



TEZİN BAŞLIĞINI YAZINIZ

Makbule ATALI

0000-0003-2079-8833

**BURSA ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ ANABİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS**



ANAHTAR KELİMELER (en az 5 kelime yazınız)

- ✓ Spor
- ✓ Elit Spor
- ✓ Buz Hokeyi
- ✓ Mental Dayanıklılık
- ✓ Bilişsel Esneklik

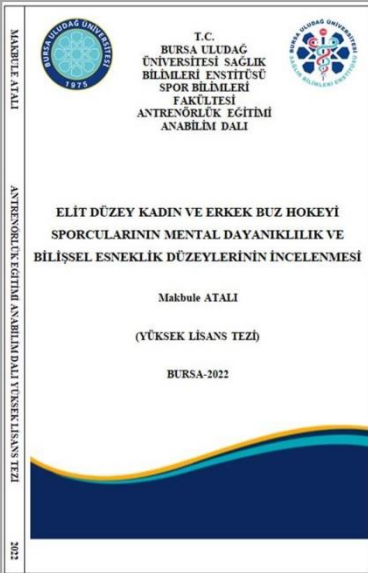
İLETİŞİM

E-POSTA:
Makbule.atali@kocaeli.edu.tr

TEZ DANIŞMANI

TELEFON:
02242940755

E-POSTA:
sksahin@uludag.edu.tr



DANIŞMAN

PROF.DR. ŞENAY ŞAHİN
0000-0002-9221-0616
BURSA ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ ANABİLİM DALI
BURSA – TÜRKİYE



TEZ ÖZETİ

Bu çalışmada elit düzey kadın ve erkek buz hokeyi sporcularının mental dayanıklılık ve bilişsel esneklik düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışmaya Türkiye Buz Hokeyi Federasyonu Erkekler Süper Ligi, Erkekler 1. Lig ve Bayanlar Lig’inde lisanslı 82 kadın ve 82 erkek toplam 164 sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Sporculara bilgi formu, mental dayanıklılık ve bilişsel esneklik ölçekleri uygulanmıştır. Elde edilen verilerin analizi için SPSS “25,0” programı kullanılmıştır. Değişkenlerin normal dağılıma uygunluğu Kolmogorov Smirnow testi, iki grup arasında yapılan karşılaştırmalarda Mann-Whitney U ve üç grup arasında yapılan karşılaştırmalarda Kruskal-Wallis testi kullanılmıştır Anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında gerçekleştiği Bonferroni testi ile belirlenmiştir. Sporda Mental dayanıklılık ve bilişsel esneklik düzeyleri arasındaki ilişki Spearman korelasyon katsayısı ile incelenmiştir ($p<0,05$).Elit düzey kadın ve erkek buz hokeyi sporcuları arasında Sporda Mental Dayanıklılık Ölçeği ve Bilişsel Esneklik Ölçeği analizlerinde anlamlı farklılıklar bulunmuştur ($p<0,05$). Araştırma bulguları incelendiğinde cinsiyet ve artan yaş ile birlikte zihinsel dayanıklılık ve bilişsel esneklik düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Cinsiyet ve eğitim düzeyi değişkenine göre; erkeklerin zihinsel dayanıklılık güven, bağlılık ve kontrol alt boyut puanları kadınlara göre daha yüksek çıkmıştır. Buz hokeyine başlama yılına göre zihinsel dayanıklılık bağlılık alt boyut puanları kadın sporcuların erkek sporculardan daha yüksek, erkek sporcuların kontrol alt boyut puanları da kadın sporculardan daha yüksek çıkmıştır. Saha pozisyonuna göre erkek sporcular zihinsel dayanıklılık güven ve kontrol alt boyutu puanları kadın sporculardan daha yüksek çıkmıştır. Buz hokeyi sporcularının problemlerle baş çıkma durumlarında ise zihinsel dayanıklılık güven alt boyut puanı kadın sporcuların daha yüksek belirlenmiştir. Bilişsel esneklik puanları erkek sporcularının daha yüksek çıkmıştır. Buz hokeyi sporcularının sporda mental dayanıklılık ve bilişsel esneklik düzeyleri arasında aynı yönde yüksek düzeyde anlamlı ilişki belirlenmiştir. Sonuç olarak yapılan analizler, zihinsel dayanıklılık ve bilişsel esneklik arasında etkileşim olduğunu ve birbirleriyle pozitif yönde ilişki içinde olduklarını göstermektedir. Zihinsel dayanıklılığın artmasına bağlı olarak bilişsel esnekliğin de yükseldiği, yaşa, cinsiyete, eğitim durumuna, spor yapma yılına bağlı olarak da farklılaştığı görülmüştür r. Formun tamamı bir sayfayı geçmemelidir.

TEZ SONUÇLARININ UYGULAMA ALANLARI

Antrenörlük uygulama alanı ve özellikle Buz Hokeyi sporunda.

AKADEMİK FAALİYETLER