oldukça önemlidir.

Ağaoğlu (1989), ODTÜ Beden Eğitimi ve Spor Bölümü birinci sınıf bayan öğrencilerinin ortalama yaşlarını 19.9 yıl, boylarını 165 cm ve kilolarını ise 55 kg; erkek öğrencilerin ortalama yaşlarını 20.9, boylarını 176 cm ve ağırlıklarını ise 69.9 kg olarak bulmuştur (15).

Tamer (1996), yapmış olduğu bir araştırma sonucunda, 40 erkek üniversite öğrencisinin yaş, boy ve ağırlık ortalamalarını sırası ile 21.24 yıl, 174.76 cm ve 70.83 kg olarak bulmuştur (16).

Sevim ve çalışma arkadaşları (1996), 18-25 yaş kategorisinde 12 deney ve 12 kontrol grubu olmak üzere toplam 24 bayan hentbolcu üzerinde yapmış oldukları araştırma sonucunda ortalama yaş, boy ve ağırlıklarını sırası ile deney grubunda 22.5 yıl, 169.25 cm ve 62.5 kg; kontrol grubunda ise 18.33 yıl, 165.75 cm ve 59.73 kg olarak bulmuşlardır (17).

Sevim ve çalışma arkadaşları (1996), 18-19 yaş grubu 24 erkek öğrenci (12 Deney, 12 Kontrol Grubu) üzerinde yapmış oldukları araştırma sonucunda ortalama yaş, boy ve ağırlıklarını sırası ile deney grubunda 18.3 yıl, 172 cm ve 63.041 kg; kontrol grubunda ise 18.4 yıl, 173 cm ve 60.458 kg olarak bulmuşlardır (18).

Erhan (1995), yapmış olduğu bir araştırmada İnönü Üniversitesi, Erciyes Üniversitesi ve Niğde Üniversitesi erkek voleybol takımı oyuncularının ortalama değerlerini sırasıyla; yaşlarını 21.30 yıl, 22.30 yıl ve 20.90 yıl; boylarını 181.80 cm, 188.60 cm ve 178.40 cm; ağırlıklarını ise 71.70 kg, 81.90 kg ve 71.70 kg olarak bulmuştur (19).

Eniseler ve çalışma arkadaşları (1996), Türkiye bayan futbol liginde birinci olan takımın 11 oyuncusu ile sonuncu olan takımın 10 oyuncusu üzerinde yapmış oldukları araştırmalarda ortalama yaş, boy ve ağırlıklarını sırası ile 1. olan takımında; 19.09 yıl, 161.82 cm ve 55.97 kg, sonuncu olan takımında ise; 20.10 yıl, 163.70 cm ve 57.25 kg olarak bulmuşlardır (20).

Coşkun (1989), H.Ü'nin 1987-88 Akademik Yılında, 9 farklı bölümünden yaşları 18 ile 20 arasında değişen 83 öğrencinin ortalama boylarını 177 cm ve ağırlıklarını ise 67.89 kg olarak bulmuştur (21).

Öztürk ve İnce (1992), Ç.Ü Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümünün özel yetenek sınavına giren öğrencilerin ortalama yaşlarını 19.71 yıl, sınavı kazanan öğrencilerin ortalama boylarını 171 cm ve ağırlıklarını ise 63.5 kg olarak bulmuşlardır (22).

Erdoğan ve çalışma arkadaşları (1996), A.İ.B.Ü Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu özel yetenek sınavına katılan 230 erkek adayın ortalama yaşlarını 19.33 ve ağırlıklarını ise 64.10 kg olarak bulmuşlardır (13).

Çetin (1992), KTÜ Giresun Eğitim Fakültesi birinci sınıf 58 erkek öğrencinin ortalama yaşlarını 22.2, boylarını 167.28 cm ve vücut ağırlıklarını ise 67.8 kg olarak bulmuştur (23).

Sedlock ve çalışma arkadaşları (1988), Midwest Üniversitesinden 19 bayan rugby oyuncusunun ortalama yaşlarını 20.6, boylarını 165.1 cm ve vücut ağırlıklarını ise 64.4 kg olarak bulmuşlardır (24).

McCutcheon ve çalışma arkadaşları (1990), 15 erkek öğrencinin ortalama yaşlarını 25.5, boylarını 178.8 cm ve vücut ağırlıklarını ise 73.5 kg; 15 bayan



öğrencinin ortalama yaşlarını 26.0, boylarını 168.3 cm ve ağırlıklarını ise 59.9 kg olarak bulmuşlardır (25).

## II.6. ÖĞRENCİLERİN İSTİRAHAT KALP ATIM SAYILARI

Kalp Atımı, kalbin bir dakikadaki atım sayısı olarak tanımlanır. Kalp oksijen taşıma sisteminde bir anahtar görevi yaparak devamlı olarak vücut sistemine kan pompalar (9).

Kalbin atım sayısı; kassal egzersize dolaşım sisteminin verdiği cevaba yaş, cinsiyet, vücut postürü, dehidratasyon durumu, şahsın kondisyon düzeyi, egzersizin süresi ve yoğunluğu, çevresel faktörler ve genetik yapı gibi çeşitli faktörler etkilemektedir (26).

Kalp atım sayısının kontrol edilmesinin amacı, yapılan çalışmaların sporcu üzerinde yarattığı yorgunluğu kontrol ederek, aşırı yorgunluğun önlenmesi, istenilen enerji sisteminin antrene edilmesi ve gereksiz yere sporcunun aşırı zorlanarak uzun süreli yorgunluğun ortaya çıkmasını engellemektir (27).

Çalışmadan sonra kalp atım sayısının normale dönüşü iki faktöre bağlıdır;

- 1- Egzersiz esnasındaki iş yükü
- 2- Sporcunun kondisyon derecesi (28).

Yapılan araştırmalara göre antrenman nabızı dakikada 146 atımın altında ise, yani yüklenme oranı % 60'ın altında ise, antrenman fazla verimli olmayacaktır. Sonuçlara göre kalp-solunum sistemi ve metabolik gelişmeleri sağlayabilmek için egzersizin şiddeti % 80 ile % 85 arasında olmalıdır. Başka bir deyişle antrenman sırasındaki kalp atım sayısı, nabız rezervi 135 atım/dk olan biri için aşağı yukarı 170-180 civarında olmalıdır(29).

Kalp atış hızına etki eden fizyolojik faktörler genel olarak;

- 1- Sinirler
- 2- Hormonlar
- 3- Sıcaklık değişimleri

4- CO<sub>2</sub> ve O<sub>2</sub> konsantrasyonu

5- Kimyasal maddeler (30).

Ağaoğlu (1989), ODTÜ Beden Eğitimi ve Spor Bölümü birinci sınıf öğrencilerinin ortalama istirahat kalp atım sayılarını bayanlarda 65 atım/dk, erkeklerde ise 62 atım/dk olarak bulmuştur (15).

Tamer (1991), ODTÜ Beden Eğitimi ve Spor Bölümü öğrencilerinin yatar pozisyonundaki istirahat kalp atım sayılarını bayanlarda 66 atım/dk, erkeklerde ise 62 atım/dk olarak bulmuştur (7).

Coşkun (1989), H.Ü'nin 1987-88 Akademik Yılında, 9 farklı bölümünden yaşları 18 ile 20 arasında değişen 83 öğrencinin ortalama istirahat kalp atım sayılarını 74.69 atım/dk olarak bulmuştur (21).

Washburn ve Monteye (1985), 20 erkek deneği üç ayrı günde teste tabi tutmuşlar ve ortalama istirahat kalp atım sayılarını sırasıyla 69, 72 ve 71 atım/dk olarak bulmuşlardır(31).

## II.7. ÖĞRENCİLERİN KAN BASINÇLARI

Kan basıncı, kanı damarların iç duvarlarına yaptığı basıncın nicelik olarak ölçüsüdür. Atardamar duvarına uygulanan bu basınç, vücudun değişik kasılma safhalarında farklı değerlerdedir. Kan basıncı, sistolik ve diastolik basınç diye ikiye ayrılır. Kalbin kasılması sırasında kanın dışarı pompalanması periyoduna "sistol" denir. Bu periyot, kan basıncının en yüksek olduğu zamandır. Bu basınca da sistolik kan basıncı (büyük tansiyon) denir. Kalbin gevşemesi ve kanla dolması periyoduna "distol" ve bu basınca da diastolik kan basıncı (küçük tansiyon) denir (8).

Kan basıncını etkileyen bir takım faktörler vardır. Bunlar genetik özellikler, tuz alımı, stres, irtifa ve egzersizdir. Stres ve tuz alımı kan basıncını olumsuz yönde etkilerken, yüksek irtifa ve egzersiz pozitif olarak etkiler. Yüksek irtifada yaşayanlar daha düşük kan basıncına sahiptir (32).

Mc Ardle ve çalışma arkadaşları, normal şartlarda sistolik kan basıncının 120 mmHg, diastolik kan basıncının ise 80 mmHg civarında olması gerektiğini bildirmektedir (33).

Ağaoğlu (1989), ODTÜ Beden Eğitimi ve Spor Bölümü birinci sınıf öğrencilerinin ortalama sistolik kan basınçlarını bayanlarda 112.2 mmHg, erkeklerde 115.4 mmHg; diastolik kan basınçlarını ise bayanlarda 66.8 mmHg, erkeklerde 68.3 mmHg olarak bulmuştur (15).

Tamer (1991), ODTÜ Beden Eğitimi ve Spor Bölümü öğrencilerinin ortalama sistolik kan basınçlarını bayanlarda 109 mmHg, erkeklerde 117 mmHg; ortalama diastolik kan basınçlarını ise bayanlarda ve erkeklerde 71 mmHg olarak bulmuştur (7).

Coşkun (1989), H.Ü'nin 1987-88 Akademik Yılında, 9 farklı bölümünden yaşları 18 ile 20 arasında değişen 83 öğrencinin ortalama sistolik kan basınçlarını 121.58 mmHg ve diastolik kan basınçlarını ise 79.40 mmHg olarak bulmuştur (21).

Marsh (1983), 2817 bayan ve erkek denek üzerinde yapmış olduğu araştırma sonucunda ortalama sistolik kan basınçlarını 109.55 mmHg ve diastolik kan basınçlarını ise 71.89 mmHg olarak bulmuştur (34).

Çetin (1992), KTÜ Giresun Eğitim Fakültesi birinci sınıf 58 erkek öğrencinin ortalama sistolik ve diastolik kan basınçlarını 118.55 mmHg ve 77.62 mmHg olarak bulmuştur (23).

## **II.8. ÖĞRENCİLERİN MAKSİMUM AEROBİK GÜÇLERİ**

Fizyolojik olarak insanın maksimal dayanıklılığı, kişinin maksimal aerobik kapasitesi olarak adlandırılır. Bir başka deyişle bu kişinin maksimal yüklenmesi, bir çalışma anında kullanabildiği maksimal oksijen miktarıdır. Bu değer ne kadar fazla ise kişinin dayanıklılığı da okadar fazladır (27).

Maksimum oksijen kullanımı (VO<sub>2</sub> maksimum), kardiyovasküler dayanıklılığın ölçөгüdür. Maksimal VO<sub>2</sub>, yorucu egzersizler sırasında elde edilen en yüksek oksijen kullanım hızı olarak ifade edilir. Vücudun her kilogramı için dakikadaki oksijen miktarı

mililitre olarak bildirilir. Bir sporcunun maksimum VO<sub>2</sub>'si ne kadar yüksek ise, o kadar uzun süreli egzersiz yapabilir (35).

Dayanıklılığın geliştirilmesi aşağıdaki noktalara bağlıdır;

1- Genetik Yapı

2- Antrenman

a) Kişisel antrenman

b) Çalışma düzeyi

c) Çalışma türü

d) Çalışma özelliği

e) Antrenman ilkeleri

f) Antrenman uyum yeteneği

Maksimum VO<sub>2</sub> bireyin yaşına, cinsiyetine, vücut yapısına, kondisyon düzeyine göre değiştiği gibi bazı irki, çevresel ve patolojik faktörlerin de etkisi altında kalabilir (27).

Maksimal aerobik gücü ölçmek için üç temel direk ölçüm metodu vardır.

Bunlar;

1- Koşu Bandı (Koşma ve Yürüme) Testi

2- Bisiklet (Bisiklet Ergonometresi) Testi

3- Basamak (Step) Testi

Bunların dışında da endirek ölçüm metodlarından biri olan Cooper (12 dakika koş-yürü) Testi vardır (7).

Ağaoğlu (1989), ODTÜ Beden Eğitimi ve Spor Bölümü birinci sınıf öğrencilerinin ortalama maksimal VO<sub>2</sub>'lerini bayanlarda 43.5 ml/kg.dk, erkeklerde ise 52.8 ml/kg.dk olarak bulmuştur (15).

Tamer (1991), ODTÜ Beden Eğitimi ve Spor Bölümü öğrencilerinin ortalama maksimal VO<sub>2</sub> değerlerini bayanlarda 42 ml/kg.dk, erkeklerde ise 52.3 ml/kg.dk olarak bulmuştur (7).

Coşkun (1989), H.Ü'nin 1987-88 Akademik Yılında, 9 farklı bölümünden yaşları 18 ile 20 arasında değişen 83 öğrencinin ortalama maksimal VO<sub>2</sub> değerlerini 43.72 ml/kg.dk olarak bulmuştur (21).

Eniseler ve çalışma arkadaşları (1996), Türkiye bayan futbol liginde birinci olan takımın 11 oyuncusu ile sonuncu olan takımın 10 oyuncusu üzerinde yapmış oldukları araştırmalarda ortalama yaş, boy ve ağırlıklarını sırası ile 1. olan takımında; 19.09 yıl, 161.82 cm ve 55.97 kg, sonuncu olan takımında ise; 20.10 yıl, 163.70 cm ve 57.25 kg olarak bulmuşlardır (20).

Marsh (1983), 2817 bayan ve erkek denek üzerinde yapmış olduğu araştırma sonucunda ortalama maksimal VO<sub>2</sub> değerini 49.54 ml/kg.dk olarak bulmuştur (34).

McCutcheon ve çalışma arkadaşları (1990), 15 bayan ve 15 erkek sporcuyla 12 dakikalık treadmill ve 12 dakikalık düz koşu testine tabi tutmuşlardır. Treadmill testi sonucunda ortalama maksimal VO<sub>2</sub> değerini bayanlarda 47.3 ml/kg.dk ve erkeklerde 56.5 ml/kg.dk; düz kşu testi sonucunda ise ortalama Maksimal VO<sub>2</sub> değerini bayanlarda 47.8 ml/kg.dk ve erkeklerde de 57.3 ml/kg.dk olarak bulmuşlardır (25).

Sedlock ve çalışma arkadaşları (1988), Midwest Üniversitesi'nden 19 bayan rugby oyuncusu üzerinde yaptıkları bir araştırma sonucunda ortalama maksimal VO<sub>2</sub> değerini 41.9 ml/kg.dk olarak bulmuşlardır (24).

Çetin (1992), KTÜ Giresun Eğitim Fakültesi birinci sınıf 58 erkek öğrencinin ortalama aerobik kapasitelerini 41.12 ml/kg.dk olarak bulmuştur (23).

## II.9. ÖĞRENCİLERİN ANAEROBİK GÜÇLERİ

Anaerobik kapasite, maksimal kısa süreli özel bir egzersiz modeli esnasında tüm organizma vasıtasıyla, anaerobik metabolizma yoluyla, maksimum ATP sentezi olarak tanımlanır. Son zamanlarda anaerobik metabolizmanın güç ve kapasite ile ilgili çalışmaları, çok yüksek güç kullanarak veya çok kısa egzersiz performansı ile karakterize edilen önemli bir anaerobik ölçüm programı olarak tanıtılmıştır (33).

Anaerobik gücü antrenman bilimi açısından tanımlayacak olursak; bir sporcunun yüksek yüklenmeler altında, oksijensiz bir ortamda iş yapabilme ve enerji üretebilme gücü olarak tanımlanır (36).

Fox'a göre anaerobik güç; bir sporcunun enerjisini sir birim zamanda güce çevirmesidir. Örnek olarak sıçrama, atma, fırlatma veya hızlı çıkışlar yapabilme yeteneği olarak tanımlanır (37).

Dikey sıçrama testi, bir anaerobik güç testi olarak kullanıldığı zaman sadece söz konusu olan bacakların alactik anaerobic gücüdür (38).

Ağaoğlu (1989), ODTÜ Beden Eğitimi ve Spor Bölümü birinci sınıf öğrencilerinin ortalama anaerobik güçlerini bayanlarda 82 kg.m/sn, erkeklerde ise 122 kg.m/sn olarak bulmuştur (15).

Tamer (1991), ODTÜ Beden Eğitimi ve Spor Bölümü öğrencilerinin ortalama aerobik güç değerlerini bayanlarda 81.3 kg.m/sn, erkeklerde ise 120.6 kg.m/sn olarak bulmuştur (7).

Sevim ve çalışma arkadaşları (1996), 18-19 yaş grubu 24 erkek öğrenci (12 Deney, 12 Kontrol Grubu) üzerinde antrenman öncesi ve sonrası yapmış oldukları araştırma sonucunda ortalama anaerobik güçlerini sırası ile deney grubunda 38.317 kg.m/sn ve 39.412 kg.m/sn, kontrol grubunda ise 36.938 kg.m/sn ve 37.675 kg.m/sn olarak bulmuşlardır (18).

Sedlock ve çalışma arkadaşları (1988), Midwest Üniversitesi'nden 19 bayan rugby oyuncusu üzerinde yaptıkları bir araştırma sonucunda ortalama anaerobik güçlerini 91.9 kg.m/sn olarak bulmuşlardır (24).

Çetin (1992), KTÜ Giresun Eğitim Fakültesi birinci sınıf 58 erkek öğrencinin ortalama anaerobik güçlerini 93.7 kg.m/sn olarak bulmuştur (23).

## IL10. ÖĞRENCİLERİN VÜCUT KOMPOZİSYONLARI

Vücut iki kısma ayrılır. Yağdan yoksun olan kısım ve yağ dokusu. Bu iki kısmın etkileri komplekstir. Yapılan fiziksel aktivitelerin tipine göre hem negatif hem de pozitif etkileri olabilir.

Aşırı yağ dokusunun olması vücudun hızlı hareket etmesini engeller.

Yağsız ağırlıklar genellikle fiziksel aktivite için pozitif olarak etkilidirler. Çünkü; bu tip yağsız dokuların % 40-50'si iskelet kaslarıdır. Bununla beraber vücudun bir yerden başka bir yere taşınması gereken durumlarda ağırlıkların sebebi ile de negatif etkili olabilir.

Vücut kompozisyonunun kullanılması üzerine yapılan çalışmalar sir kaç alanda hızla gelişmektedir. Gelişme kat eden alanların bir kısmı vücuttaki yağların ve yağsız kütlelerin tahmin edilmesi konusunda çalışılmaktadır. Vücut kompozisyonunun ölçülmesi için kullanılan metodlar "Direk Metod" ve "Endirek Metod"lardır (10).

Sporların çoğu hızlı hareket gerektirir. Vücutta aşırı yağ olması vücut hareketlerini yavaşlatır ve enerji kullanımını artırır. Vücut yağ oranları şüphesiz sporcuların başarılarına önemli ölçüde etkili olur (35).

Vücut yağ oranı vücutta bulunan yağın, vücut ağırlığı oranına denir. Toplam vücut ağırlığının erkeklerde % 10-15'inin, bayanlarda ise % 15-20'sinin yağ olması idealdir (39).

Tamer (1996), 40 erkek üniversite öğrencisini rastgele metodu ile 10'ar kişilik 4 gruba ayırmış ve bu deneklerin ortalama vücut yağ yüzdelerini antrenmandan önce ve antrenmandan sonra sırasıyla; A Grubu: 8.50, 6.92; B Grubu: 8.92, 7.27; C Grubu: 8.69, 7.54; D Grubu: 8.37, 7.90 olarak bulmuştur (16).

Ağaoğlu (1989), ODTÜ Beden Eğitimi ve Spor Bölümü birinci sınıf öğrencilerinin ortalama vücut yağ yüzdelerini bayanlarda 23.5, erkeklerde ise 12.3 olarak bulmuştur (15).

amer (1991), ODTÜ Beden Eğitimi ve Spor Bölümü öğrencilerinin ortalama vücut yağ yüzdelerini bayanlarda 24.4, erkeklerde ise 12.5 olarak bulmuştur (7).



Sevim ve çalışma arkadaşları (1996), 18-25 yaş kategorisinde 12 deney ve 12 kontrol grubu olmak üzere toplam 24 bayan hentbolcu üzerinde antrenman öncesi ve sonrası yapmış oldukları araştırma sonucunda ortalama vücut yağ yüzdelerini sırası ile deney grubunda 16.07 ve 14.76, kontrol grubunda ise 15.81 ve 16.44 olarak bulmuşlardır (17).

Sevim ve çalışma arkadaşları (1996), 18-19 yaş grubu 24 erkek öğrenci (12 Deney, 12 Kontrol Grubu) üzerinde antrenman öncesi ve sonrası yapmış oldukları araştırma sonucunda ortalama vücut yağ yüzdelerini sırası ile deney grubunda 10.584 ve 9.657, kontrol grubunda ise 10.876 ve 10.773 olarak bulmuşlardır (18).

Coşkun (1989), H.Ü'nin 1987-88 Akademik Yılında, 9 farklı bölümünden yaşları 18 ile 20 arasında değişen 83 öğrencinin ortalama vücut yağ yüzdelerini 9.37 olarak bulmuştur (21).

Erhan (1995), İnönü Üniversitesi, Erciyes Üniversitesi ve Niğde Üniversitesi erkek voleybol takımı oyuncularının ortalama vücut yağ yüzdesi değerlerini sırası ile 8.61, 9.95 ve 8.88 olarak bulmuştur (19).

Eniseler ve çalışma arkadaşları (1996), Türkiye bayan futbol liginde birinci olan takımın 11 oyuncusu ile sonuncu olan takımın 10 oyuncusu üzerinde yapmış oldukları araştırmalarda ortalama yaş, boy ve ağırlıklarını sırası ile birinci olan takımında; 19.09 yıl, 161.82 cm ve 55.97 kg, sonuncu olan takımında ise; 20.10 yıl, 163.70 cm ve 57.25 kg olarak bulmuşlardır (20).

Marsh (1983), 2817 bayan ve erkek denek üzerinde yapmış olduğu araştırma sonucunda ortalama vücut yağ yüzdelerini 10.104 olarak bulmuştur (34).

Rhodes ve Mosher (1991), 20 bayan üniversite futbol takımı oyuncularının ortalama vücut yağ yüzdelerini 19.7 olarak bulmuşlardır (40).

Çetin (1992), KTÜ Giresun Eğitim Fakültesi birinci sınıf 58 erkek öğrencinin ortalama vücut yağ yüzdelerini 9.94 olarak bulmuştur (23).



## IL.11. ÖĞRENCİLERİN SÜRATLERİ

Sürat yeteneği doğuştan getirilen bir özelliktir. Ancak zaman içerisinde sürat gelişimi ön gören uzun vadeli antrenmanlarla geliştirilebilmektedir.

Sürat, biokimyasal olarak acil enerji kaynağını oluşturan ATP-CP miktarının sinirden gelen uyarımların etkisi ile yeniden oluşum hızına bağlıdır (41).

Coşkun (1989), H.Ü'nin 1987-88 Akademik Yılında, 9 farklı bölümünden yaşları 18 ile 20 arasında değişen 83 öğrencinin ortalama 50 metre süratlerini 6.30 sn olarak bulmuştur (21).

Erdoğan ve çalışma arkadaşları (1996), A.İ.B.Ü Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu özel yetenek sınavına katılan 230 erkek adayın ortalama 100 metre süratlerini 13.39 sn olarak bulmuşlardır (13).

Sevim ve çalışma arkadaşları (1996), 18-25 yaş kategorisinde 12 deney ve 12 kontrol grubu olmak üzere toplam 24 bayan hentbolcu üzerinde antrenman öncesi ve sonrası yapmış oldukları araştırma sonucunda ortalama 20 metre süratlerini sırası ile deney grubunda 3.55 sn ve 3.23 sn ; kontrol grubunda ise 3.45 sn ve 3.42 sn olarak bulmuşlardır (17).

Sevim ve çalışma arkadaşları (1996), 18-19 yaş grubu 24 erkek öğrenci (12 Deney, 12 Kontrol Grubu) üzerinde antrenman öncesi ve sonrası yapmış oldukları araştırma sonucunda ortalama 30 metre süratlerini sırası ile deney grubunda 5.225 sn ve 5.472 sn, kontrol grubunda ise 5.275 sn ve 5.452 sn olarak bulmuşlardır (18).

Eniseler ve çalışma arkadaşları (1996), Türkiye bayan futbol liginde birinci olan takımın 11 oyuncusu ile sonuncu olan takımın 10 oyuncusu üzerinde yapmış oldukları araştırmalarda ortalama 30 metre süratlerini sırası ile birinci olan takımda 4.75 sn ve sonuncu olan takımda ise 4.79 sn olarak bulmuşlardır (20).

Marsh (1983), 2817 bayan ve erkek denek üzerinde yapmış olduğu araştırma sonucunda ortalama 50 metre süratlerini 8.94 sn olarak bulmuştur (34).

## II.12. ÖĞRENCİLERİN ESNEKLİKLERİ

Esneklik, genelde bir eklem etrafındaki hareket serbestliği şeklinde tanımlanır. Esneklikte bireysel farklılıklar, kasın esnekliği ve eklemi çevreleyen bağları etkileyen fiziksel özelliklere bağlıdır (35).

Esnekliği, bir eklem veya bir çok eklem yapabildiği hareketlerin derecesi tayin eder. Bütün sporcular hareketlerin akıcı olması için esnek olmalıdırlar.

Esneklik kemiklerin birbirleri ile olan münasebetine, eklemlerin yapısına ve eklem civarındaki kas ve yağ dokularının miktarına bağlıdır. Ama esas olarak esnekliği; iki kemiği birbirine bağlayan ligament, tendonlar ve kaslar tayin eder. Dolayısı ile bu yapıları geric ve uzatıcı egzersizler ile esnekliği artırmak mümkündür.

Esneklik sadece sportif müsabakalarda başarılı olabilmek için değil, ortaya çıkabilecek sakatlıklardan korunma açısından da büyük önem taşımaktadır.

Manhurin (1977), hergün yapılan statik esnetmelerin sporculardaki kas kramplarını ve yaralanmalarını önleyeceğini ifade etmektedir (42).

Esnekliği etkileyen önemli faktörleri şu şekilde sıralayabiliriz:

- 1- Kemik yapısı
- 2- Kaslar
- 3- Ligament esnekliği
- 4- Yapısal engeller
- 5- Zıt yönlü çalışan kasların aktif çalışmalarda karşı koyma kuvveti
- 6- Isınma
- 7- Yakın zamanda geçirilen sakatlıklar
- 8- Giysi
- 9- Yaş ve gelişim devresi
- 10- Normal duruş pozisyonuna yapısal uyum

Greelly ve Leighton, esneklik ve boy arasında ters bir korelasyon olduğunu belirtmektedir. Yine aynı araştırmacılar esneklikle yaş arasındaki ilişkiye değinirken, çocukların ergenlik çağına gelinceye kadar son derece esnek ya da esneklik gelişimine

elverişli olduklarını ancak bu yaştan sonra esnekliklerinin azaldığını ya da esneklik gelişiminin yavaşladığını belirtmektedirler (43).

Ağaoğlu (1989), ODTÜ Beden Eğitimi ve Spor Bölümü birinci sınıf öğrencilerinin ortalama esnekliklerini bayanlarda 35 cm, erkeklerde ise 30 cm olarak bulmuştur (15).

Tamer (1991), ODTÜ Beden Eğitimi ve Spor Bölümü öğrencilerinin ortalama esnekliklerini bayanlarda 33.7 cm, erkeklerde ise 30.5 cm olarak bulmuştur (7).

Coşkun (1989), H.Ü'nin 1987-88 Akademik Yılında, 9 farklı bölümünden yaşları 18 ile 20 arasında değişen 83 öğrencinin ortalama esnekliklerini 22.33 cm olarak bulmuştur (21).

Eniseler ve çalışma arkadaşları (1996), Türkiye bayan futbol liginde birinci olan takımın 11 oyuncusu ile sonuncu olan takımın 10 oyuncusu üzerinde yapmış oldukları araştırmalarda ortalama esnekliklerini sırası ile birinci olan takımda 18.00 cm, sonuncu olan takımda ise 18.70 cm olarak bulmuşlardır (20).

Erhan (1995), İnönü Üniversitesi, Erciyes Üniversitesi ve Niğde Üniversitesi erkek voleybol takımı oyuncularının ortalama esneklik değerlerini sırası ile 32.10 cm, 27.30 cm ve 32.90 cm olarak bulmuştur (19).

Marsh (1983), 2817 bayan ve erkek denek üzerinde yapmış olduğu araştırma sonucunda ortalama esnekliklerini 19.3 cm olarak bulmuştur (34).

Çetin (1992), KTÜ Giresun Eğitim Fakültesi birinci sınıf 58 erkek öğrencinin ortalama esnekliklerini 24.05 cm olarak bulmuştur (23).

### II.13. ÖĞRENCİLERİN PENÇE KUVVETLERİ

Kuvvet, güç uygulayabilme yeteneğidir. Spor aktivitelerinin temel ögesidir ve aynı zamanda rekreasyonel aktivitelerdeki performansın temelini oluşturur. Kuvvet, test edilen kas grubuna göre özellik gösterir. Diğer bir deyişle, pençe kuvveti yüksek olan kişinin ayak kuvvetinin de mutlaka yüksek olması gerekmez. Kuvvet ölçümü, yıllardan beri kondisyon testlerinin bir bölümünü oluşturmaktadır (44).

Kuvvet bir kasın veya kas grubunun uygulayabileceği maksimum kuvvettir. Her spor dalı için kas kuvvetini belirli bir dereceye kadar artırmak gerekir. Kas kuvvetinin değerli ve etkili olabilmesi için sinir sistemi tarafından kontrol edilmesi gerekir. Dolayısı ile, kuvvet antrenmanlarında yalnız kas grupları değil, sinirsel mekanizmaların da antrene edilmesi lazımdır. Kas kuvvetini artıran egzersizler, kas dayanıklılığını ve kasılma süresini geliştirmektedirler (45).

Çocuk ve gençlik yaşlarında kemik yapısında yeterince kalsiyum olmadığı için kemik esnektir. Baskı ve bükülmelerde yeterince sağlam değildir. Bu gelişim Bringmann'a göre 17-20 yaşları arasında tamamlanacağı için çocuk ve gençler, yetişkinlere oranla kuvvet çalışmalarında daha az yüklenebilirlik özelliği gösterirler. Bununla birlikte passif hareket aygıtının kas aktivitelerinin (çekme ve itme) uyarılması ile bağ dokularının sağlamlaşmasına katkıda bulunulur (46).

Ağaoğlu (1989), ODTÜ Beden Eğitimi ve Spor Bölümü birinci sınıf öğrencilerinin ortalama sağ ve sol el pençe kuvvetlerini bayanlarda 71 kP ve 68 kP, erkeklerde ise 114 kP ve 110 kP olarak bulmuştur (15).

Sevim ve çalışma arkadaşları (1996), 18-25 yaş kategorisinde 12 deney ve 12 kontrol grubu olmak üzere toplam 24 bayan hentbolcu üzerinde yapmış oldukları araştırma sonucunda ortalama sağ el pençe kuvvetlerini antrenman öncesi ve antrenman sonrasında sırası ile deney grubunda 34.75 kg ve 38.33 kg, kontrol grubunda 36.5 kg ve 36.41 kg; sol el pençe kuvvetlerini antrenman öncesi ve sonrasında deney grubunda 32.83 kg ve 35.58 kg, kontrol grubunda ise 30.9 kg ve 31.33 kg olarak bulmuşlardır (17).

Sevim ve çalışma arkadaşları (1996), 18-19 yaş grubu 24 erkek öğrenci (12 Deney, 12 Kontrol Grubu) üzerinde yapmış oldukları araştırma sonucunda ortalama sağ el pençe kuvvetlerini antrenman öncesi ve antrenman sonrasında sırası ile deney grubunda 45.083 kg ve 47.041 kg, kontrol grubunda 43.916 ve 46.125 kg, sol el pençe kuvvetlerini antrenman öncesi ve sonrasında deney grubunda 42.416 kg ve 46.333 kg, kontrol grubunda ise 42.208 kg ve 43.341 kg olarak bulmuşlardır (18).

Eniseler ve çalışma arkadaşları (1996), Türkiye bayan futbol liginde birinci olan takımın 11 oyuncusu ile sonuncu olan takımın 10 oyuncusu üzerinde yapmış oldukları araştırmada ortalama sağ ve sol el pençe kuvvetlerini sırası ile birinci olan takımda; 29.64 kg ve 28.05 kg, sonuncu olan takımda ise; 35.35 kg ve 30.65 kg olarak bulmuşlardır (20).

Marsh (1983), 2817 bayan ve erkek denek üzerinde yapmış olduğu araştırma sonucunda ortalama sağ el pençe kuvvetlerini 23.12 kg ve sol el pençe kuvvetlerini ise 22.47 kg olarak bulmuştur (34).

Erdođan ve çalışma arkadaşları (1996), A.İ.B.Ü Beden Eđitimi ve Spor Yůksekokulunun özel yetenek sınavına katılan 230 erkek adayın ortalama pençe kuvvetlerinin ağırlılarına olan oranlarını 0.68 kg olarak bulmuşlardır (13).

Savaş ve sevim (1992), 14-16 yaş grubundaki 32 kız basketbolcunun ortalama sağ ve sol el pençe kuvvetlerini 21.0 kg ve 17.9 kg olarak bulmuşlardır (47)

Çetin (1992), KTÜ Giresun Eğitim Fakóltesi birinci sınıf 58 erkek oğrencinin ortalama sağ ve sol el pençe kuvvetlerini 45.62 kg ve 40.41 kg olarak bulmuştur (23).

Erhan (1995), İnönü Üniversitesi, Erciyes Üniversitesi ve Niğe Üniversitesi erkek voleybol takımı oyuncularının ortalama pençe kuvveti değerlerini sırası ile sağ elde 47.8 kg, 51.6 kg ve 43.3 kg; sol elde ise 44.0 kg, 48.4 kg ve 40.7 kg olarak bulmuştur (19).

### **III. BÖLÜM**

#### **MATERYAL VE METOD**

Bu çalışmada, 1995-1996 Eğitim ve Öğretim Yılı, İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü'nde okuyan birinci sınıf öğrencilerinin ÖSS Başarı Puanları ile Akademik Başarı Puanları arasındaki ilişkilerin araştırılması ve bu öğrencilerin sahip oldukları seçilmiş fiziksel ve fizyolojik değerleri ortaya çıkararak Pratik Başarı Puanları ile olan ilişkilerin incelenmesi temel amaç olarak belirlenmiştir.

#### **III.1. DENEKLERİN SEÇİMİ**

Bu çalışma için seçilen denekler, 1995-1996 Eğitim ve Öğretim Yılı, İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü'nde okuyan en yüksek ÖSS (Sözel, Sayısal veya Eşit Ağırlık) puanlarına sahip olan birinci sınıf 10 kız ve 20 erkek öğrenciden oluşmaktadır. Testlere toplam olarak 30 öğrenci katılmıştır.

Testlerden önce öğrencilerin araştırmaya engel olacak herhangi bir fiziksel veya fizyolojik durumlarının olmadığı tesbit edilmiştir.

#### **III.2. GENEL AÇIKLAMA**

Bütün testler aynı aletler ile yapılmıştır. Bu testler bir hafta içerisinde, Malatya İnönü Stadyumu Tesisleri'nde ve aynı saatlerde yapılmıştır. Deneklere testler uygulanmadan bir gün önce uyarı mahiyetindeki aşağıdaki açıklamalar yapılmıştır:

1- Testlerden bir önceki geceyi sakin, rahat ve iyi uyumuş olarak geçirmeleri istenmiştir.

2- Testlerden en az 24 saat öncesinde alkol ve benzeri içecekler almamaları istenmiştir.

3- Testlerden en az 3 saat önce bir şey yememeleri istenmiştir.

4- Testlerden en az 1 saat öncesinden sonra sigara ve benzeri türden içecekler almamaları istenmiştir.

5- Testler öncesinde fazla efor gerektiren aktiviteler yapmamaları istenmiştir.

6- Testlerden en az 1 saat öncesinden sonra kahve, çay gibi içecekler ve testler öncesi hiç bir ilaç kullanmamaları istenmiştir.

7- Testlere spor kıyafeti ile gelinmesi istenmiştir.

**Fiziksel ve Fizyolojik Ölçümler Aşağıdaki Sırayı Takip Ederek Yapılmıştır:**

- a) Boy ve Kilo,
- b) İstirahat Kalp Atım Sayısı,
- c) Vücut Yağ Yüzdesi,
- d) Pençe Kuvveti,
- e) Esneklik,
- f) Dikey Sıçrama,
- g) 50 Metre Sürat
- h) 12 Dakika Koş-Yürü (Cooper) Testi.

### **III.3. GENEL METODLAR**

#### **III.3.1. Akademik Başarı Puanlarının Hesaplanması**

**Açıklama:** Öğrencilerin, akademik yıl içerisinde almış oldukları derslerin harf karşılığı olan notların ders kredisi ile çarpılıp toplanarak elde edilen sonucu ders kredileri toplamına bölünmesi ile elde edilir. Yani öğrencilerin, akademik yıl içerisinde almış oldukları derslerdeki geçme notu olan harf değerlerinin katsayı karşılıklarının ortalamasıdır.

**Not Karşılığı Alınan Harflere Göre Katsayılar:**

<u>NOT</u>	<u>HARF</u>	<u>KATSAYI</u>
0 - 49	FE, FF	0.0
50 - 59	CC	2.0
60 - 69	CB	2.5
70 - 79	BB	3.0
80 - 89	BA	3.5
90 - 100	AA	4.0

**Not Hesaplaması:**

$$\sum [ ( D.K) \times (A.N.K) ] \div \sum [ D.Kr ]$$

**Açıklama:**

$\Sigma$  : Toplam

D.K : Dersin Kredisi

A.N.K : Alınan Notun Katsayısı

D.Kr : Ders Kredileri

**Yıl Sonu Akademik Başarı Puanı :**

$$( I. Dönem Not Ortalaması + II. Dönem Not Ortalaması ) \div 2$$

**III.3.2. Teorik Başarı Puanının Hesaplanması**

**Açıklama:** Öğrencilerin akademik yıl içerisinde, sadece teorik olarak almış oldukları derslerin harf karşılığı olan notların ders kredisi ile çarpılıp toplanarak elde edilen sonucu ders kredileri toplamına bölünmesi ile elde edilir. Yani öğrencilerin, akademik yıl içerisinde almış oldukları teorik derslerdeki geçme notu olan harf değerlerinin katsayı karşılıklarının ortalamasıdır.

Öğrencilerin sadece teorik derslerden almış oldukları notlar, akademik başarı puanı hesaplamasındaki formülle hesaplanmıştır.



**Teorik Dersler ve Kredileri:**I. DÖNEM

<u>Ders</u>	<u>Kredisi</u>
Anatomi	3
Beden Eğitimi ve Spora Giriş	2
İlk Yardım Eğitime Giriş	2
Türk Dili	2
Yabancı Dil	2

II. DÖNEM

<u>Ders</u>	<u>Kredisi</u>
Fizyoloji	3
Spor Yönetimi ve Teşkilatlanma	2
Eğitim Sosyolojisi	2
Türk Dili	2
Yabancı Dil	2

**III.3.3. Pratik Başarı Puanının Hesaplanması**

**Açıklama:** Öğrencilerin akademik yıl içerisinde, sadece pratik olarak almış oldukları derslerin harf karşılığı olan notların ders kredisi ile çarpılıp toplanarak elde edilen sonucu ders kredileri toplamına bölünmesi ile elde edilir. Yani öğrencilerin, akademik yıl içerisinde almış oldukları pratik derslerdeki geçme notu olan harf değerlerinin katsayı karşılıklarının ortalamasıdır.

Öğrencilerin sadece pratik derslerden almış oldukları notlar, akademik başarı puanı hesaplamasındaki formülle hesaplanmıştır.

**Pratik Dersler ve Kredileri:**I. DÖNEM

<u>Ders</u>	<u>Kredisi</u>
Atletizm	1
Serbest Cimnastik	1
Basketbol	3
Voleybol	1
Halk Oyunları	1

II. DÖNEM

<u>Ders</u>	<u>Kredisi</u>
Atletizm	1
Serbest Cimnastik	2
Basketbol	1
Voleybol	3
Halk Oyunları	3

### III.3.4. Boy ve Ağırlığın Ölçülmesi

#### Test İçin Kullanılan Araç: Kantar

**Açıklama:** Denek kg birimli hassas bir kantarda çıplak ayak ve sadece şort (bayanlara eşofman altı ve T-shirt) giydirilerek tartılır. Boy ölçümü ise; hassas kantarda sabit olarak bulunan santimetreli metal bir çubuğun üzerinde hareket edebilen ölçüm eli vasıtası ile denek anatomik pozisyonda iken ölçülür. Ölçüm eli deneğin kafasının üzerine degecek şekilde ayarlanır ve elde edilen mesafe metal çubuğun üzerinden (cm) olarak okunur.

### III.3.5. İstirahat Kalp Atım Sayısının Ölçülmesi

#### Test İçin Kullanılan Araç: Stethoscope ve Kronometre

**Açıklama:** Kalp atım sayıları, Auscultation Metodu ile ve denek oturur vaziyette iken alınır.

Deneğin göğsüne (sternumun üzerine) bir stethoscope yerleştirilir ve kalp atım sayısı "tab" sesinin duyulması ile kronometreye basılır ve bir dakika sonundaki kalp atım sayıları kaydedilir.

### III.3.6. Kan Basıncının Ölçülmesi

#### Test İçin Kullanılan Araç: Stetescop,Tansiyon Ölçer (Sphygmomanometre)

**Açıklama:** Kan basınçları denek oturur vaziyette iken alınır. Steteskopu dirsek ekleminin hemen üst kısmına ve brachial arterin üzerine avuç içi yukarı dönük vaziyette iken yerleştirilir. Tansiyon ölçerin göstergesi 160 mmHg civarına gelene kadar hızlı bir şekilde şişirilir. İlk şiddetli "TAB" sesi duyulana kadar basınç yavaş yavaş azaltılır. Bu

sese "Korotkoff Sesi" denir ve arterdeki basıncın azaltılmasından dolayı kanın arterden geçmeye başladığı anda duyulur. Bu ilk "Korotkoff Sesi" SİSTOLİK KAN BASINCI (Büyük Tansiyon) olarak kabul edilir. Basınç azaltılmaya devam edilir ve TAB (vuruş) sesleri aniden azaldığında veya tamamen kaybolduğunda (En Son TAB-vuruş- Sesi Duyulduğunda) gösterge okunur. Bu da DİASTOLİK KAN BASINCI (Küçük Tansiyon) olarak kabul edilir.

### III.3.7. Vücut Yağ Yüzdesinin Ölçülmesi

#### Test İçin Kullanılan Araç: Lange Skinfol Caliper Aleti

**Açıklama:** Vücut yağ yüzdesinin ölçülmesi için vücudun 6 standart bölgesinden deri altı yağ ölçüm değerleri alınır. Bunun için biceps, triceps, iliac, abdominal (karın), sub scapula (sırt) ve chest (göğüs) ten deri altı yağ dokusu tekniğine uygun olarak ölçülür. Ölçümler iki defa aynı değer elde edilinceye kadar deneğin sağ tarafından alınır. Ölçüm bölgeleri şu şekilde tesbit edilir.

**1- Biceps:** Üst kolun iç orta hattında (biceps üzerinde), acromion ve olecranon processlerinin arasındaki mesafenin orta noktasından alınan dikey tutamdır.

**2- Triceps:** Üst kolun dış orta hattında (triceps üzerinde) acromion ve olecranon processlerin arasındaki mesafenin ortasından alınan dikey tutamdır.

**3- İliac:** Vücudun orta hattında ilium crestin hemen üstünden alınan yarım yatay diyagonal tutamdır.

**4- Sub Scapula:** Kürek kemiğinin iç kenarının hemen altından ve kemiğin kenarına paralel olarak alınan tutamdır.

**5- Abdominal (Karın Bölgesi):** Göbek hizasında ve yatay olarak 5 santim uzaklıktan deri katlamaları tutularak ölçülür.

**6- Chest (göğüs Bölgesi):** Önde sternal bölge ile göğüs memesi arasındaki mesafenin orta noktasından alınan diyagonal göğüs kıvrımına paralel tutamdır.

Ölçümler, baş parmak ve işaret parmağının tutmu ile iki kat deri dokusunun altındaki kasdan veya kas grubundan ayrılması ile alınır. Bu ölçümler aşağıdaki formül işleme tabi tutularak vücut yağ oranı hesaplanır.

Vücut yağ yüzdesi Green'in aşağıdaki formülü kullanılarak belirlenmiştir (48).

**Total Vücut Yağ Oranı:**

$$(6 \text{ bölgeden alınan ölçümlerin toplamı} \times 0.097) + 3.64$$

**III.3.8. 12 Dakika Koşu (Cooper) Testi**

**Test İçin Kullanılan Araçlar:**

- a) 400 metrelik koşu pisti
- b) Kronometre
- c) Düdük

**Açıklama:** Başlama düdüğü ile beraber kronometreye basılarak oşuya başlayan deneklerin 12 dakika süresince kat ettikleri tur sayıları kaydedilir. Düdükle beraber 12 dakikalık koşu bitiğinde deneklerin en son geçtikleri turdan artı olarak koştukları mesafe metre olarak kaydedilir. Daha sonra kat ettikleri tur sayısı ile 400 metre çarpılır ve artı koşmuş oldukları mesafe de buna eklenerek 12 dakikada koştukları toplam mesafe metre cinsinden bulunur. Bulunan bu değerler 12 ile bölünerek deneklerin 1 dakikada koşmuş oldukları mesafeleri bulunur.

Bu test ile aşağıdaki formül kullanılarak deneklerin maksimum VO2 değerleri bulunmuştur.

Bu test Balce'nin aşağıdaki formülü kullanılarak belirlenmiştir (7).

**Maksimal VO2:**

$$33.3 + (x - 150) 0.178$$

**Açıklama:** x = 1 dakikada koşulan toplam mesafe (m).

### III.3.9. Dikey Sıçrama Testi

#### Test İçin Kullanılan Araç: Dikey Sıçrama Sehpası

**Açıklama:** Denekler, dikey sıçrama sehpasına yüzü dönük olarak kolunu kaldırır ve elinin değebildiği nokta santimetre olarak tesbit edilir. Daha sonra deneklerden, durdukları yerden adım almadan maksimumda sıçramaları istenmiştir. Sıçramış oldukları nokta tesbit edilir ve dokunabildikleri nokta ile arasındaki fark santimetre cinsinden belirlenerek sıçrama mesafeleri bulunmuş olur.

Dikey sıçrama testi anaerobik gücün bulunması için yapılmıştır.

Anaerobik gücün hesaplanması için Levis'in aşağıdaki formülü kullanılarak bulunmuştur (9).

#### Anaerobik Gücü:

$$\sqrt{4.9 \text{ (vücut ağırlığı)} \sqrt{D}}$$

**Açıklama:** D = Dikey sıçranılan mesafe (cm).

### III.3.10. Esneklik Testi

#### Kullanılan Araç: Sit and Reach (Otur ve Eriş) Sehpası

**Açıklama:** Denek bacaklarını yere paralel ve dizleri bükmeden düz bir pozisyonda oturur. Ayak tabanlarını sehpanın altına ve karşı gelen yüzeyine yaslar. Bu pozisyonunu bozmadan elleri ile sehpanın üzerine doğru uzanabildiği kadar uzanır ve bir müddet bekler. Uzanabildiği en son nokta santimetre olarak kaydedilir. Bu mesafe denegiın bel esneklik mesafesini verir.

### III.3.11. 50 Metre Sürat

#### **Kullanılan Araçlar:**

- a) 100 metrelik koşu pisti
- b) Kronometre
- c) Dūdük

**Açıklama:** Bu test, atletizm pistinin 100 metrelik nizami parkurunda 50 metrelik mesafe belirlenerek deneklerin sürat ölçümü yapılmıştır. Denekler 4'er kişilik gruplar halinde 2 defa koşturulmuş ve en iyi dereceleri alınmıştır. Denekler başlama çizgisinde hafif öne eğilir vaziyette çıkış pozisyonu almaları söylenmiş, startın verilmesi ile birlikte denekler koşmaya başlamışlar ve bitiş çizgisine geldiklerinde kronometreye basılarak zaman kaydedilmiştir. Deneklerin kaydedilen dereceleri saniye olarak alınmıştır.

### III.3.12. Pençe Kuvvetinin Ölçülmesi

#### **Kullanılan Araç: El Dinamometresi**

**Açıklama:** El dinamometresi, deneklerin el (pençe) ölçüsüne göre ayarlanmış ve denek ayakta iken bir hamlede maksimum pençe kuvvetini harcamıştır. Deneklere 5'er kişilik gruplar halinde, iki tur üzerinden her iki eliyle 1'er, toplamda ise 2'şer tekrar yaptırılmış ve en iyi dereceleri alınmıştır. Her denemeden sonra alet sıfırlanmıştır. Deneklerin elde ettikleri dereceleri kilogram olarak kaydedilmiştir.

## IV. BÖLÜM

### BULGULAR

1995-1996 Eğitim ve Öğretim yılında İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü'nde okuyan 10 bayan ve 20 erkek birinci sınıf öğrencisi bu çalışmada denek olarak yer almıştır.

Bu çalışmada, İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü'nde okuyan birinci sınıf öğrencilerinin ÖSS Başarı Puanları, Akademik (Teorik ve Pratik) Başarı Puanları, Fiziksel ve Fizyolojik (yaş, boy, ağırlık, vücut yağ yüzdesi, istirahat kalp atım sayısı, istirahat sistolik ve diastolik kan basınçları, aerobik(maksimum VO<sub>2</sub>) güçleri, anaerobik güçleri, esneklik, 50 metre sürat ve pençe kuvveti) değişkenleri kaydedildi.

Bu çalışmaya katılan İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü'nde okuyan birinci sınıf öğrencilerinin yaş ortalamaları erkeklerde 20.85 yıl, bayanlarda 20.10 yıl; boy ortalamaları erkeklerde 177.8 cm, bayanlarda 163.4 cm ve ağırlık ortalamaları ise erkeklerde 68.5 kg, bayanlarda da 51.8 kg olarak bulunmuştur.

İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü'nde okuyan birinci sınıf öğrencilerinin ÖSS Başarı Puanları ile Teorik, Pratik ve Akademik Başarı Puanları; Pratik Başarı Puanları ile seçilmiş bazı fiziksel ve fizyolojik özellikleri (değişkenleri) kıyaslanmıştır.

İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü'nde okuyan birinci sınıf öğrencilerinin ÖSS, Teorik, Pratik ve Akademik Başarı Puanları ile Fiziksel ve Fizyolojik değişkenlerinin ortalama değerleri, en düşük ve enyüksek değerleri, standart sapma ve hata değerleri sırası ile Tablo I ve Tablo II 'de sunulmuştur.

İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü'nde okuyan birinci sınıf öğrencilerinin ÖSS Başarı Puanı ile Teorik, Pratik ve Akademik Başarı Puanlarının; Pratik Başarı Puanı ile Fiziksel ve Fizyolojik değişkenlerinin ortalama ve hesaplama değerleri de sırası ile Tablo III, Tablo IV ve Tablo V 'de sunulmuştur.

**TABLO I**  
**İNÖNÜ ÜNİVERSİTESİ BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BÖLÜMÜ**  
**BİRİNCİ SINIF ÖĞRENCİLERİNİN ÖSS, TEORİK, PRATİK VE AKADEMİK**  
**BAŞARI PUANLARININ ORTALAMA DEĞERLERİ**

Değişkenler	N	Ortalama Değerler	En Küçük ve Büyük Değerler	Standart Sapma	Standart Hata	
<b>ÖSS</b>	<b>K</b>	10	118.472	106.211-134.912	8.97	2.84
<b>PUANI</b>	<b>E</b>	20	136.292	122.471-158.522	10.36	2.32
<b>TEORİK</b>	<b>K</b>	10	1.72	0.74-2.47	0.63	1.34
<b>PUANI</b>	<b>E</b>	20	1.88	0.45-3.23	0.77	0.17
<b>PRATİK</b>	<b>K</b>	10	1.62	0.91-2.36	0.55	1.12
<b>PUANI</b>	<b>E</b>	20	2.27	1.01-3.27	0.60	0.13
<b>AKADEMİK</b>	<b>K</b>	10	1.67	0.89-2.30	0.53	0.17
<b>PUANI</b>	<b>E</b>	20	2.08	0.91-3.23	0.61	0.14

Tablo I 'de yer almış olan ortalama değerler; 1995-1996 Eğitim ve Öğretim Yılında, İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü birinci sınıfında okuyan toplam 15 bayan ve 45 erkek öğrenci arasından seçilmiş olan 10 bayan ve 20 erkek öğrenciye aittir. Bu denekler, kendi sınıflarında en yüksek ÖSS Başarı Puanlarına sahip olan öğrencilerdir.

(Tablo I 'de görüldüğü gibi); İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü I. sınıf öğrencilerinin ortalama ÖSS Başarı Puanı Değerleri bayanlarda  $118.472 \pm 2.84$ , erkeklerde  $136.292 \pm 2.32$  iken ortalama Teorik Başarı Puanı bayanlarda  $1.72 \pm 0.20$ , erkeklerde  $1.88 \pm 0.17$ ; ortalama Pratik Başarı Puanı bayanlarda  $1.62 \pm 0.17$ , erkeklerde  $2.27 \pm 0.13$  ve ortalama Akademik Başarı Puanı değerleri ise bayanlarda  $1.67 \pm 0.17$ , erkeklerde de  $2.08 \pm 0.14$  olarak bulunmuştur.



**TABLO II**  
**İNÖNÜ ÜNİVERSİTESİ BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BÖLÜMÜ**  
**BİRİNCİ SINIF ÖĞRENCİLERİNİN FİZİKSEL VE FİZYOLOJİK**  
**DEĞİŞKENLERİNİN ORTALAMA DEĞERLERİ**

Değişkenler		N	Ortalama Değerler	En Küçük ve Büyük Değerler	Standart Sapma	Standart Hata
Yaş (yıl)	K	10	20.1	18-22	1.52	0.33
	E	20	20.85	18-23	1.46	0.48
Boy (cm)	K	10	163.4	158-170	4.25	1.34
	E	20	177.8	167-193	7.21	1.61
Ağırlık (kg)	K	10	51.8	47-58	3.55	1.12
	E	20	68.5	58-94	9.18	2.05
İKAS (atım/dk)	K	10	73.6	68-88	6.85	2.17
	E	20	69.35	56-88	8.50	0.33
Sistolik Kan Basıncı (mmHg)	K	10	106	100-120	6.99	2.21
	E	20	126.9	100-140	11.63	2.60
Diastolik Kan Basıncı (mmHg)	K	10	63	60-70	4.83	1.53
	E	20	80	60-90	8.58	1.92
Maksimal VO <sub>2</sub> (ml/kg.dk)	K	10	44.82	42.82-45.91	1.02	0.32
	E	20	54.51	51.10-59.11	1.96	0.44
Anaerobik Güç (kg.m/sn)	K	10	75.68	65.97-95.03	9.77	3.09
	E	20	113.87	100.5-133.3	13.94	3.12
Esneklik (cm)	K	10	32.7	28-40	4.24	1.34
	E	20	31.65	21-40	5.56	1.24
50 Metre Sürat (sn)	K	10	7.92	8.5-7.5	0.30	0.09
	E	20	6.45	7.0-5.8	0.29	0.06
Vücut Yağ Yüzdesi (%)	K	10	8.35	6.88-10.13	1.05	0.33
	E	20	7.69	5.50-10.81	1.16	0.26
Sağ El Pençe Kuvveti (kg)	K	10	28.83	25.3-33.0	2.45	0.77
	E	20	46.28	35.2-61.4	6.89	1.56
Sol El Pençe Kuvveti (kg)	K	10	27.01	22.0-32.1	3.42	1.08
	E	20	42.22	31.7-55.9	6.78	1.52

**TABLO III**  
**İNÖNÜ ÜNİVERSİTESİ BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BÖLÜMÜ BİRİNCİ SINIF**  
**ÖĞRENCİLERİNİN ÖSS PUANI İLE TEORİK, PRATİK VE AKADEMİK**  
**BAŞARILARININ ORTALAMA VE HESAPLAMA DEĞERLERİ**

Değişkenler	N	Ortalama Değerler	Standart Sapma	Standart Hata	Hesaplanan (r) Değeri	Hesaplanan (t) Değeri	Tablo (t) Değeri	P<0.05 Anlamlılık Düzeyi
<b>Teorik Puanı</b>	K 10 E 20	1.72 1.88	8.97 10.36	0.380 0.242	0.41 0.59	1.08 2.44	2.26 2.09	>0.05 <0.05
<b>Pratik Puanı</b>	K 10 E 20	1.62 2.27	8.97 10.36	0.380 0.242	0.42 0.15	1.11 0.62	2.26 2.09	>0.05 >0.05
<b>Akademik Puanı</b>	K 10 E 20	1.67 2.08	8.97 10.36	0.380 0.242	0.46 0.46	1.21 1.90	2.26 2.09	>0.05 >0.05

(Tablo III 'de görüldüğü gibi); İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü I. sınıf öğrencilerinin ortalama Teorik Başarı Puanı değerleri bayanlarda  $1.72 \pm 0.380$ , erkeklerde  $1.88 \pm 0.242$ ; ortalama Pratik Başarı Puanı bayanlarda  $1.62 \pm 0.380$ , erkeklerde  $2.27 \pm 0.242$  ve ortalama Akademik Başarı Puanı değerleri ise bayanlarda  $1.67 \pm 0.380$ , erkeklerde de  $2.08 \pm 0.242$  olarak bulunmuştur.

Bu bulgulara göre; İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü I. sınıf öğrencilerinin ortalama ÖSS Başarı Puanı değerleri ile ortalama Teorik Başarı Puanı değerleri arasında istatistiksel olarak erkeklerde ( $P < 0.05$ ) anlamlı bir fark bulunmasına karşın bayanlarda ise anlamlı bir fark bulunamamıştır ( $P > 0.05$ ).

Ayrıca ortalama ÖSS Başarı Puanı değerleri ile geriye kalan her iki bayan ve erkek ortalama pratik ve akademik başarı puanı değerleri arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır ( $P > 0.05$ ).

**TABLO IV**  
**İNÖNÜ ÜNİVERSİTESİ BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BÖLÜMÜ**  
**BİRİNCİ SINIF ÖĞRENCİLERİNİN PRATİK BAŞARI PUANI İLE FİZİKSEL**  
**DEĞİŞKENLERİNİN ORTALAMA VE HESAPLAMA DEĞERLERİ**

Fiziksel Değişkenler	N	Ortalama Değerler	Standart Sapma	Standart Hata	Hesaplanan (r) Değeri	Hesaplanan (t) Değeri	Tablo (t) Değeri	P<0.05 Anlamlılık Düzeyi	
YAŞ (yıl)	K	10	20.10	0.550	0.380	0.10	0.26	2.26	>0.05
	E	20	20.85	0.602	0.242	0.17	0.70	2.09	>0.05
BOY (cm)	K	10	163.4	0.550	0.380	0.61	1.61	2.26	>0.05
	E	20	177.8	0.602	0.242	0.65	2.68	2.09	<0.05
AĞIRLIK (kg)	K	10	51.8	0.550	0.380	0.35	0.94	2.26	>0.05
	E	20	68.5	0.602	0.242	0.79	3.26	2.09	<0.05

(Tablo IV 'de görüldüğü gibi); İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü I. sınıf öğrencilerinin ortalama yaş, boy ve ağırlık değerleri sırası ile bayanlarda  $20.10 \pm 2.84$  yıl,  $163.4 \pm 1.34$  cm ve  $51.8 \pm 1.12$  kg, erkeklerde ise  $20.85 \pm 0.33$  yıl,  $177.8 \pm 1.61$  cm ve  $68.5 \pm 2.05$  kg olarak bulunmuştur.

Bu bulgulara göre; İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü I. sınıf öğrencilerinin ortalama Pratik Başarı Puanı değerleri ile erkeklerin ortalama boy ve ağırlık değişkenleri arasında istatistiki açıdan ( $P < 0.05$ ) anlamlı bir fark bulunurken, ortalama yaş değerleri arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır ( $P > 0.05$ ).

Ancak, ortalama Pratik Başarı Puanı değerleri ile bayanların ortalama yaş, boy ve ağırlık değişkenleri arasında istatistiki açıdan anlamlı bir fark bulunamamıştır ( $P > 0.05$ ).

**TABLO V**  
**İNÖNÜ ÜNİVERSİTESİ BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BÖLÜMÜ**  
**BİRİNCİ SINIF ÖĞRENCİLERİNİN PRATİK BAŞARI PUANI İLE**  
**SEÇİLMİŞ BAZI FİZYOLOJİK DEĞİŞKENLERİNİN**  
**ORTALAMA VE HESAPLAMA DEĞERLERİ**

<b>Fizyolojik Değişkenler</b>	<b>N</b>	<b>Ortalama Değerler</b>	<b>Standart Sapma</b>	<b>Standart Hata</b>	<b>Hesaplanan (r) Değeri</b>	<b>Hesaplanan (t) Değeri</b>	<b>Tablo (t) Değeri</b>	<b>P&lt;0.05 Anlamlılık Düzeyi</b>
<b>İstirahat Kalp Atım Sayı. (atım/dk)</b>	K 10 E 20	73.6 69.35	0.550 0.602	0.380 0.242	0.86 0.12	2.27 0.50	2.26 2.09	<0.05 >0.05
<b>Sistolik Kan Basıncı (mmHg)</b>	K 10 E 20	106 126.9	0.550 0.602	0.380 0.242	0.66 0.29	1.74 1.20	2.26 2.09	>0.05 >0.05
<b>Diastolik Kan Basıncı (mmHg)</b>	K 10 E 20	63 80	0.550 0.602	0.380 0.242	0.28 0.31	0.74 1.28	2.26 2.09	>0.05 >0.05
<b>Max.VO2 (ml/kg.dk)</b>	K 10 E 20	44.82 54.51	0.550 0.602	0.380 0.242	0.67 0.02	1.76 0.08	2.26 2.09	>0.05 >0.05
<b>Anaerobik Güç(kgm/s)</b>	K 10 E 20	75.68 113.87	0.550 0.602	0.380 0.242	0.29 0.07	0.76 0.29	2.26 2.09	>0.05 >0.05
<b>Esneklik (cm)</b>	K 10 E 20	32.7 31.65	0.550 0.602	0.380 0.242	0.27 0.20	0.72 0.82	2.26 2.09	>0.05 >0.05
<b>50 Metre Sürat (sn)</b>	K 10 E 20	7.92 6.45	0.550 0.602	0.380 0.242	0.18 0.34	0.47 1.41	2.26 2.09	>0.05 >0.05
<b>Vücut Yağ Yüzdesi (%)</b>	K 10 E 20	8.35 7.69	0.550 0.602	0.380 0.242	0.44 0.14	1.16 0.58	2.26 2.09	>0.05 >0.05
<b>Sağ El PK (kg)</b>	K 10 E 20	28.83 46.28	0.550 0.602	0.380 0.242	0.63 0.28	1.66 1.16	2.26 2.09	>0.05 >0.05
<b>Sol El PK (kg)</b>	K 10 E 20	27.01 42.22	0.550 0.602	0.380 0.242	0.35 0.52	0.92 2.15	2.26 2.09	>0.05 <0.05

TABLO VI

**İNÖNÜ ÜNİVERSİTESİ BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BÖLÜMÜ BİRİNCİ SINIF ÖĞRENCİLERİNİN PRATİK BAŞARI PUANI İLE İSTİRAHAT KALP ATIM SAYISI, SİSTOLİK-DİASTOLİK KAN BASINCI, AEROBİK VE ANAEROBİK GÜÇLERİ ARASINDAKİ ORTALAMA VE HESAPLAMA DEĞERLERİ**

Fizyolojik Değişkenler	N	Ortalama Değerler	Standart Sapma	Standart Hata	Hesaplanan (r) Değeri	Hesaplanan (t) Değeri	Tablo (t) Değeri	P<0.05 Anlamlılık Düzeyi	
İKAS (atım/dk)	K	10	73.6	0.550	0.380	0.86	2.27	2.26	<0.05
	E	20	69.35	0.602	0.242	0.12	0.50	2.09	>0.05
İSKB (mmHg)	K	10	106	0.550	0.380	0.66	1.74	2.26	>0.05
	E	20	126.9	0.602	0.242	0.29	1.20	2.09	>0.05
İDKB (mmHg)	K	10	63	0.550	0.380	0.28	0.74	2.26	>0.05
	E	20	80	0.602	0.242	0.31	1.28	2.09	>0.05
Max.VO2 (ml/kg.dk)	K	10	44.82	0.550	0.380	0.67	1.76	2.26	>0.05
	E	20	54.51	0.602	0.242	0.02	0.08	2.09	>0.05
Anaerobik Güç(kgm/s)	K	10	75.68	0.550	0.380	0.29	0.76	2.26	>0.05
	E	20	113.87	0.602	0.242	0.07	0.29	2.09	>0.05

(Tablo VI 'de görüldüğü gibi); İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü I. sınıf öğrencilerinin ortalama istirahat kalp atım sayısı değerleri bayanlarda  $73.6 \pm 2.17$  atım/dk, erkeklerde  $69.35 \pm 0.33$  atım/dk; ortalama istirahat sistolik kan basıncı değerleri bayanlarda  $106 \pm 2.21$  mmHg, erkeklerde  $126.9 \pm 2.60$  mmHg; ortalama istirahat diastolik kan basıncı bayanlarda  $63 \pm 1.53$  mmHg, erkeklerde  $80 \pm 1.92$  mmHg; ortalama maksimal VO2 değerleri bayanlarda  $44.82 \pm 0.32$  ml/kg.dk, erkeklerde  $54.51 \pm 0.44$  ml/kg.dk ve ortalama anaerobik güç değerleri ise bayanlarda  $75.68 \pm 3.09$  kg.m/sn, erkeklerde de  $113.87 \pm 3.12$  kg.m/sn olarak bulunmuştur.

Bu bulgulara göre; İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü I. sınıf öğrencilerinin ortalama Pratik Başarı Puanı değerleri ile bayanların

ortalama istirahat kalp atım sayıları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark ( $P<0.05$ ) bulunmasına karşın, erkeklerde anlamlı bir fark bulunamamıştır ( $P>0.05$ ).

Ayrıca ortalama Pratik Başarı Puanı değerleri ile geriye kalan her iki bayan ve erkek ortalama istirahat sistolik ve diastolik, ortalama maksimal VO<sub>2</sub> ve ortalama anaerobik değerleri arasında ise istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır ( $P>0.05$ ).

**TABLO VII**  
**İNÖNÜ ÜNİVERSİTESİ BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BÖLÜMÜ**  
**BİRİNCİ SINIF ÖĞRENCİLERİNİN PRATİK BAŞARI PUANI İLE ESNEKLİK,**  
**50 METRE SÜRAT, VÜCUT YAĞ YÜZDESİ, SAĞ VE SOL EL PENÇE**  
**KUVVETLERİ ARASINDAKİ ORTALAMA VE HESAPLAMA DEĞERLERİ**

Fizyolojik Değişkenler	N	Ortalama Değerler	Standart Sapma	Standart Hata	Hesaplanan (r) Değeri	Hesaplanan (t) Değeri	Tablo (t) Değeri	P<0.05 Anlamlılık Düzeyi	
Esneklik (cm)	K	10	32.7	0.550	0.380	0.27	0.72	2.26	>0.05
	E	20	31.65	0.602	0.242	0.20	0.82	2.09	>0.05
50 Metre Sürat (sn)	K	10	7.92	0.550	0.380	0.18	0.47	2.26	>0.05
	E	20	6.45	0.602	0.242	0.34	1.41	2.09	>0.05
Vücut Yağ Yüzdesi	K	10	8.35	0.550	0.380	0.44	1.16	2.26	>0.05
	E	20	7.69	0.602	0.242	0.14	0.58	2.09	>0.05
Sağ El PK (kg)	K	10	28.83	0.550	0.380	0.63	1.66	2.26	>0.05
	E	20	46.28	0.602	0.242	0.28	1.16	2.09	>0.05
Sol El PK (kg)	K	10	27.01	0.550	0.380	0.35	0.92	2.26	>0.05
	E	20	42.22	0.602	0.242	0.52	2.15	2.09	<0.05

(Tablo VII 'de görüldüğü gibi); İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü I. sınıf öğrencilerinin ortalama esneklik değerleri bayanlarda  $32.7\pm 1.34$  cm, erkeklerde  $31.65\pm 1.24$  cm; ortalama 50 metre sürat değerleri bayanlarda  $7.92\pm 0.09$  sn, erkeklerde  $6.45\pm 0.06$  sn; ortalama vücut yağ yüzde değerleri bayanlarda

8.35 $\pm$ 0.33, erkeklerde 7.69 $\pm$ 0.26; ortalama sağ el pençe kuvveti değerleri bayanlarda 28.83 $\pm$ 0.77 kg, erkeklerde 46.28 $\pm$ 1.56 kg ve ortalama sol el pençe kuvveti değerleri ise bayanlarda 27.01 $\pm$ 10.8 kg, erkeklerde de 42.22 $\pm$ 1.52 kg olarak bulunmuştur.

Bu bulgulara göre, İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü I. sınıf ğrencilerinin ortalama Pratik Başarı Puanı değerleri ile erkeklerin ortalama sol el pençe kuvveti değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark ( $P<0.05$ ) bulunmasına karşın, bayanların ortalama sol el pençe kuvveti değerleri arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır ( $P>0.05$ ).

Ayrıca ortalama Pratik Başarı Puanı değerleri ile geriye kalan her iki bayan ve erkek ortalama esneklik, 50 metre sürat, vücut yağ yüzdesi ve sağ el pençe kuvveti değerleri arasında ise istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır ( $P>0.05$ ).



## V. BÖLÜM

### TARTIŞMA

İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü I. sınıf öğrencilerinin ortalama ÖSS Başarı Puanı Değerleri bayanlarda  $118.472 \pm 2.84$ , erkeklerde  $136.292 \pm 2.32$  iken, ortalama Teorik Başarı Puanı bayanlarda  $1.72 \pm 0.20$ , erkeklerde  $1.88 \pm 0.17$ ; ortalama Pratik Başarı Puanı bayanlarda  $1.62 \pm 0.17$ , erkeklerde  $2.27 \pm 0.13$  ve ortalama Akademik Başarı Puanı değerleri ise bayanlarda  $1.67 \pm 0.17$ , erkeklerde de  $2.08 \pm 0.14$  olarak bulunmuş olup, ortalama ÖSS Başarı Puanı değerleri ile ortalama Teorik Başarı Puanı değerleri arasında istatistiksel olarak erkeklerde ( $P < 0.05$ ) anlamlı bir fark bulunmasına karşın, bayanlarda ise anlamlı bir fark bulunamamıştır ( $P > 0.05$ ). Ayrıca ortalama ÖSS Başarı Puanı değerleri ile geriye kalan her iki bayan ve erkek ortalama pratik ve akademik başarı puanı değerleri arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır ( $P > 0.05$ ).

İncelenen literatür taramasında;

Çamlıyer ve çalışma arkadaşları (1996), Celal Bayar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu 4. sınıf ve 3. sınıfta öğrenim gören 90 (bayan ve erkek) öğrencinin ortalama ÖSS Başarı Puanlarını  $125.000$  olarak bulmuşlardır.

Erdoğan ve çalışma arkadaşları (1996), Abant İzzet Baysal Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu 1996 özel yetenek sınavına katılan 230 erkek adayın ortalama ÖSS Başarı Puanlarını  $133.320$  olarak bulmuşlardır.

Çamlıyer ve çalışma arkadaşları (1996), Celal Bayar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu 4. sınıf ve 3. sınıfta öğrenim gören 90 bayan ve erkek öğrencinin teorik ders ortalamalarını 17 öğrencide  $47.52$ , 12 öğrencide  $59.11$ , 33 öğrencide  $63.91$  ve 28 öğrencide ise  $67.69$  olarak bulmuşlardır.

Çamlıyer ve çalışma arkadaşları (1996), Celal Bayar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu 4. sınıf ve 3. sınıfta öğrenim gören 90 bayan ve erkek öğrencinin



pratik ders ortalamalarını 17 öğrencide 58.52, 12 öğrencide 66.24, 33 öğrencide 68.41 ve 28 öğrencide ise 71.46 olarak bulmuşlardır.

Çamlıyer ve çalışma arkadaşları (1996), Celal Bayar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu 4. sınıf ve 3. sınıfta öğrenim gören 90 bayan ve erkek öğrencinin genel ders ortalamalarını (akademik başarılarını) 17 öğrencide 53.17, 12 öğrencide 62.67, 33 öğrencide 66.17 ve 28 öğrencide ise 69.58 olarak bulmuşlardır.

Bu araştırmalardan da anlaşılacağı üzere ÖSS, teorik, pratik ve akademik başarı puanı değerleri arasında fazla bir farklılığın olmadığı anlaşılmış olup, literatürlerimiz de çalışmamızı destekler mahiyettedir.

İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü I. sınıf öğrencilerinin ortalama yaş, boy ve ağırlık değerleri sırası ile bayanlarda  $20.10 \pm 2.84$  yıl,  $163.4 \pm 1.34$  cm ve  $51.8 \pm 1.12$  kg, erkeklerde ise  $20.85 \pm 0.33$  yıl,  $177.8 \pm 1.61$  cm ve  $68.5 \pm 2.05$  kg olarak bulunmuş olup, ortalama Pratik Başarı Puanı değerleri ile erkeklerin ortalama boy ve ağırlık değişkenleri arasında istatistiki açıdan ( $P < 0.05$ ) anlamlı bir fark bulunurken, ortalama yaş değerleri arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır ( $P > 0.05$ ). Ancak, ortalama Pratik Başarı Puanı değerleri ile bayanların ortalama yaş, boy ve ağırlık değişkenleri arasında istatistiki açıdan anlamlı bir fark bulunamamıştır ( $P > 0.05$ ).

İncelenen literatür taramasında;

Ağaoğlu (1989), ODTÜ Beden Eğitimi ve Spor Bölümü birinci sınıf bayan öğrencilerinin ortalama yaşlarını 19.9 yıl, boylarını 165 cm ve kilolarını ise 55 kg; erkek öğrencilerin ortalama yaşlarını 20.9, boylarını 176 cm ve ağırlıklarını ise 69.9 kg olarak bulmuştur.

Tamer (1996), yapmış olduğu bir araştırma sonucunda, 40 erkek üniversite öğrencisinin yaş, boy ve ağırlık ortalamalarını sırası ile 21.24 yıl, 174.76 cm ve 70.83 kg olarak bulmuştur.

Sevim ve çalışma arkadaşları (1996), 18-25 yaş kategorisinde 12 deney ve 12 kontrol grubu olmak üzere toplam 24 bayan hentbolcu üzerinde yapmış oldukları araştırma sonucunda ortalama yaş, boy ve ağırlıklarını sırası ile deney grubunda 22.5 yıl

169.25 cm ve 62.5 kg; kontrol grubunda ise 18.33 yıl, 165.75 cm ve 59.73 kg olarak bulmuşlardır.

Sevim ve çalışma arkadaşları (1996), 18-19 yaş grubu 24 erkek öğrenci (12 Deney, 12 Kontrol Grubu) üzerinde yapmış oldukları araştırma sonucunda ortalama yaş, boy ve ağırlıklarını sırası ile deney grubunda 18.3 yıl, 172 cm ve 63.041 kg; kontrol grubunda ise 18.4 yıl, 173 cm ve 60.458 kg olarak bulmuşlardır.

Erhan (1995), yapmış olduğu bir araştırmada İnönü Üniversitesi, Erciyes Üniversitesi ve Niğde Üniversitesi erkek voleybol takımı oyuncularının ortalama değerlerini sırasıyla; yaşlarını 21.30 yıl, 22.30 yıl ve 20.90 yıl; boylarını 181.80 cm, 188.60 cm ve 178.40 cm; ağırlıklarını ise 71.70 kg, 81.90 kg ve 71.70 kg olarak bulmuştur.

Eniseler ve çalışma arkadaşları (1996), Türkiye bayan futbol liginde birinci olan takımın 11 oyuncusu ile sonuncu olan takımın 10 oyuncusu üzerinde yapmış oldukları araştırmalarda ortalama yaş, boy ve ağırlıklarını sırası ile 1. olan takımda; 19.09 yıl, 161.82 cm ve 55.97 kg, sonuncu olan takımda ise; 20.10 yıl, 163.70 cm ve 57.25 kg olarak bulmuşlardır.

Coşkun (1989), H.Ü'nin 1987-88 Akademik Yılında, 9 farklı bölümünden yaşları 18 ile 20 arasında değişen 83 öğrencinin ortalama boylarını 177 cm ve ağırlıklarını ise 67.89 kg olarak bulmuştur.

Öztürk ve İnce (1992), Ç.Ü Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümünün özel yetenek sınavına giren öğrencilerin ortalama yaşlarını 19.71 yıl, sınavı kazanan öğrencilerin ortalama boylarını 171 cm ve ağırlıklarını ise 63.5 kg olarak bulmuşlardır.

Erdoğan ve çalışma arkadaşları (1996), A.İ.B.Ü Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu özel yetenek sınavına katılan 230 erkek adayın ortalama yaşlarını 19.33 ve ağırlıklarını ise 64.10 kg olarak bulmuşlardır.

Çetin (1992), KTÜ Giresun Eğitim Fakültesi birinci sınıf 58 erkek öğrencinin ortalama yaşlarını 22.2, boylarını 167.28 cm ve vücut ağırlıklarını ise 67.8 kg olarak bulmuştur.

Sedlock ve çalışma arkadaşları (1988), Midwest Üniversitesinden 19 bayan rugby oyuncusunun ortalama yaşlarını 20.6, boylarını 165.1 cm ve vücut ağırlıklarını ise 64.4 kg olarak bulmuşlardır.

McCutcheon ve çalışma arkadaşları (1990), 15 erkek öğrencinin ortalama yaşlarını 25.5, boylarını 178.8 cm ve vücut ağırlıklarını ise 73.5 kg; 15 bayan öğrencinin ortalama yaşlarını 26.0, boylarını 168.3 cm ve ağırlıklarını ise 59.9 kg olarak bulmuşlardır.

Literatürümüz, yapmış olduğumuz çalışmayı destekler mahiyettedir.

İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü I. sınıf öğrencilerinin ortalama istirahat kalp atım sayısı değerleri bayanlarda  $73.6 \pm 2.17$  atım/dk, erkeklerde  $69.35 \pm 0.33$  atım/dk; ortalama istirahat sistolik kan basıncı değerleri bayanlarda  $106 \pm 2.21$  mmHg, erkeklerde  $126.9 \pm 2.60$  mmHg; ortalama istirahat diastolik kan basıncı bayanlarda  $63 \pm 1.53$  mmHg, erkeklerde  $80 \pm 1.92$  mmHg; ortalama maksimal VO<sub>2</sub> değerleri bayanlarda  $44.82 \pm 0.32$  ml/kg.dk, erkeklerde  $54.51 \pm 0.44$  ml/kg.dk ve ortalama anaerobik güç değerleri ise bayanlarda  $75.68 \pm 3.09$  kg.m/sn, erkeklerde de  $113.87 \pm 3.12$  kg.m/sn olarak bulunmuş olup, ortalama Pratik Başarı Puanı değerleri ile bayanların ortalama istirahat kalp atım sayıları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark ( $P < 0.05$ ) bulunmasına karşın, erkeklerde anlamlı bir fark bulunamamıştır ( $P > 0.05$ ). Ayrıca ortalama Pratik Başarı Puanı değerleri ile geriye kalan her iki bayan ve erkek ortalama istirahat sistolik ve diastolik, ortalama maksimal VO<sub>2</sub> ve ortalama anaerobik değerleri arasında ise istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır ( $P > 0.05$ ).

İncelenen literatür taramasında;

Ağaoğlu (1989), ODTÜ Beden Eğitimi ve Spor Bölümü birinci sınıf öğrencilerinin ortalama istirahat kalp atım sayılarını bayanlarda 65 atım/dk, erkeklerde ise 62 atım/dk olarak bulmuştur.

Tamer (1991), ODTÜ Beden Eğitimi ve Spor Bölümü öğrencilerinin yatar pozisyonundaki istirahat kalp atım sayılarını bayanlarda 66 atım/dk, erkeklerde ise 62 atım/dk olarak bulmuştur.

Coşkun (1989), H.Ü'nin 1987-88 Akademik Yılında, 9 farklı bölümünden yaşları 18 ile 20 arasında değişen 83 öğrencinin ortalama istirahat kalp atım sayılarını 74.69 atım/dk olarak bulmuştur.

Washburn ve Monteye (1985), 20 erkek deneği üç ayrı günde teste tabi tutmuşlar ve ortalama istirahat kalp atım sayılarını sırasıyla 69, 72 ve 71 atım/dk olarak bulmuşlardır.

Ağaoğlu (1989), ODTÜ Beden Eğitimi ve Spor Bölümü birinci sınıf öğrencilerinin ortalama sistolik kan basınçlarını bayanlarda 112.2 mmHg, erkeklerde 115.4 mmHg; diastolik kan basınçlarını ise bayanlarda 66.8 mmHg, erkeklerde 68.3 mmHg olarak bulmuştur.

Tamer (1991), ODTÜ Beden Eğitimi ve Spor Bölümü öğrencilerinin ortalama sistolik kan basınçlarını bayanlarda 109 mmHg, erkeklerde 117 mmHg; ortalama diastolik kan basınçlarını ise bayanlarda ve erkeklerde 71 mmHg olarak bulmuştur.

Coşkun (1989), H.Ü'nin 1987-88 Akademik Yılında, 9 farklı bölümünden yaşları 18 ile 20 arasında değişen 83 öğrencinin ortalama sistolik kan basınçlarını 121.58 mmHg ve diastolik kan basınçlarını ise 79.40 mmHg olarak bulmuştur.

Marsh (1983), 2817 bayan ve erkek denek üzerinde yapmış olduğu araştırma sonucunda ortalama sistolik kan basınçlarını 109.55 mmHg ve diastolik kan basınçlarını ise 71.89 mmHg olarak bulmuştur.

Çetin (1992), KTÜ Giresun Eğitim Fakültesi birinci sınıf 58 erkek öğrencinin ortalama sistolik ve diastolik kan basınçlarını 118.55 mmHg ve 77.62 mmHg olarak bulmuştur.

Ağaoğlu (1989), ODTÜ Beden Eğitimi ve Spor Bölümü birinci sınıf öğrencilerinin ortalama maksimal VO<sub>2</sub>'lerini bayanlarda 43.5 ml/kg.dk, erkeklerde ise 52.8 ml/kg.dk olarak bulmuştur.

Tamer (1991), ODTÜ Beden Eğitimi ve Spor Bölümü öğrencilerinin ortalama maksimal VO<sub>2</sub> değerlerini bayanlarda 42 ml/kg.dk, erkeklerde ise 52.3 ml/kg.dk olarak bulmuştur.

Coşkun (1989), H.Ü'nin 1987-88 Akademik Yılında, 9 farklı bölümünden yaşları 18 ile 20 arasında değişen 83 öğrencinin ortalama maksimal VO<sub>2</sub> değerlerini 43.72 ml/kg.dk olarak bulmuştur.

Marsh (1983), 2817 bayan ve erkek denek üzerinde yapmış olduğu araştırma sonucunda ortalama maksimal VO<sub>2</sub> değerini 49.54 ml/kg.dk olarak bulmuştur.

McCutcheon ve çalışma arkadaşları (1990), 15 bayan ve 15 erkek sporcu 12 dakikalık treadmill ve 12 dakikalık düz koşu testine tabi tutmuşlardır. Treadmill testi sonucunda ortalama maksimal VO<sub>2</sub> değerini bayanlarda 47.3 ml/kg.dk ve erkeklerde 56.5 ml/kg.dk; düz koşu testi sonucunda ise ortalama Maksimal VO<sub>2</sub> değerini bayanlarda 47.8 ml/kg.dk ve erkeklerde de 57.3 ml/kg.dk olarak bulmuşlardır.

Sedlock ve çalışma arkadaşları (1988), Midwest Üniversitesi'nden 19 bayan rugby oyuncusu üzerinde yaptıkları bir araştırma sonucunda ortalama maksimal VO<sub>2</sub> değerini 41.9 ml/kg.dk olarak bulmuşlardır.

Çetin (1992), KTÜ Giresun Eğitim Fakültesi birinci sınıf 58 erkek öğrencinin ortalama aerobik kapasitelerini 41.12 ml/kg.dk olarak bulmuştur.

Ağaoğlu (1989), ODTÜ Beden Eğitimi ve Spor Bölümü birinci sınıf öğrencilerinin ortalama anaerobik güçlerini bayanlarda 82 kg.m/sn, erkeklerde ise 122 kg.m/sn olarak bulmuştur.

Tamer (1991), ODTÜ Beden Eğitimi ve Spor Bölümü öğrencilerinin ortalama aerobik güç değerlerini bayanlarda 81.3 kg.m/sn, erkeklerde ise 120.6 kg.m/sn olarak bulmuştur.

Sevim ve çalışma arkadaşları (1996), 18-19 yaş grubu 24 erkek öğrenci (12 Deney, 12 Kontrol Grubu) üzerinde antrenman öncesi ve sonrası yaptıkları araştırma sonucunda ortalama anaerobik güçlerini sırası ile deney grubunda 38.317 kg.m/sn ve 39.412 kg.m/sn, kontrol grubunda ise 36.938 kg.m/sn ve 37.675 kg.m/sn olarak bulmuşlardır.

Sedlock ve çalışma arkadaşları (1988), Midwest Üniversitesi'nden 19 bayan rugby oyuncusu üzerinde yaptıkları bir araştırma sonucunda ortalama anaerobik güçlerini 91.9 kg.m/sn olarak bulmuşlardır.

Çetin (1992), KTÜ Giresun Eğitim Fakültesi birinci sınıf 58 erkek öğrencinin ortalama anaerobik güçlerini 93.7 kg.m/sn olarak bulmuştur.

Bazı farklılıklara rağmen genel olarak literatürlerimiz, yapmış olduğumuz bu çalışmayı destekler mahiyettedir.

İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü I. sınıf öğrencilerinin ortalama esneklik değerleri bayanlarda  $32.7 \pm 1.34$  cm, erkeklerde  $31.65 \pm 1.24$  cm; ortalama 50 metre sürat değerleri bayanlarda  $7.92 \pm 0.09$  sn, erkeklerde  $6.45 \pm 0.06$  sn; ortalama vücut yağ yüzde değerleri bayanlarda  $8.35 \pm 0.33$ , erkeklerde  $7.69 \pm 0.26$ ; ortalama sağ el pençe kuvveti değerleri bayanlarda  $28.83 \pm 0.77$  kg, erkeklerde  $46.28 \pm 1.56$  kg ve ortalama sol el pençe kuvveti değerleri ise bayanlarda  $27.01 \pm 10.8$  kg, erkeklerde de  $42.22 \pm 1.52$  kg olarak bulunmuş olup, ortalama Pratik Başarı Puanı değerleri ile erkeklerin ortalama sol el pençe kuvveti değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark ( $P < 0.05$ ) bulunmasına karşın, bayanların ortalama sol el pençe kuvveti değerleri arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır ( $P > 0.05$ ). Ayrıca ortalama Pratik Başarı Puanı değerleri ile geriye kalan her iki bayan ve erkek ortalama esneklik, 50 metre sürat, vücut yağ yüzdesi ve sağ el pençe kuvveti değerleri arasında ise istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır ( $P > 0.05$ ).

İncelenen literatür taramasında;

Ağaoğlu (1989), ODTÜ Beden Eğitimi ve Spor Bölümü birinci sınıf öğrencilerinin ortalama esnekliklerini bayanlarda 35 cm, erkeklerde ise 30 cm olarak bulmuştur.

Tamer (1991), ODTÜ Beden Eğitimi ve Spor Bölümü öğrencilerinin ortalama esnekliklerini bayanlarda 33.7 cm, erkeklerde ise 30.5 cm olarak bulmuştur.

Coşkun (1989), H.Ü'nin 1987-88 Akademik Yılında, 9 farklı bölümünden yaşları 18 ile 20 arasında değişen 83 öğrencinin ortalama esnekliklerini 22.33 cm olarak bulmuştur.

Erhan (1995), İnönü Üniversitesi, Erciyes Üniversitesi ve Niğde Üniversitesi erkek voleybol takımı oyuncularının ortalama esneklik değerlerini sırası ile 32.10 cm, 27.30 cm ve 32.90 cm olarak bulmuştur.



Eniseler ve çalışma arkadaşları (1996), Türkiye bayan futbol liginde birinci olan takımın 11 oyuncusu ile sonuncu olan takımın 10 oyuncusu üzerinde yapmış oldukları araştırmalarda ortalama esnekliklerini sırası ile birinci olan takımda 18.00 cm, sonuncu olan takımda ise 18.70 cm olarak bulmuşlardır.

Marsh (1983), 2817 bayan ve erkek denek üzerinde yapmış olduğu araştırma sonucunda ortalama esnekliklerini 19.3 cm olarak bulmuştur.

Çetin (1992), KTÜ Giresun Eğitim Fakóltesi birinci sınıf 58 erkek öğrencinin ortalama esnekliklerini 24.05 cm olarak bulmuştur.

Coşkun (1989), H.Ü'nin 1987-88 Akademik Yılında, 9 farklı bölümünden yaşları 18 ile 20 arasında değişen 83 öğrencinin ortalama 50 metre süratlerini 6.30 sn olarak bulmuştur.

Erdoğan ve çalışma arkadaşları (1996), A.İ.B.Ü Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu özel yetenek sınavına katılan 230 erkek adayın ortalama 100 metre süratlerini 13.39 sn olarak bulmuşlardır.

Sevim ve çalışma arkadaşları (1996), 18-25 yaş kategorisinde 12 deney ve 12 kontrol grubu olmak üzere toplam 24 bayan hentbolcu üzerinde antrenman öncesi ve sonrası yapmış oldukları araştırma sonucunda ortalama 20 metre süratlerini sırası ile deney grubunda 3.55 sn ve 3.23 sn ; kontrol grubunda ise 3.45 sn ve 3.42 sn olarak bulmuşlardır.

Sevim ve çalışma arkadaşları (1996), 18-19 yaş grubu 24 erkek öğrenci (12 Deney, 12 Kontrol Grubu) üzerinde antrenman öncesi ve sonrası yapmış oldukları araştırma sonucunda ortalama 30 metre süratlerini sırası ile deney grubunda 5.225 sn ve 5.472 sn, kontrol grubunda ise 5.275 sn ve 5.452 sn olarak bulmuşlardır.

Eniseler ve çalışma arkadaşları (1996), Türkiye bayan futbol liginde birinci olan takımın 11 oyuncusu ile sonuncu olan takımın 10 oyuncusu üzerinde yapmış oldukları araştırmalarda ortalama 30 metre süratlerini sırası ile birinci olan takımda 4.75 sn ve sonuncu olan takımda ise 4.79 sn olarak bulmuşlardır.

Marsh (1983), 2817 bayan ve erkek denek üzerinde yapmış olduğu araştırma sonucunda ortalama 50 metre süratlerini 8.94 sn olarak bulmuştur.

Tamer (1996), 40 erkek üniversite öğrencisini rastgele metodu ile 10'ar kişilik 4 gruba ayırmış ve bu deneklerin ortalama vücut yağ yüzdelerini antrenmandan önce ve antrenmandan sonra sırasıyla; A Grubu: 8.50, 6.92; B Grubu: 8.92, 7.27; C Grubu: 8.69, 7.54; D Grubu: 8.37, 7.90 olarak bulmuştur.

Ağaoğlu (1989), ODTÜ Beden Eğitimi ve Spor Bölümü birinci sınıf öğrencilerinin ortalama vücut yağ yüzdelerini bayanlarda 23.5, erkeklerde ise 12.3 olarak bulmuştur.

Tamer (1991), ODTÜ Beden Eğitimi ve Spor Bölümü öğrencilerinin ortalama vücut yağ yüzdelerini bayanlarda 24.4, erkeklerde ise 12.5 olarak bulmuştur.

Sevim ve çalışma arkadaşları (1996), 18-25 yaş kategorisinde 12 deney ve 12 kontrol grubu olmak üzere toplam 24 bayan hentbolcu üzerinde antrenman öncesi ve sonrası yapmış oldukları araştırma sonucunda ortalama vücut yağ yüzdelerini sırası ile deney grubunda 16.07 ve 14.76, kontrol grubunda ise 15.81 ve 16.44 olarak bulmuşlardır.

Sevim ve çalışma arkadaşları (1996), 18-19 yaş grubu 24 erkek öğrenci (12 Deney, 12 Kontrol Grubu) üzerinde antrenman öncesi ve sonrası yapmış oldukları araştırma sonucunda ortalama vücut yağ yüzdelerini sırası ile deney grubunda 10.584 ve 9.657, kontrol grubunda ise 10.876 ve 10.773 olarak bulmuşlardır.

Coşkun (1989), H.Ü'nin 1987-88 Akademik Yılında, 9 farklı bölümünden yaşları 18 ile 20 arasında değişen 83 öğrencinin ortalama vücut yağ yüzdelerini 9.37 olarak bulmuştur.

Erhan (1995), İnönü Üniversitesi, Erciyes Üniversitesi ve Niğde Üniversitesi erkek voleybol takımı oyuncularının ortalama vücut yağ yüzdesi değerlerini sırası ile 8.61, 9.95 ve 8.88 olarak bulmuştur.

Marsh (1983), 2817 bayan ve erkek denek üzerinde yapmış olduğu araştırma sonucunda ortalama vücut yağ yüzdelerini 10.104 olarak bulmuştur.

Rhodes ve Mosher (1991), 20 bayan üniversite futbol takımı oyuncularının ortalama vücut yağ yüzdelerini 19.7 olarak bulmuşlardır.



Çetin (1992), KTÜ Giresun Eğitim Fakültesi birinci sınıf 58 erkek öğrencinin ortalama vücut yağ yüzdelerini 9.94 olarak bulmuştur.

Ağaoğlu (1989), ODTÜ Beden Eğitimi ve Spor Bölümü birinci sınıf öğrencilerinin ortalama sağ ve sol el pençe kuvvetlerini bayanlarda 71 kP ve 68 kP, erkeklerde ise 114 kP ve 110 kP olarak bulmuştur.

Sevim ve çalışma arkadaşları (1996), 18-25 yaş kategorisinde 12 deney ve 12 kontrol grubu olmak üzere toplam 24 bayan hentbolcu üzerinde yapmış oldukları araştırma sonucunda ortalama sağ el pençe kuvvetlerini antrenman öncesi ve antrenman sonrasında sırası ile deney grubunda 34.75 kg ve 38.33 kg, kontrol grubunda 36.5 kg ve 36.41 kg; sol el pençe kuvvetlerini antrenman öncesi ve sonrasında deney grubunda 32.83 kg ve 35.58 kg, kontrol grubunda ise 30.9 kg ve 31.33 kg olarak bulmuşlardır.

Sevim ve çalışma arkadaşları (1996), 18-19 yaş grubu 24 erkek öğrenci (12 Deney, 12 Kontrol Grubu) üzerinde yapmış oldukları araştırma sonucunda ortalama sağ el pençe kuvvetlerini antrenman öncesi ve antrenman sonrasında sırası ile deney grubunda 45.083 kg ve 47.041 kg, kontrol grubunda 43.916 ve 46.125 kg, sol el pençe kuvvetlerini antrenman öncesi ve sonrasında deney grubunda 42.416 kg ve 46.333 kg, kontrol grubunda ise 42.208 kg ve 43.341 kg olarak bulmuşlardır.

Eniseler ve çalışma arkadaşları (1996), Türkiye bayan futbol liginde birinci olan takımın 11 oyuncusu ile sonuncu olan takımın 10 oyuncusu üzerinde yapmış oldukları araştırmada ortalama sağ ve sol el pençe kuvvetlerini sırası ile birinci olan takımda; 29.64 kg ve 28.05 kg, sonuncu olan takımda ise; 35.35 kg ve 30.65 kg olarak bulmuşlardır.

Marsh (1983), 2817 bayan ve erkek denek üzerinde yapmış olduğu araştırma sonucunda ortalama sağ el pençe kuvvetlerini 23.12 kg ve sol el pençe kuvvetlerini ise 22.47 kg olarak bulmuştur.

Erdoğan ve çalışma arkadaşları (1996), A.İ.B.Ü Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunun özel yetenek sınavına katılan 230 erkek adayın ortalama pençe kuvvetlerinin ağırlıklarına olan oranlarını 0.68 kg olarak bulmuşlardır.

Savaş ve sevim (1992), 14-16 yaş grubundaki 32 kız basketbolcunun ortalama sağ ve sol el pençe kuvvetlerini 21.0 kg ve 17.9 kg olarak bulmuşlardır.

Çetin (1992), KTÜ Giresun Eğitim Fakültesi birinci sınıf 58 erkek öğrencinin ortalama sağ ve sol el pençe kuvvetlerini 45.62 kg ve 40.41 kg olarak bulmuştur.

Erhan (1995), İnönü Üniversitesi, Erciyes Üniversitesi ve Niğde Üniversitesi erkek voleybol takımı oyuncularının ortalama pençe kuvveti değerlerini sırası ile sağ elde 47.8 kg, 51.6 kg ve 43.3 kg; sol elde ise 44.0 kg, 48.4 kg ve 40.7 kg olarak bulmuştur.

Bu araştırmalardan da anlaşılacağı üzere ortalama esneklik, 50 metre sürat, vücut yağ yüzdesi ve pençe kuvveti değerleri arasında fazla bir farklılığın olmadığı anlaşılmış olup, literatürlerimiz de çalışmamızı destekler mahiyettedir.

## SONUÇ

Uygulanan test sonuçlarına göre, maddeler halinde ve açık bir ifade ile yazmak gerekirse; bu çalışma için belirlenen hipotezlerin aşağıdaki sonuçları ortaya çıkmaktadır:

1- İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü Birinci Sınıf erkek öğrencilerin ÖSS Başarı Puanı ile Teorik Başarı Puanı arasında doğru yönlü bir ilişki vardır. Yani erkek öğrencilerin ÖSS puanları yükseldikçe, teorik puanları da yükselmektedir.

2- İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü Birinci Sınıf bayan öğrencilerin ÖSS Başarı Puanı ile Teorik Başarı Puanı arasında ters yönlü bir ilişki vardır. Yani kız öğrencilerin ÖSS puanları yükseldikçe, teorik puanları düşmektedir.

3- İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü Birinci Sınıf bayan ve erkek öğrencilerin ÖSS Başarı Puanı ile Pratik Başarı Puanı arasında ters yönlü bir ilişki vardır. Yani kız ve erkek öğrencilerin ÖSS puanları yükseldikçe, pratik puanları düşmektedir.

4- İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü Birinci Sınıf bayan ve erkek öğrencilerin ÖSS Başarı Puanı ile Akademik Başarı Puanı arasında ters yönlü bir ilişki vardır. Yani kız ve erkek öğrencilerin ÖSS puanları yükseldikçe, akademik puanları düşmektedir. Dolayısı ile, ÖSS 'den alınan puanlar ile öğrencinin akademik başarı puanının yüksek ya da düşük olacağını ifade etmek mümkün değildir. Bu durumun en belirgin özelliği, ÖSS puanı sıralamasında 1. olan kız öğrenci ile 7. olan kız öğrenci arasında görülmektedir. 1. olan kız öğrencinin aritmetik olarak akademik başarı sıralaması 9., yani son sıralarda yer alırken, 7. olan kız öğrenci aynı sıralamada 3. olarak yer almıştır. Benzer özellik erkek öğrencilerin sıralamasında da şöyle görülmektedir; ÖSS puanı sıralamasında 5. olan öğrenci akademik başarı sıralamasında 15. iken, ÖSS puanı sıralamasında 14. olan öğrenci, akademik başarı sıralamasında 2. olarak yer almıştır.

5- İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü Birinci Sınıf erkek öğrencilerin Pratik Başarı Puanı ile aşağıdaki ortalama fiziksel değerleri arasında doğru yönlü bir ilişki vardır.

- a) Boy
- b) Ağırlık

Yani öğrencilerin boy ve ağırlık oranları yükseldikçe, pratik başarı puanları da yükselmekte veya pratik başarıları yükseldikçe, boy ve ağırlık oranları yükselmektedir.

6- İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü Birinci Sınıf bayan öğrencilerin Pratik Başarı Puanı ile aşağıdaki ortalama değerleri arasında ters yönlü bir ilişki vardır.

- a) Boy
- b) Ağırlık

Yani öğrencilerin boy ve ağırlık oranları düştükçe, pratik başarı puanları da düşmekte veya pratik başarıları düştükçe, boy ve ağırlık oranları da düşmektedir.

7- İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü Birinci Sınıf bayan ve erkek öğrencilerin Pratik Başarı Puanı ile ortalama yaş değerleri arasında ters yönlü bir ilişki vardır. Yani öğrencilerin yaş oranları düştükçe, pratik başarı puanları da düşmekte veya pratik başarıları düştükçe, yaş oranları da düşmektedir.

8- İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü Birinci Sınıf bayan öğrencilerin Pratik Başarı Puanı ile ortalama istirahat kalp atım sayısı değerleri arasında doğru yönlü bir ilişki vardır. Yani öğrencilerin istirahat kalp atım sayısı oranları yükseldikçe, pratik başarı puanları da yükselmekte veya pratik başarıları yükseldikçe, istirahat kalp atım sayısı oranları da yükselmektedir.

9- İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü Birinci Sınıf erkek öğrencilerin Pratik Başarı Puanı ile ortalama istirahat kalp atım sayısı değerleri arasında ters yönlü bir ilişki vardır. Yani öğrencilerin istirahat kalp atım sayısı oranları düştükçe, pratik başarı puanları da düşmekte veya pratik başarıları düştükçe, istirahat kalp atım sayısı oranları da düşmektedir.

10- İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü Birinci Sınıf bayan ve erkek öğrencilerin Pratik Başarı Puanı ile aşağıdaki ortalama değerleri arasında ters yönlü bir ilişki vardır.

- a) İstirahat sistolik kan basıncı
- b) İstirahat diastolik kan basıncı
- c) Maksimal VO<sub>2</sub>
- d) Anaerobik güç
- e) Esneklik
- f) 50 metre sürat
- g) Vücut yağ yüzdesi
- h) Sağ el pençe kuvveti

Yani öğrencilerin yukarıdaki fiziksel kapasite oranları düştükçe, pratik başarı puanları da düşmekte veya pratik başarıları düştükçe, yukarıdaki fiziksel kapasite oranları da düşmektedir.

11- İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü Birinci Sınıf bayan öğrencilerin Pratik Başarı Puanı ile ortalama sol el pençe kuvveti değerleri arasında ters yönlü bir ilişki vardır. Yani öğrencilerin sol el pençe kuvveti oranları düştükçe, pratik başarı puanları da düşmekte veya pratik başarıları düştükçe, sol el pençe kuvveti oranları da düşmektedir.

12- İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü Birinci Sınıf erkek öğrencilerin Pratik Başarı Puanı ile ortalama sol el pençe kuvveti değerleri arasında doğru yönlü bir ilişki vardır. Yani erkek öğrencilerin sol el pençe kuvveti oranları yükseldikçe, pratik başarı puanları da yükselmekte veya pratik başarıları yükseldikçe, sol el pençe kuvveti oranları da yükselmektedir.

Bir beden eğitimi ve öğretimi alan öğrenciden, bu eğitim için gerekli olan ön şartların yanında, öğretmenlerden de gerekli akademik başarıyı artırıcı bilgilere sahip olup olmadıklarının aranması ve adayların bu açılardan da mutlaka ayrı bir teste veya testlere tabi tutulmaları gereği açıkça ortaya çıkmaktadır. Aslında bu durum sadece beden eğitimi alanında öğretmen yetiştiren eğitim kurumları için değil, Özel Yetenek

Sınavı ile öğrenci alan bütün eğitim kurumları için geçerli olmalıdır. Çünkü, alanı ne olursa olsun, bütün öğretmenlerin ilgilendiği ve muhatabı insandır. Dolayısı ile, öğretmenin hatasını telafi etmek hem zordur, hem de uzun zaman alır.

ÖSS Başarı Puanına göre yapılan bu araştırmalardan da anlaşılacağı üzere, İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü Birinci Sınıf erkek öğrencilerin ortalama teorik başarı puanları değerleri arasında doğru yönlü bir ilişkinin olduğu anlaşılmış olup, literatürlerimiz de yapmış olduğumuz bu çalışmayı destekler mahiyettedir.

Pratik Başarı Puanına göre yapılan bu araştırmalardan da anlaşılacağı üzere, İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü Birinci Sınıf erkek öğrencilerin ortalama boy, ağırlık ve sol el pençe kuvveti ile bayan öğrencilerin ortalama istirahat kalp atım sayısı değerleri arasında doğru yönlü bir ilişkinin olduğu anlaşılmış olup, literatürlerimiz de yapmış olduğumuz bu çalışmayı destekler mahiyettedir.

Bu çalışmaya 1995-1996 Eğitim ve Öğretim Yılı, İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü'nde okuyan en yüksek ÖSS (Sözel, Sayısal veya Eşit Ağırlık) puanlarına sahip olan birinci sınıf 10 kız ve 20 erkek öğrenciden ibaret olmak üzere, testlere toplam olarak 30 öğrenci katılmıştır. İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü Birinci Sınıf bayan ve erkek öğrencilerin her bir değişkenleri arasındaki farklılıklar, ÖSS Başarı Puanı ve Pratik Başarı Puanlarına göre kıyaslandı.

Bu çalışmanın sonuçları SPSS/PC bilgisayar programında " Korelasyon ve t-Testi " uygulanarak değerlendirilmiş, her bir akademik, fiziksel ve fizyolojik değişken de ( $P<0.05$ ) anlamlılık seviyesinde istatistiksel olarak test edilerek değerlendirilmiştir.

## ÖNERİLER

Ülkemizdeki öğretim amaçlı bölümlerin dışında, eğitim amaçlı yegane bölümler Beden Eğitimi ve Spor Bölümleridir. Bu bölümlerin bünyesinde yürütülen Beden Eğitimi derslerinin önemi son yıllarda reklam ve tanıtım özelliklerine de sahip olduklarının fark edilmesinin sonucunda önem kazanmış, özellikle okul idarecileri hatta gelişmiş ve gelişmekte olan ülkeler tarafından da, bu önemli özelliklerinden dolayı çok daha önemli bir eğitim birimi olarak kabul görmeye başlamıştır. Bundan dolayıdır ki; derslerin önemi arttıkça daha vasıflı eğitimcilere ve daha iyi eğitilmiş öğrencilere ihtiyaç duyulmaktadır. Ülkemizde de bu gerçek hızla yaygınlaşmış, gerek mevcut üniversiteler ve gerekse kurulma aşamasında olan üniversiteler Beden Eğitimi ve Spor Bölümlerine özel bir yer ayırmışlardır. Bu sayede ülkemizde Beden Eğitimi ve Spor Bölümlerinin sayısı hızla artmıştır. Son zamanlara kadar öğretmensiz geçen bu dersler, vasıflı elemanlar ile daha amacına yönelik ve işlenebilir hale gelmiştir. Böylece çok küçük yaşlardaki gençlerimiz daha bilinçli yönlendirmelerle spora kazandırılmakta ve son yıllarda bu yetenekli gençlerimiz sayesinde spor alanlarındaki başarımız her geçen gün artmaktadır. Bu yüzden de her geçen gün Beden Eğitimi ve Spor Bölümlerine daha büyük sorumluluklar yüklenmektedir.

Sonuç olarak Beden Eğitimi ve Spor Bölümü öğrencilerinin ÖSS ve akademik başarı puanları, fiziksel ve fizyolojik özelliklerinin doğru kıyaslanmasını yapmak ve geçerli sonuçlar elde etmek için, aşağıdaki öneriler dikkate alınmalıdır:

1- Beden Eğitimi ve Spor Bölümlerindeki seçici organlar bu bölümlere öğrencileri seçerken, ciddiyetin farkına vararak daha titiz olmaları gerekmektedir.

2- Öğrencilerin ÖSS, akademik (teorik ve pratik) başarı puanları, fiziksel ve fizyolojik özelliklerinin ölçüm değerleri, öğrenciyi seçme kriterlerinin geliştirilmesi ve ders programlarının yeniden gözden geçirilerek, yürütülmekte olan derslerin düzeltilmesi, değiştirilmesi veya düzenlenmesi gibi konular üzerinde daha hassasiyetle durulması ve daha dikkatli olunması gereklidir.

3- Öğrencilerin fiziksel ve fizyolojik özelliklerini ölçerken standart test ve metodlar kullanılmalı, direkt metod ve ölçüm aletleri ile yapılmaya çalışılmalıdır. Elde edilen veriler ise elit seviyedeki Beden Eğitimi ve Spor Bölümlerinin verileri ile mukayese edilmelidir.

4- Öğrencilerin çalışma kapasiteleri, kan yapısı, akciğer kapasitesi ve kas mukavameti gibi özelliklerini tanımlayabilmek için daha fazla ölçümler yapılmalıdır.

5- Çalışmaların sağlıklı ve güvenli bir şekilde yapılabilmesi için, işbirliği içinde olabileceğimiz fizyologlar, spor hekimleri ve sporcu sağlık merkezlerinin sayıları artırılmalıdır.

6- Beden Eğitimi ve Spor Bölümleri öğrenci seçerken, öğrencilerin fiziksel ve fizyolojik yeteneklerinin yanı sıra zihinsel kapasitelerini de göz önünde bulundurmalarıdır.

7- Bir beden eğitimi ve öğretimi alan öğrenciden, bu eğitim için gerekli olan ön şartların yanında, öğretmenlerden de gerekli akademik başarıyı artırıcı bilgilere sahip olup olmadıklarının aranması ve adayların bu açılardan da mutlaka ayrı bir teste veya testlere tabi tutulmaları gereği açıkça ortaya çıkmaktadır. Aslında bu durum sadece beden eğitimi alanında öğretmen yetiştiren eğitim kurumları için değil, Özel Yetenek Sınavı ile öğrenci alan bütün eğitim kurumları için geçerli olmalıdır.



## ÖZET

Bu araştırmanın amacı, 1995-1996 Eğitim ve Öğretim yılı, İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü birinci sınıfında okumakta olan en yüksek ÖSS Başarı Puanına sahip 10 bayan ve 20 erkek öğrencinin ÖSS Başarı Puanları ile akademik (teorik ve pratik) başarı puanlarını belirleyerek aralarındaki ilişkiyi bulmaktır. Ayrıca bu öğrencilerin bazı fiziksel ve fizyolojik kapasiteleri de tesbit edilerek Pratik Başarı Puanları arasındaki ilişkiyi tesbit etmektir.

Bu çalışmada öğrencilerin ÖSS, teorik, pratik ve akademik başarı puanları tesbit edilmiştir. Ayrıca bu öğrencilerin boy, ağırlık, istirahat kalp atım sayısı, istirahat sistolik ve diastolik kan basıncı, aerobik ve anaerobik güçleri, esneklik, 50 metre sürat, vücut yağ yüzdesi, sağ ve sol el pençe kuvvetleri ölçülmüştür.

Bu çalışmada öğrencilerin istirahat kalp atım sayısı için steteskop ve kronometre, kan basıncı için steteskop ve tansiyon ölçer, vücut yağ yüzdesi için skinfold caliper aleti, aerobik güç için Cooper (12 dakika koş-yürü) testi, anaerobik güç için dikey sıçrama testi, esneklik için sit and reach (otur ve eriş) sehpası, sürat için 50 metre koşu testi ve pençe kuvveti için ise el dinamometresi kullanılarak ölçülmüştür.

Bu çalışmanın sonuçları " Korelasyon ve t-Testi " kullanılarak değerlendirilmiş ve her bir değişken ( $P < 0.05$ ) anlamlılık seviyesinde istatistiksel olarak test edilmiştir.

İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü I. sınıf öğrencilerinin ortalama ÖSS Başarı Puanı değerleri ile ortalama Teorik Başarı Puanı değerleri arasında istatistiksel olarak erkeklerde ( $P < 0.05$ ) anlamlı bir fark bulunmasına karşın bayanlarda ise anlamlı bir fark bulunamamıştır ( $P > 0.05$ ). Ayrıca ortalama ÖSS Başarı Puanı değerleri ile geriye kalan her iki bayan ve erkek ortalama pratik ve akademik başarı puanı değerleri arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır ( $P > 0.05$ ).

İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü I. sınıf öğrencilerinin ortalama Pratik Başarı Puanı değerleri ile erkeklerin ortalama boy, ağırlık ve sol el pençe kuvvetleri arasında istatistiki açıdan ( $P < 0.05$ ) anlamlı bir fark

bulunurken, bayanlarda da ortalama istirahat kalp atım sayıları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ( $P<0.05$ ). Buna karşın ortalama Pratik Başarı Puanı değerleri ile bayan öğrencilerin ortalama boy ve ağırlık değerleri, erkek öğrencilerin ise ortalama istirahat kalp atım sayı değerleri arasında istatistiki açıdan anlamlı bir fark bulunamamıştır ( $P>0.05$ ).

Ayrıca, İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü I. sınıf öğrencilerinin ortalama Pratik Başarı Puanı değerleri ile her iki bayan ve erkek öğrencilerin geriye kalan ortalama yaş, istirahat sistolik ve diastolik kan basıncı, ortalama maksimal VO<sub>2</sub>, ortalama anaerobik güç, ortalama esneklik, ortalama 50 metre sürat, ortalama vücut yağ yüzdesi ve ortalama sağ el pençe kuvveti değerleri arasında ise istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır ( $P>0.05$ ).

Son yıllarda yapılan araştırmalar da öğrencilerin ÖSS Başarı Puanları, fiziksel ve fizyolojik özelliklerinin akademik başarı üzerinde etkili olduğu saptanmıştır. Bu nedenle öğrencilerin ÖSS ve Akademik Başarı Puanları ile fiziksel ve fizyolojik değişkenlerinin araştırılması çok önemlidir.

Yaptığımız araştırmaya katılan öğrencilerin ÖSS, akademik (teorik ve pratik) başarı puanları ile fiziksel ve fizyolojik özelliklerinin belirlenmesi, yapılacak olan yeni araştırmalara örneklem teşkil etmesi açısından son derece önemli olduğunu ve Beden Eğitimi ve Spor camiasına katkıda bulunacağını düşünmekteyiz.

## SUMMARY

In this research, in the 1995-1996 academic year, 10 girls and 20 boys students in first class at İnönü University Education Faculty Physical Education and Sport Department, who have higher ÖSS points, were tested for findings of correlation between the ÖSS success points and the theoretical success points and the practical success points and the academic success points. In addition, some physical and physiological parameters of these students were tested and the average of each results were correlated between the practical academic success.

In this research, ÖSS, theoretical, practical and academic success points of these students were found. In addition, height, weight, rest of heart beat, rest of systolic and diastolic blood pressure, aerobic and anaerobic power, flexibility, 50 meters dash, rate of body fat, right and left hand grip strength of these students were measured.

In this study, some tests, equipments and devices were used for findings of some physiological parameters, which were as follows;

Stethoscope and cronometer for rest of heart beat, stethoscope and sphygmomanometer for blood pressure, skinfold caliper for rate of body fat, Cooper (12 minutes run) test for aerobic power, vertical jump test for anaerobic power, sit and reach table for flexibility, 50 meters dash test for speed run and the hand dynamometer for hand grip strength were used.

The results of this study have been evaluated by using correlation and t-test. Each variables has been statistically tested at significant ( $P < 0.05$ ) level.

There was a significant ( $P < 0.05$ ) differences between the average of ÖSS success points and the average of theoretical success points in the first class of boy students at İnönü University Education Faculty Physical Education and Sport Department, but in girl students was not ( $P > 0.05$ ). However, there was not a significant ( $P > 0.05$ ) differences between the average of ÖSS success points and the average of practical and academic success points in girl and boy students.

There was a significant ( $P < 0.05$ ) differences between the average of height, weight and left hand grip strength in boy students, and the average rest of heart beat in girl students. However, there was not a significant ( $P > 0.05$ ) differences the average of practical success points and the average of height, weight in girl and the average rest of heart beat in boy students.

There was not a significant ( $P > 0.05$ ) differences between the average practical success points and average age, rest of systolic and diastolic blood pressure, maximal  $VO_2$ , anaerobic power, flexibility, 50 meters dash, rate of body fat and right hand grip strength in the first class of the girl and boy students at İnönü University Education Faculty Physical Education and Sport Department.

In recent years, the investigations have determined the ÖSS success points, physical and physiological characteristics of students have an affect on the academic success. For this reason, it is important that ÖSS and academic success points with physical and physiological parameters are investigated.

We think that, bringing out the ÖSS and academic (theoretical and practical) success points with physical and physiological characteristics of the students is most important for new investigations and will contribute to the Physical Education and Sport community.

**KAYNAKLAR**

- 1- Bilge, Nalan (1989). Türkiye 'de Beden Eğitimi Öğretmeninin Yetiştirilmesi. Ofset Repromat Matbaası, Birinci Baskı, Ankara. s. 4.
- 2- Karaküçük, Suat (1989). Beden Eğitimi Öğretmeninin Eğitimi. Gazi Üniversitesi Teknik Eğitim Fakültesi Matbaası, Ankara. s. 46.
- 3- Güven, Özbay (1996). Türkiye 'de Cumhuriyet Döneminde Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni Yetiştiren Okulların Eğitimini Hazırlayıcı Çalışmalar. Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, Ankara. I, 2, s. 80.
- 4- Gürdöl, İskender (1989). İstanbul Teknik Üniversitesinde 1987-1988 Ders Yılında Beden Eğitimi Dersini Seçme Sebepleri ve Dersin Uygulanabilirliği, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora ve Yüksek Lisans Tez Özetleri, İstanbul. s. 92.
- 5- Söylemez, Eres (1996). Üniversiteye Hazırlıkta Yönerge Sistemi. Haftalık Üniversiteye Hazırlık Sınav Dergisi, Yönlendirici Rehber Yayını, 1. Sayı Eki, 14 Eylül. s. 4-5.
- 6- La Place, John (1972). Health. Educational Division, New York. pp. 302-324.
- 7- Tamer, Kemal (1991). Fiziksel Performansın Ölçülmesi ve Değerlendirilmesi, Gökçe Ofset Matbaası, Ankara.
- 8- Tamer, Kemal (1995). Sporda Fiziksel- Fizyolojik Performansın Ölçülmesi ve Değerlendirilmesi, Ankara.
- 9- Fox, E. L. , Bowers, R.W. and Foss, M. (1988). The Physiological Basis of Physical Education and Athletics, New York. pp. 422-423.
- 10- Ziyagil, M.A., Zorba, E. (1995). Vücut Kompozisyonu ve Ölçüm Metodları, Ereğ Ofset Matbaası, Trabzon.

- 11- Çamlıyer, H., Çamlıyer, H., Eniseler, N. (1996). Beden Eğitimi Öğretmeni Adaylarının Lisans Öğrenimindeki Akademik Başarılarının ÖSS Puanlarıyla Karşılaştırılması. Celal Bayar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Manisa.
- 12- Sherril, Claudine (1986). Adapted Physical Education and Recreation. A Multi Diciplanary Approach, Texas Women' s University, Texas. pp. 106-110.
- 13- Erdoğan, Şamil, Sarı, Z. ve Arkadaşları (1996). A.İ.B.Ü Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu 1996 Özel Yetenek Test Sonuçlarının Analizi. A.İ.B.Ü. Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Bolu.
- 14- Robert N, Singer (1980). Motor Learning and Human Performance. An Aplication to Motor Skills and Movement Behaviors. "Relationship of Intelligence to Motor Abilities and Physical Characteristics." Third Edition, New York. pp. 235.
- 15- Ağaoğlu, Seyit Ahmet (1989). Analysis of Various Physiological Characteristics of Physical Education and Sport Department Students at METU, Ankara. pp. 34.
- 16- Tamer, Kemal (1996). Farklı Aerobik Antrenman Programlarının Serum Hormonları, Kan Lipidleri ve Vücut Yağ Yüzdesi Üzerine Etkisi. G.Ü. Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, I, 1, Ankara. s. 1-11.
- 17- Sevim, M., Sevim, Y., Günay, M., Frol, E. (1996). Kombine Kuvvet Antrenmanlarının 18-25 Yaş Grubu Elit Bayan Hentbolcularının Performans Gelişimine Etkisinin İncelenmesi. G.Ü. Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, I, 3, Ankara. s.1-10.
- 18- Sevim, Y., Önder, O., Gökdemir, K. (1996). Çabuk Kuvvete Yönelik İstasyon Çalışmasının 18-19 Yaş Grubu Erkek Öğrencilerin Bazı Kondüsyonel Özellikleri Üzerine Etkileri. G.Ü. Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, I, 3, Ankara. s.18-24.

- 19- Erhan, Selçuk (1995). Elit Düzeydeki Voleybolcuların Fizyolojik Özelliklerinin Analizi ve Mukayesesi.  
İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Malatya.
- 20- Eniseler, N., Tatlıbal, C., Şentürk, S. (1996). Türkiye Bayan Futbol Liginde, 1. Olan Takım ile Sonuncu Olan Takım Arasındaki Çeşitli Antropometrik, Kondisyonel, Fizyolojik Parametrelerin Karşılaştırılması.  
C.B.Ü. Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, I, 4, Manisa. s. 31-36.
- 21- Coşkun, Mehmet Fatih (1989). The Physiological Capacities and Characteristics of 18 to 20 Year-Old Male Students at Hacettepe University.  
Unpublished Master Thesis, Ankara.
- 22- Öztürk, F., İnce, G. (1993). Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümünün 1992 Yılı Özel Yetenek Sınav Sonuçlarının Analizi.  
S.B.D. Hacettepe Üniversitesi, S.B.T.Y.O., IV, 3, Ankara. s. 13-24.
- 23- Yaman, Çetin (1992). Karadeniz Teknik Üniversitesi Giresun Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin Fizyolojik Özellikleri ve Antropometrik Yapılarının Analizi.  
Yayımlanmamış Master Tezi, Trabzon.
- 24- Sedlock, D.A., et all. (1988). Body Composition and Performance Characteristics of Collegiate Women Rugby Players.  
Research Quarterly For Exercise and Sport, 59, 1, pp. 78-82.
- 25- Mccutcheon, M.C., et all. (1990). A Further Analysis of the 12 - Minute Run Prediction of Maximal Aerobic Power.  
Research Quarterly For Exercise and Sport, 61, 3, pp. 280-283.
- 26- Akgün, Necati (1992). Egzersiz Fizyolojisi.  
Ege Üniversitesi Basımevi, İzmir. s. 54.
- 27- Açıkada, C., Ergen, E. (1990). Bilim ve Spor.  
Tek Ofset Matbaacılık, Ankara. s. 80-90.

- 28- Akgün, Necati (1994). Egzersiz ve Spor Fizyolojisi.  
E.U. Basımevi, 5. Baskı, Ankara. s. 178-180.
- 29- Tiryaki, Gül (1993). Enerji Sistemleri, Antrenman Sistemleri ve Sporcu Beslenmesi. G.S.G.M. Yayınları, Ankara. s. 14-15.
- 30- Koç, Figen (1992). ÖSS ve ÖYS İçin Biyoloji.  
Kaya Yayınları, Eko Matbaası, İstanbul. s. 408.
- 31- Washburn, R.A., Monteye, H.J. (1985). Reliability of Heart Rate Response to Submaximal Upper and Lower Body Exercise.  
Research Quarterly For Exercise and Sport, 50, 2, pp.166-169.
- 32- White, J.E., Emery, T.M., Groues, R., and Fisman, A.B. (1990). Pre-Season Times Profiles of Professional Soccer Players. University of London.
- 33- Akgün, Necati (1989). Egzersiz Fizyolojisi. Ankara. s.189.
- 34- Marsh, H.W. (1993). The Multidimensional Structure of Physical Fitness: Invariance Over Gender and Age.  
Research Quarterly For Exercise and Sport, 64, 3, pp.256-273.
- 35- Karakaş, S.E. (1989). Sporcu Sağlığı.  
Erciyes Üniversitesi Yayınları, Kayseri. s. 9-16.
- 36- Devis, J.A., Frank, M.H., Wasserman, K. (1979). Anaerobic Threshold Alteration Caused by Endurance Training Middleaged Men.  
Journal of Applied Physiology, 46, 1039.
- 37- Fox, E.L. (1970). The Physiological Basis of Physical Education and Athletics. Saunders College Publishing, 4rd Edition, U.S.A.
- 38- Yamaner, Faruk (1990).Galatasaray Profesyonel Futbol Takımının Fizyolojik Özelliklerinin Analizi ve Yabancı Ülke Futbolcularıyla Mukayesesi.  
Yayımlanmamış Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul. s. 13-41.
- 39- Renklikurt, Turgay (1973). Antrenman ve Fizyolojik Özellikleri.  
İstanbul. s. 24-25.



- 40- Rhodes, E.C., Mosher, R.E. (1991). Aerobic and Anaerobic Characteristics of Elite Female University Soccer Players.  
Final Programme and Abstract Book, Vancouver, B.C., Canada.
- 41- Coşkuntürk, O. Yaman, M. (1992). Sportif Performansın Sınırları.  
Ankara. s. 47.
- 42- Doğan, Ali Ahmet (1994). Esneklik Çalışmalarının Bilimsel Temelleri.  
Trabzon.
- 43- Kalyon, T.A. (1994). Sporcu Sağlığı ve Sporcu Sakatlıkları.  
Gata Basımevi, Ankara. s. 92-97.
- 44- Ziyagil, M.A., Tamer, K., Zorba, E. (1993). Beden Eğitimi ve Sporda Temel Motorik Özelliklerin ve Esnekliğin Geliştirilmesi.  
Emel Matbaacılık, Ankara.
- 45- Orkunoğlu, Oktay (1990). Sporda Güç Geliştirme.  
Uzman Matbaacılık, 3. Baskı, Ankara.
- 46- Muratlı, Sedat (1991). Çocuk ve Gençlerde Kuvvet Antrenmanı.  
H.Ü. Spor Bilimleri ve Teknolojisi Yüksekokulu, Antrenman Bilgisi Sempozyumu, Yayın No: 4, Ankara. s. 105-116.
- 47- Savaş, S., Sevim, Y. (1992). 14-16 Yaş Grubu Kız Basketbolcularda Dairesel Antrenman Metodunun Genel Kuvvet Gelişimine Etkileri.  
H.Ü. Spor Bilimleri Dergisi, III, 4, Ankara. s.40-47.
- 48- Green, H.J. (1970). Laboratory Manual on the Principles of Measurement in Human Performance.  
University of Waterloo, Canada. pp. 18.

## ÖZGEÇMİŞ

1969 'da Ankara 'da doğdu. İlk, orta ve lise tahsilini Ankara 'da tamaladı. 1987 yılında Orta Doğu Teknik Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü 'nü kazandı. Buradan 1992 yılında ritmit cimnastik ihtisas dalında mezun oldu.

Spor hayatına 1982 yılında Ankara 'da atletizm ile başladı. 1992 yılına kadar Atletizm Milli Takımı 'nda 42 kez milli olup, ülkesini başarı ile temsil etti. 1987 yılında 3000 Metre Bayanlar Türkiye Rekoru 'nu kırdı.

1992 yılında Milli Eğitim Bakanlığı kadrosunda Beden Eğitimi Öğretmeni olarak Malatya 'da göreve başladı. 1995 yılında İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü 'nde Araştırma Görevlisi olarak göreve başladı ve halen bu görevini sürdürmektedir.

Evli, biri erkek ve biri kız olmak üzere iki çocuk annesidir.

**TEŞEKKÜR**

Bu çalışmayı büyük bir dikkat ve sabırla yöneten Sayın Hocam İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü Başkanı Yrd. Doç. Dr. Faruk YAMANER'e, Yaptığımız testlerde bize yardımlarını esirgemeyen İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü Öğretim Üyesi Yrd. Doç. Dr. Yahya DOĞAR'a, Araştırma Görevlisi Abdullah GÜLLÜ'ye, Okutmanı Turan KUZUCUOĞLU'na, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü Sekreterimiz Emine ÇİMEN'e ve bu çalışmaya katılan İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü Birinci Sınıf Öğrencilerine en içten teşekkürlerimi arz ederim.

Saygılarımla  
Esin GÜLLÜ  
Malatya-1996



**EKLER**

**ÖSS KAYIT VE AKADEMİK BAŞARI PUANI ÖLÇÜM FORMU**

**Okulun Adı** :  
**Bölümü** :  
**Adı ve Soyadı** :  
**Okul No** :  
**Sınıfı** :

**ÖSS Başarı Puanı** :.....

**ÖSS Başarı Puanı 'na Göre Sınıf İçi Genel Sıralaması** :.....

**Almış Olduğu Teorik Derslerin Adı ve Kredisi**

Adı

Kredisi

**Teorik Derslerdeki Başarı Puanı** :.....

**Almış Olduğu Pratik Derslerin Adı ve Kredisi**

Adı

Kredisi

**Pratik Derslerdeki Başarı Puanı** :.....

**Akademik [(Pratik + Teorik) / 2] Başarı Puanı** :.....

## FİZİKSEL VE FİZYOLOJİK ÖLÇÜM FORMU

Tarih:../../19..

Saat :.....

Adınız ve Soyadınız :

Doğum Tarihiniz (yıl) :

YAPILAN ÖLÇÜMLER : 1. Ölçüm 2. Ölçüm 3. Ölçüm

\*İstirahat Kalp Atım Sayısı (atım/dk) :

\*İstirahat Kan Basıncı (mmHg)

Sistolik Kan Basıncı Değeri :

Diastolik Kan Basıncı Değeri :

\*Pençe Kuvveti (kg)

Sağ El Pençe Kuvveti Değeri :

Sol El Pençe Kuvveti Değeri :

\*Deri Altı (Skinfold) Yağ Ölçümleri (mm) :

Biceps (Pazı) Ölçüm Değeri :

Triceps Ölçüm Değeri :

Chest (Göğüs) Ölçüm Değeri :

Abdominal (Karın) Ölçüm Değeri :

Subra İliac Ölçüm Değeri :

Subscapula Ölçüm Değeri :

Vücut Yağ Yüzdesi Hesaplama Değeri(%):

\*Dikey Sıçrama Testi (cm) :

\*50 Metre Sürat Koşu Testi (sn) :

\*12 Dakikalık Koşu (Cooper) Testi (m) :

\*Esneklik (Otur ve Eriş) Testi (cm) :

Ölçümü Yapanın

Adı ve Soyadı:

İmzası :.....

**İNÖNÜ ÜNİVERSİTESİ EĞİTİM FAKÜLTESİ**  
**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BÖLÜMÜ**  
**BİRİNCİ SINIF BAYAN ÖĞRENCİLERİNİN**  
**AKADEMİK VE FİZİKSEL HAM VERİLERİ GENEL TABLOSU**

SIRA NO	A	B	C	D	E	F	G
1- 953028	134.912	0.84	0.94	0.89	22	162	52
2- 953035	129.425	2.09	2.36	2.23	18	170	55
3- 953034	122.398	2.39	2.20	2.30	21	164	49
4- 953050	121.678	2.47	1.80	2.14	18	158	48
5- 953029	117.157	1.21	1.96	1.59	20	160	49
6- 953032	116.657	1.98	1.28	1.51	21	160	47
7- 953024	116.612	2.28	2.15	2.22	21	169	58
8- 953009	110.276	0.74	1.08	0.91	19	168	55
9- 953014	109.397	1.50	0.91	1.21	19	163	52
10- 953031	106.211	1.66	1.50	1.58	22	160	53

**A: ÖSS Başarı Puanı**

**B: Teorik Başarı Puanı**

**C: Pratik Başarı Puanı**

**D: Akademik Başarı Puanı**

**E: Yaş**

**F: Boy**

**G: Ağırlık**

**İNÖNÜ ÜNİVERSİTESİ EĞİTİM FAKÜLTESİ**  
**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BÖLÜMÜ**  
**BİRİNCİ SINIF BAYAN ÖĞRENCİLERİNİN**  
**FİZYOLOJİK KAPASİTE HAM VERİLERİ GENEL TABLOSU**

SIRA NO	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
1- 953028	72	110	60	68.22	43.71	8.0	8.29	31	25.3	22.0
2- 953035	68	110	70	88.63	42.82	8.2	8.49	32	29.0	30.5
3- 953034	72	100	60	81.32	45.91	7.8	7.52	36	31.4	27.9
4- 953050	68	110	60	65.97	45.91	7.9	6.88	28	31.5	26.2
5- 953029	68	100	60	69.40	45.70	7.5	7.64	30	28.5	25.2
6- 953032	68	100	60	68.85	45.33	7.9	7.37	31	26.6	22.9
7- 953024	72	100	60	76.41	45.05	7.5	8.44	28	33.0	32.1
8- 953009	80	100	60	95.03	44.98	8.1	9.70	39	28.1	30.1
9- 953014	80	120	70	74.05	43.97	8.5	9.07	32	28.1	24.3
10- 953031	88	110	70	68.87	44.76	7.8	10.13	40	26.8	28.9

**A:** İstirahat Kalp Atım Sayısı

**B:** Sistolik Kan Basıncı

**C:** Diastolik Kan Basıncı

**D:** Anaerobik Güç

**E:** Aerobik Güç

**F:** 50 Metre Sürat

**G:** Vücut Yağ Yüzdesi

**H:** Esneklik

**I:** Sağ El Pençe Kuvveti

**J:** Sol El Pençe Kuvveti



**İNÖNÜ ÜNİVERSİTESİ EĞİTİM FAKÜLTESİ**  
**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BÖLÜMÜ**  
**BİRİNCİ SINIF ERKEK ÖĞRENCİLERİNİN**  
**AKADEMİK VE FİZİKSEL HAM VERİLERİ GENEL TABLOSU**

SIRA NO	A	B	C	D	E	F	G
1- 953011	158.522	2.66	2.72	2.69	19	187	80
2- 953022	154.884	2.28	2.21	2.25	21	174	68
3- 953043	153.118	3.23	1.95	2.59	20	175	67
4- 953016	149.720	2.61	2.47	2.54	20	183	67
5- 953012	143.545	1.16	2.17	1.67	19	182	77
6- 953023	139.455	1.89	2.33	2.11	22	167	58
7- 953036	135.316	0.45	1.86	1.16	21	170	62
8- 953040	134.253	3.18	3.27	3.23	23	178	73
9- 953026	133.787	1.19	1.47	1.33	23	179	68
10- 953047	133.354	2.52	2.89	2.71	21	180	70
11- 953056	132.823	1.55	2.53	2.04	23	176	72
12- 953041	132.729	1.32	2.05	1.69	22	170	59
13- 953030	132.695	1.40	1.01	1.21	22	170	62
14- 953002	131.634	2.48	3.03	2.76	19	193	70
15- 953020	129.915	2.24	2.31	2.28	22	173	70
16- 953008	129.442	1.68	2.21	1.95	20	176	60
17- 953019	127.336	1.51	3.15	2.33	21	193	94
18- 953003	126.248	0.65	1.17	0.91	18	172	60
19- 953007	124.738	2.10	2.50	2.30	21	178	68
20- 953001	122.471	1.55	2.15	1.85	20	180	75

**A: ÖSS Başarı Puanı**

**B: Teorik Başarı Puanı**

**C: Pratik Başarı Puanı**

**D: Akademik Başarı Puanı**

**E: Yaş**

**F: Boy**

**G: Ağırlık**

**İNÖNÜ ÜNİVERSİTESİ EĞİTİM FAKÜLTESİ**  
**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BÖLÜMÜ**  
**BİRİNCİ SINIF ERKEK ÖĞRENCİLERİNİN**  
**FİZYOLOJİK KAPASİTE HAM VERİLERİ GENEL TABLOSU**

SIRA NO	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
1- 953011	56	120	90	109.9	51.10	6.5	9.79	23	61.4	43.5
2- 953022	72	120	80	104.5	52.76	6.5	7.27	35	44.5	37.9
3- 953043	72	130	90	117.7	52.19	6.8	7.71	25	43.4	39.0
4- 953016	72	138	80	112.9	54.13	6.3	7.18	40	42.2	39.4
5- 953012	75	100	80	113.6	52.04	6.5	7.76	21	41.0	39.9
6- 953023	72	110	60	105.3	56.08	6.4	6.36	33	35.8	31.7
7- 953036	80	120	80	106.3	53.48	6.9	6.93	32	51.8	42.8
8- 953040	88	140	80	133.3	59.11	6.1	8.15	34	54.0	52.6
9- 953026	80	140	80	108.2	55.65	6.6	7.52	39	51.0	49.0
10- 953047	64	140	80	114.8	53.92	6.0	7.47	33	42.8	43.1
11- 953056	64	130	80	101.1	54.78	6.6	6.98	30	49.8	43.6
12- 953041	60	110	60	116.7	55.79	7.0	7.13	40	45.9	49.4
13- 953030	68	130	80	107.9	55.36	6.4	8.92	34	45.2	36.7
14- 953002	68	130	80	105.0	56.58	6.5	7.73	32	45.5	42.6
15- 953020	56	120	80	102.7	54.64	6.6	7.66	33	47.8	43.0
16- 953008	60	130	90	100.5	51.83	6.5	6.93	34	39.7	36.8
17- 953019	68	140	80	161.3	55.65	5.8	7.61	34	54.3	51.7
18- 953003	64	120	70	114.8	56.37	6.5	5.50	24	38.9	34.5
19- 953007	68	140	90	113.2	55.36	6.4	8.34	33	35.2	31.4
20- 953001	80	130	90	127.7	53.41	6.1	10.81	24	55.4	55.9

**A:** İstirahat Kalp Atım Sayısı

**B:** Sistolik Kan Basıncı

**C:** Diastolik Kan Basıncı

**D:** Anaerobik Güç

**E:** Aerobik Güç

**F:** 50 Metre Sürat

**G:** Vücut Yağ Yüzdesi

**H:** Esneklik

**I:** Sağ El Pençe Kuvveti

**J:** Sol El Pençe Kuvveti