

**Program Adı;**

Beden Eğitimi ve Spor; Yüksek Lisans - 2015

**Tezin Adı;**

GENÇ FUTBOLCULARIN MEVKİLERE GÖRE SPRINT VE ÇEVİKLİK PERFORMANSLARININ KARŞILAŞTIRILMASI

**Tezi Hazırlayan;**

HÜSEYİN EĞİTMEN

**Danışman;**

Doç. Dr. Cevdet TINAZCI

**ÖZET**

Bu araştırmanın amacı, genç futbolcularda sprint ve çeviklik performanslarının mevkilere göre bir farklılık gösterip göstermediğinin incelenmesidir.

Bu amaçla çalışmaya yaşları  $18.25 \pm 1.05$  yıl, boy uzunlukları  $171 \pm 8.7$  cm ve vücut ağırlıkları  $66.9 \pm 7$  kg olan en az 1 yıldır aktif olarak futbol oynayan 36 sporcu çalışmaya gönüllü olarak katılmışlardır. Çalışma 1 Mart- 1 Nisan 2015 tarihleri arasında çim zeminli bir alan üzerinde gerçekleştirilmiştir. Çalışma sırasında her üç takımda yer alan oyuncular skuat sıçrama ve aktif sıçrama, 10m, 30m sprint, 30m HÜFA (Hacettepe Üniversitesi Yön Değiştirmeli Koşu Testi) toplu ve topsuz olarak gerçekleştirmişlerdir. Tüm sporcular her testi 3 kez gerçekleştirmiş ve ölçüm değerlerinin ortalaması hesaplamaya alınmıştır. Toplu testler sırasında topun kontrol edilebilir mesafe içerisinde sürülmesi ( yaklaşık 1-1.5m) için sporcular yönlendirilmiştir.

Bulgular SPSS 12.0 istatistik paket programında normal dağılımları kontrol edildikten sonra t-testi ile istatistiksel hesaplamalar gerçekleştirilmiştir. Sonuçlar incelendiği zaman, futbol oyuncularının mevkilere göre toplu-topsuz 10m-30 ve

HUFA sprint değerleri arasında istatistiksel olarak bir farklılığın olduğu görülmektedir ( $p<0.05$ ).

Sonuç olarak, yapılan analizlerinde veriler, amatör takımlarda özellikle temel fiziksel zellikleri Őekillendiren antrenmanların futbolun temel ihtiyaçlarına özel olarak hazırlandığını futbolcuya ve mevkilere özgü farklılıkları içerdiğini göstermektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Sprint performansı, çeviklik performansı