



### **S-36: Aynı Kronolojik Yaştaki Erkek Futbolcuların Antropometrik ve Performans Değişimleri**

Mustafa Şahin<sup>1</sup>, Raziye Dut<sup>2</sup>, Bernard Tahirbegolli<sup>3</sup>, Sergen Devran<sup>3</sup>, Ceylan Köksal<sup>3</sup>, Bülent Bayraktar<sup>3</sup>

<sup>1</sup>*İstanbul Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı, Hareket ve Antreman Bilimleri, İstanbul*

<sup>2</sup>*S.B.Ü Süleymaniye Kadın Doğum ve Çocuk Hastalıkları Eğitim Araştırma Hastanesi, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları, İstanbul*

<sup>3</sup>*İstanbul Üniversitesi, İstanbul Tıp Fakültesi, Spor Hekimliği Anabilim Dalı, İstanbul*

#### **ABSTRACT**

**GİRİŞ:** Adolesan dönemde özellikle büyüme ve maturasyonda belirgin farklılıklar meydana gelmektedir. Aynı kronolojik yaş grubundaki erkeklerde biyolojik maturasyon çeşitliliği sporcularda kas gücünü, dayanıklılığı, hızı, performansı etkilemektedir. Bu etkinin gösterilebilmesi, ölçülebilmesi için minimum-maksimum ne kadar zamana ihtiyaç olduğu net değildir.

**AMAÇ:** Aynı kronolojik yaş grubunda orta ergenlik döneminde olan erkek futbolcularda belirli bir zaman süresinde biyolojik maturasyonlarındaki değişiklikleri ve performans sonuçlarına etkisini göstermektir.

**Gereç ve YÖNTEMLER:** 2003 doğumlu milli takım seçmelerine davet edilen 169 erkek futbol oyuncusunun 2016 10.ay ve 2017 1.ay antropometrik ölçümlerinin değişimlerini, fizik performans test çeviklik, dayanıklılık, sürat, dikey sıçrama sonuçları ile karşılaştırdık. Gruplar arası farklılıkların saptanmasında paired-samples t-test kullanıldı. P<0,05 istatistiksel anlamlı kabul edildi.

**BULGULAR:** Futbolcuların ön ve son test karşılaştırmaları incelendiğinde boy uzunluğunda p<0,01 düzeyinde, vücut ağırlığında ise p<0,05 artış saptandı. Çeviklik (p<0,001), sürat 10m (p=0,002), 20m, 30m (p=0,009) ve dayanıklılık (p=0,001) son testler lehine değişim bulunmuştur. Dikey sıçramada ölçümler arasında değişim yoktu (p>0,05). Akademi lig futbolcularında çeviklik (p<0,01), sürat 10m süre azalışı ve dayanıklılıkta artış (p<0,05) düzeyindeydi. Amatör lig sporcularında ise çeviklik ve dayanıklılıkta artış, sürat 10m, 20m, 30m.de süre azalışı (p<0,01) saptandı. Kalecilerde çeviklik ve dayanıklılık artışı (p<0,01), defans oyuncularında boy, kilo, çeviklik ve dayanıklılık artışı (p<0,01) düzeyinde, orta saha oyuncularında boy, çeviklik artışı (p<0,01), sürat 10 ve 30m süre azalışı (p<0,05), forvet oyuncularında ise sadece çeviklik parametresinde artış (p<0,01) gözlemlendi.

**SONUÇ:** U-14 yaş kategorisinde mücadele eden futbolcuların dört aylık dönem içerisinde atletik

performans göstergelerinin olumlu yönde geliştiği saptandı. Adolesan dönemde aynı kronolojik yaş grubundaki futbolcularda erken maturasyon kas gücü, dayanıklılık, performans ve yeteneğin geliştirilmesinde avantajdır. Fiziksel değişimin performansa kısa sürede ve doğru yansıması antrenörlerin dikkati ve güvenilir ölçüm teknikleri ile sağlanabilir. Bu yaş gruplarında bu tür takip ve çalışmaların yaygınlaştırılması ve veri havuzu oluşturulması faydalı olacaktır.

**Available at:** <http://journalofsportsmedicine.org> and <http://dx.doi.org/10.5152/tjism.2017.040>