

Spor ve Beslenme Konulu Lisansüstü Tezlerin Doküman Analizi

Document Analysis of Sport and Nutrition Master's and Doctoral Theses

Fatih KIYICI¹

Atatürk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi,
Antrenörlük Eğitimi, Erzurum/Türkiye



Cemre Didem
EYİPİNAR²

Gaziantep Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi,
Gaziantep/Türkiye



Abdullah KALIN³

Açı Koleji, Erzurum/Türkiye



*Bu çalışma 21-23 Mayıs 2021 yılında Gazi Üniversitesi ve Herkes İçin Spor Federasyonu tarafından online olarak gerçekleştirilen 4. Uluslararası Herkes İçin Spor Kongresinde sözel sunum olarak sunulmuştur

Geliş Tarihi/Received 30.05.2023
Kabul Tarihi/Accepted 20.02.2024
Yayın Tarihi/Publication Date 05.07.2024

Sorumlu Yazar: Fatih KIYICI

E-mail: fkiyici@atauni.edu.tr

Cite this article: Kiyıcı, F., Eyipınar, CD. & Kalın, A. (2024).

Document Analysis of Sport and Nutrition Master's and Doctoral Theses. Journal of Midwifery and Health Sciences, 7(2):353-364.



Content of this journal is licensed under a Creative Commons Attribution-Noncommercial 4.0 International License.

ÖZ

Amaç: Bu çalışma 1982-2021 yılları arasında Türkiye’de spor ve beslenme konusunda yapılmış yüksek lisans ve doktora tezlerinin çeşitli parametreler bakımından incelenmesi amacıyla yapılmıştır.

Yöntemler: Yüksek Öğretim Kurulu’nun tez arşivinden ulaşılan 13’ü doktora ve 87’si yüksek lisans tezi olmak üzere toplam 100 adet tez, çalışmaya dâhil edilmiştir. Çalışma, doküman analizi tekniğiyle tasarlanmıştır. Elde edilen veriler SPSS 23 paket programı kullanılarak tanımlayıcı istatistiklerle sunulmuştur.

Bulgular: Tezlerin en fazla 2019 yılında yapıldığı, desen açısından nicel desenin, örneklem büyüklüğünde 100 ve altı katılımcının, veri toplama araçlarından anket ve biyolojik materyallerin daha sık kullanıldığı belirlenmiştir. Örneklem türü bakımından en sık sporcularla çalışıldığı, en sık uygulanan müdahalenin beslenme müdahalesi olduğu, en sık uygulanan egzersiz müdahalesininse bisiklet ve koşu egzersizleri olduğu belirlenmiştir.

Sonuç: Tezlerde yapılan müdahalelerin kapsamı genişletilerek, spor bilimleri ile ilişkili diğer alanlarla ortak çalışmalar yapılarak spor ve beslenme disiplini de yapılan çalışmaların niteliği artırılabilir.

Anahtar Kelimeler: Doküman analizi; spor ve beslenme, spor bilimleri; tez; sağlıklı bireyler

ABSTRACT

Objective: This study was carried out to examine master and doctoral theses which were done about sport and nutrition in Türkiye from 1982 to 2021 in terms of various parameters.

Methods: A total of 100 theses, 13 of which are doctorate and 87 master's which were obtained from the theses archive of the Higher Education Council (HEC), were included in the study. This study is designed with the document analysis technique. Contents of data gathering tools and interventions applied in theses are detailed. The obtained data are presented with descriptive statistics using the SPSS 23 package program.

Results: It has been determined that thesis was mostly conducted in 2019, quantitative design was used, 100 or less participants were included. Among the data collection tools, questionnaires and biological materials were used more frequently. Most of the theses work with athletes. Nutritional intervention is the most common intervention in theses and finally, most common exercise intervention was cycling and jogging exercises.

Conclusion: The quality of the studies in the discipline of sports and nutrition can be increased by expanding the context of the interventions made in theses and cooperate with other fields related to sports sciences.

Keywords: Document analysis; sport and nutrition; sport science; thesis; healthy person

Giriş

Spor bilimi, spor performansının anlaşılması ve geliştirilmesi ile ilgilenen egzersiz fizyolojisi, biyomekanik, motor kontrol ve motor gelişimi, spor psikolojisi, spor beslenmesi gibi alt disiplinleri kapsayan multidisipliner bir alandır. Spor bilimi, spor performansını iyileştirme amacı ile spor uygulamasına rehberlik etmek için bilimsel süreci kullanmak olarak düşünülebilir. Spor ve beslenme, uzun yıllar boyunca spor bilimleri alanında yapılan çalışmaların önemli bir parçası olmuştur (Bishop ve ark., 2006; Haff ve ark., 2012). Spor beslenmesi; spor, beslenme, klinik tıp, biyomedikal ve gıda bilimleri gibi çok sayıda alanın kesişim noktasındadır (Kiss ve ark., 2021). Şu anda spor beslenmesi olarak bilinen akademik alan egzersiz fizyolojisi laboratuvarlarında başlamıştır. Spor beslenmesinin kabul gören bir akademik araştırma disiplini olarak ortaya çıkışıysa 1960'ların sonlarına dayanmaktadır (Close ve ark., 2019). Mükemmel atletik performans açısından önemine rağmen geç gelişen bir disiplin olan spor beslenmesi, sporu desteklemenin ve iyileşmeyi hızlandırmanın bir yolu olarak yaygın şekilde kabul görmektedir (Dunford, 2018).

Hipokratın, “ Bireylere ne az ne çok, doğru miktarda beslenme ve egzersiz verebilseydik, sağlığa giden en güvenli yolu bulurduk.” ifadesinden de anlaşılacağı gibi, 2000 yıl sonra dahi egzersiz ve beslenme arasındaki etkileşim temeline dayanan bu yaklaşımın geçerliliğini gözlemlemekteyiz. Günümüzde sporun yaşamımızın bir parçası haline geldiğini göz önüne alırsak dengeli beslenmenin gerekliliği sporcuların yanı sıra her birimizi de ilgilendirmelidir (Pingitore ve ark., 2015; Pantazopoulos ve Maragoudakis, 2018). Spor beslenmesi alanı özellikle son 50 yıl içerisinde önemli ölçüde büyümüş, dünya çapında ilgi uyandıran karmaşık doğası nedeniyle spor beslenmesinin birçok yönüyle ilgili çeşitli sistematik incelemeler veya meta-analizler yapılmıştır (Thomas ve ark., 2016; Kiss ve ark., 2021). Ancak konuya ilişkin yapılmış bir doküman analizi çalışması bulunmamaktadır.

Doküman analizi, incelenen konu ile ilgili belgelerin tanımlanması, doğrulanması ve değerlendirilmesi sürecidir (Moreira, 2009). Doküman analizi, bilgi üretmenin veya yeniden detaylandırmanın, fenomenleri anlamının, gerçekleri yorumlamanın, bilgiyi özetlemenin, eğilimleri belirlemenin ve çıkarımlar yapmanın yeni yollarını bulmayı mümkün kılmaktadır (Sá-Silva ve ark., 2009). Genel bir kural olarak, iyi yapılmış bir doküman analizi yararlı bilgiler ve kanıtlar sunmaktadır (Pershing, 2002).

Spor bilimleri (Yılmaz, 2019; Alemdağ, 2018; Williams ve Kendall, 2007) ve spor bilimlerinin içerisinde yer alan spor psikolojisi (Güven ve Yazıcı, 2020; Dominski ve ark., 2018), spor yönetimi (Biricik, 2020) ve spor ekonomisi (Mondello ve Pedersen, 2003) gibi çeşitli alanlarda doküman

analizinin yapıldığı kısıtlı sayıda bile olsa çalışma mevcutken sporda beslenme konusunda geniş çaplı bir doküman analizi çalışması yapılmamıştır. Dolayısıyla bu araştırmanın amacı, Türkiye’de spor ve beslenme konusunda 1982-2021 yılları arasında yapılmış lisansüstü tezleri değerlendirmek, literatürdeki kısıtlılığa katkı sağlamak ve konuya ilişkin mevcut eğilimleri ortaya koymaktır. Araştırmaya konu olan başlıklar aşağıdaki gibidir:

1. Değerlendirilen yüksek lisans ve doktora tezlerinin yıllara göre dağılımı ne şekildedir?
2. Değerlendirilen tezlerin araştırma desenlerinin dağılımı ne şekildedir?
3. Değerlendirilen tezlerin yapıldıkları anabilim dallarına göre dağılımları ne şekildedir?
4. Değerlendirilen tezlerin örneklem sayıları ve grupları nasıl bir dağılım göstermiştir?
5. Değerlendirilen tezlerde hangi parametreler incelenmiştir?
6. Değerlendirilen tezlerde hangi veri toplama araçları kullanılmıştır ve içerikleri nelerdir?
7. Tarama desenindeki tezlerde kullanılan anket ya da ölçeklerin içerikleri nelerdir?
8. Deneysel desende tezlerde uygulanan müdahaleler ve içerikleri nelerdir?

Yöntemler

Araştırmanın Türü: Bu araştırma, nitel araştırma yöntemlerinden olan doküman analizi yöntemiyle yürütülmüştür. Bu yöntem belgelerdeki bulguları veya eğilimleri belirleme ve analiz etme süreçlerini ifade etmektedir (Witkin ve Altschuld, 1995).

Araştırmanın Yapıldığı Yer ve Zaman: Araştırma Eylül 2021-Eylül 2022 tarihleri arasında online ortamda gerçekleştirilmiştir.

Araştırmanın Evren ve Örnekleme: Araştırmanın evreni YÖK Ulusal Tez Merkezi veri tabanına kayıtlı 1982-2021 yılları arasında spor ve beslenme konusunda yapılmış doktora ve yüksek lisans tezleridir. Evren üzerinden yapılan tarama sonucu 103 teze ulaşılmış ancak 3 yüksek lisans tezinin erişim izni bulunmadığından toplamda 100 adet tez örneklem oluşturmuştur. Bu tezlerden 87’si yüksek lisans, 13’ ü doktora tezidir.

Veri Toplama Araçları: Araştırmada veriler doküman incelemesi yöntemi ile toplanmıştır. Doküman incelemesi, Bowen (2009) tarafından hem basılı hem de elektronik materyalleri incelemek ve değerlendirmek için sistematik bir şekilde yapılan işlem olarak ifade edilmektedir.

Bowen'in doküman incelenmesindeki analitik işlem sürecini, dokümanlarda yer alan verilerin bulunması, seçilmesi, anlamlandırılması ve sentezlenmesi olarak ifade eder.

Verilerin Toplanması: Veriler Yükseköğretim Kurulu Başkanlığı (YÖK) Ulusal Tez Merkezi'nin web sitesinden (<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/giris.jsp>) doktora ve yüksek lisans tezlerine erişim sağlanarak toplanmıştır. YÖK'ün web sitesi üzerinden basit tarama seçeneği seçilmiş, tarama terimi olarak "spor ve beslenme" yazılmış ve aranacak alan kısmında da konu işaretlenmiştir.

Verilerin Değerlendirilmesi: Çalışmamızda doküman incelemesi kullanılarak elde edilen verilerin çözümlenmesi için her bir teze ait içerik analiz tekniği kullanılmıştır. Yıldırım ve Şimşek'e (2011) göre, içerik analiz süresinde yapılan işlem, birbirine benzeyen verileri belirli kavramlar ve temalar etrafında bir araya getirerek, bunları okuyucu kitlenin veya araştırmacıların anlayabileceği bir şekilde düzenlemek ve bu kavramları yorumlamaktır. İçerik analizi yazılı, sözel ve diğer materyallerin nesnel ve sistematik bir şekilde incelenmesine olanak tanıyan bilimsel bir yaklaşımdır (Tavşancıl ve Aslan, 2001). Elde edilen veriler SPSS 23 paket programı kullanılarak tanımlayıcı istatistikler (ortalama \pm standart sapma, sayı, yüzde) uygulanmıştır. Verilerin analizinde sayı yüzde dağılımları belirlenmiş ve tezler özetlenerek sunulmuştur. İncelenen tezler tür, yıl, yapıldıkları anabilim dalı, araştırma deseni, örneklem, değerlendirilen parametreler bakımından incelenmiş, veri toplama araçlarının ve tezlerde uygulanan müdahalelerin içerikleri detaylandırılmıştır.

Araştırmanın Etik Yönü: Araştırma için Atatürk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi Alt Etik Kurulundan 18.05.2021 tarihli E-70400699-050.02.04-2100131120 sayı ve 2021/4 numaralı etik kurul kararı alınmıştır.

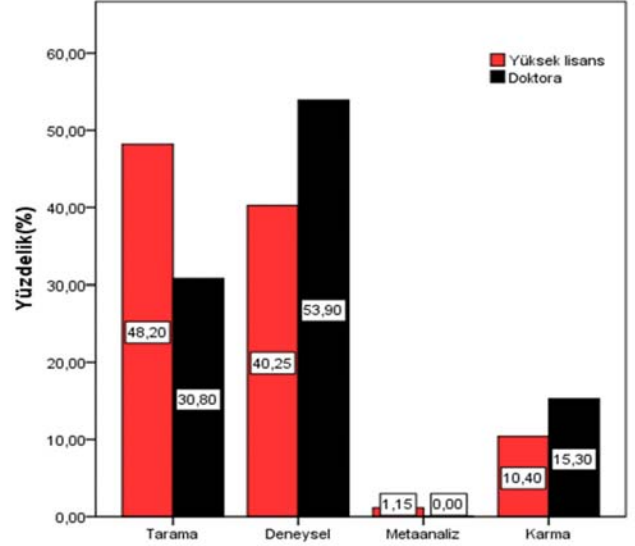
Araştırmanın Sınırlılıkları: Çalışmada ölçek alt boyut likert farklılığı nedeniyle toplam puan eldesinin yapılamaması ölçeğin kullanımında sınırlılık yaratabilir.

Bulgular

İncelenen tezlerden edinilen bulgular, araştırmaya konu olan başlıklar kapsamında tablo ve şekiller halinde aşağıda yer almaktadır.

2020 yılında yüksek lisans tezi sayısı 11 iken aynı yılda doktora tezi bulunmamaktadır. 2019 yılında 18 yüksek lisans tezi, iki doktora tezi; 2017 ve 2018 yılında dokuz yüksek lisans tezi, iki doktora tezi; 2016 yılında dört yüksek lisans tezi; 2015 yılında iki yüksek lisans ve iki doktora tezi bulunmaktadır. Hem yüksek lisans hem de doktora tezlerinin en yoğun olduğu yıl 2019 yılıdır. 1982-2000

yılları arasındaysa yalnızca üç yüksek lisans ve bir doktora tezi bulunmaktadır. 2001- 2014 yılları arasında yürütülen tezlerin ise toplamda 36'sı yüksek lisans ve 6'sı doktora tezidir.



Şekil 1. Tezlerin araştırma desenlerine göre dağılımı

Yüksek lisans tezlerinin %10,4'ü karma, %1,15'i nitel, %88,45'i nicel yöntemle; doktora tezlerinin %15,3'ü karma ve %84,7'si nicel yöntemle yürütülmüştür. Yüksek lisans tezlerinin %40,25'inde deneysel, %48,2'sinde tarama, %1,15'inde meta-analiz deseni; doktora tezlerininse %53,9'unda deneysel, %30,8'inde tarama deseni kullanılmıştır (Şekil 1).

Yüksek lisans tez çalışmalarının %50,6'sı 1-100 arası; %21,8'i 101-200 arası; %9,2'si 201-300; %6,9'u 301-400 arası ve %11,5'i 401 ve üzeri örneklem sayısı ile yürütülmüştür. Doktora tezlerininse %61,5'i 1-100 arası; %23,1'i 101-200 arası; %15,4'ü 201-300 arası örneklem sayısı ile yürütülmüştür. 301-400 ve 401 ve üzeri örneklemle yapılmış doktora tezi bulunmamaktadır.

Tüm tezler için toplamda 18 farklı anabilim dalı yer almaktadır. Bu anabilim dalları içerisinde hem yüksek lisans hem de doktora tezlerinin en yoğun yapıldığı anabilim dalları Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı ve Beslenme ve Diyetetik Anabilim dallarıdır (Tablo 1).

Yüksek lisans tez çalışmalarının örneklemine %44,8'ini sporcular, %16'sını öğrenciler, %11,5'ini sağlıklı aktif bireyler oluşturmaktadır. Doktora tezlerininse %23'ünü öğrenciler, %53,8'ini sporcular ve %7,7'sini sağlıklı aktif bireyler oluşturmaktadır (Şekil 2). Hem yüksek lisans hem de doktora tezlerinde en yoğun çalışılan grup sporculardır. Buradan hareketle Şekil 3'te örneklem sporcular olduğu tezlerde sporcuların branşlarının nasıl bir dağılım gösterdiği yer almaktadır.

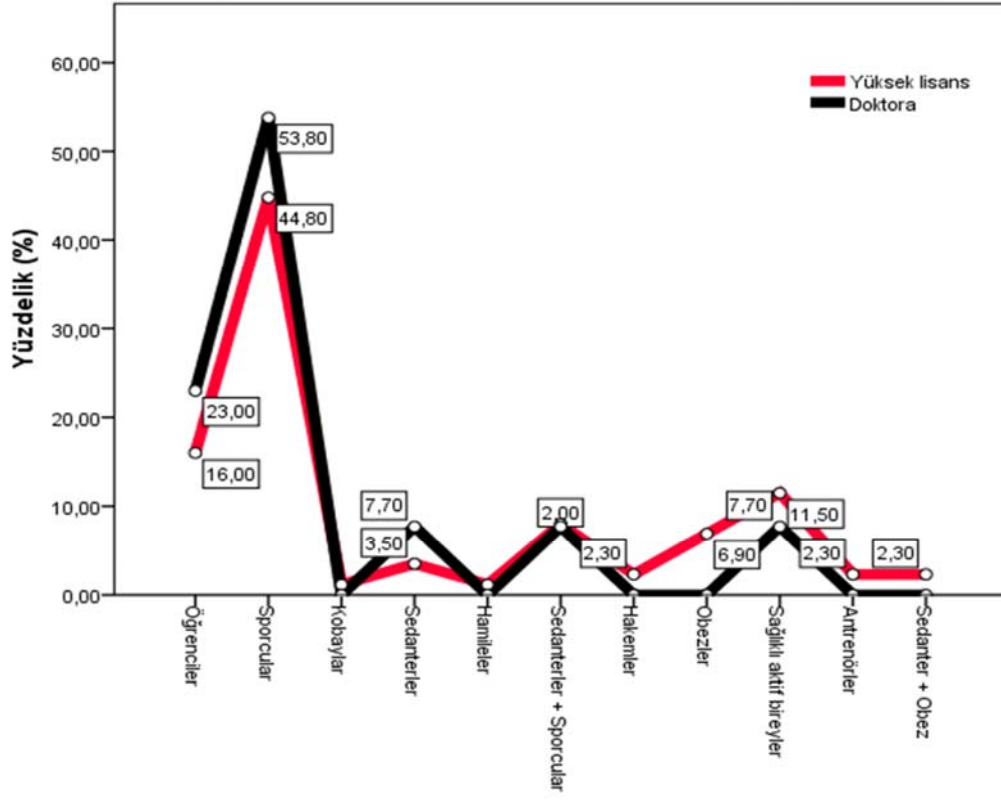
Tablo.1.
Tezlerin Yapıldıkları Anabilim Dallarına Göre Dağılımları

Anabilim Dalları	Yüksek lisans (n)	Yüzdeler (%)	Doktora (n)	Yüzdeler (%)
Beslenme ve Diyetetik Anabilim Dalı	17	19,53	4	30,76
Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı	38	43,6	5	38,46
Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı	8	9,2	--	0
Halk Sağlığı Anabilim Dalı	1	1,15	--	0
İşletme Anabilim Dalı	1	1,15	--	0
Tıbbi Biyokimya Anabilim Dalı	1	1,15	--	0
Fizyoloji Anabilim Dalı	3	3,5	--	0
Hareket ve Antrenman Bilimleri Anabilim Dalı	2	2,3	--	0
Spor Bilimleri ve Teknolojisi Anabilim Dalı	5	5,7	2	15,38
Spor Bilimleri Anabilim Dalı	3	3,5	1	7,7
Spor Sağlık Bilimleri Anabilim Dalı	3	3,5	--	0
Besin Hijyeni ve Teknolojisi Anabilim Dalı	1	1,15	--	0
Aile Ekonomisi ve Beslenme Eğitimi Anabilim Dalı	--	0	1	7,7
Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı	1	1,15	--	0
Psikoloji Anabilim Dalı	1	1,15	--	0
Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı	1	1,15	--	0
Gıda Güvenliği Anabilim Dalı	1	1,15	--	0
Toplam	87	%100	13	%100

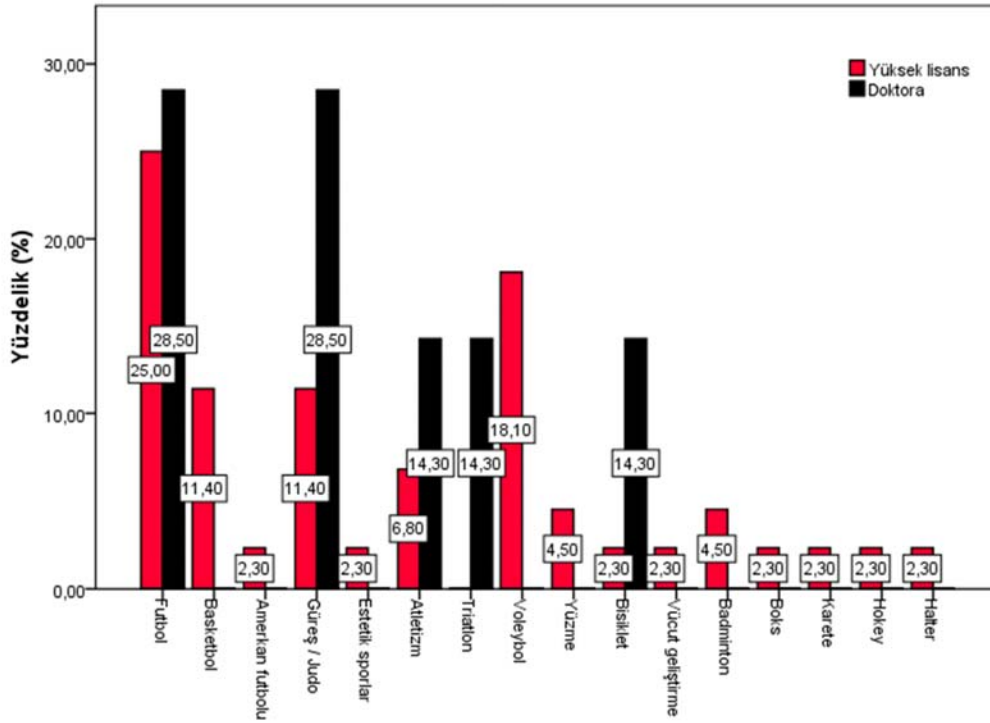
Yüksek lisans tezlerinin %25'i futbol, %11,4'ü basketbol, %2,3'ü Amerikan futbolu, %11,4'ü güreş, %2,3'ü estetik sporlar, %6,8'i atletizm, %18,1'i voleybol, %4,5'i yüzme ve badminton, %2,3'ü bisiklet, vücut geliştirme, boks, karate, hokey ve halter branşlarıyla ilgilenen sporcularla yapılmıştır. Doktora tezlerince %28,5'i futbol ve güreş, %14,3'ü atletizm, triatlon ve bisiklet branşlarıyla ilgilenen sporcularla yapılmıştır. Yüksek lisans tezlerinde en sık çalışılan grup futbolcularken doktora tezlerinde en sık çalışılan grup futbolcular ve güreşçilerdir (Şekil 3). 2 adet yüksek lisans tezi ve 1 adet doktora tezinde sporcuların branşları belirtilmediğinden yukarıdaki dağılımda yer almamaktadır.

Yüksek lisans tezlerinde sırasıyla en çok değerlendirilen parametrelerin vücut kompozisyonu (%78,2), genel beslenme durumu (%65,5), genel / sporcu beslenmesi bilgi düzeyi ve psikolojik göstergeler (%26,4), fiziksel aktivite düzeyi (20,7), kardiyovasküler yanıt (%16) metabolik yanıt, maksimal aerobik güç çıktıları ve kan bulguları (%13,8) olduğu görülmektedir. Doktora tezlerindeyse sırasıyla vücut kompozisyonu (%92,3), genel beslenme durumu (%76,9), kardiyovasküler yanıt ve maksimal aerobik güç çıktıları (%38,5), fiziksel aktivite düzeyi, maksimal anaerobik güç çıktıları, kan biyokimyası (%30,8) ve genel / sporda beslenme bilgisi düzeyi (%23) dir (Tablo 2). Aşağıdaki tabloda yukarıdaki parametrelerin elde edilmesinde kullanılan veri toplama araçları yer almaktadır.

Yüksek lisans tezlerinin %73,5'inde anket, %48,2'sinde antropometrik ölçümler, %29,9'unda biyolojik materyaller, %27,5'inde ölçek, %26,4'ünde performans ve fiziksel uygunluk testleri, %18,4'ünde giyilebilir teknoloji ürünleri veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Doktora tezlerinin %84,6'sında biyolojik materyaller ve antropometrik ölçümler, %69,2'sinde anket, %53,8'inde ölçekler, %38,4'ünde performans ve fiziksel uygunluk testleri ve %30,7'sinde giyilebilir teknoloji ürünlerinin veri toplamak için kullanıldığı belirlenmiştir (Tablo 3). Fiziksel uygunluk ve performans testi uygulanan tezler, tüm tezlerin %28'ini oluşturmaktadır. Buradan hareketle aşağıdaki şekilde veri toplama araçlarından olan fiziksel uygunluk ve performans testlerinin detayları yer almaktadır.



Şekil 2. Tezlerin örneklem gruplarına göre dağılımı



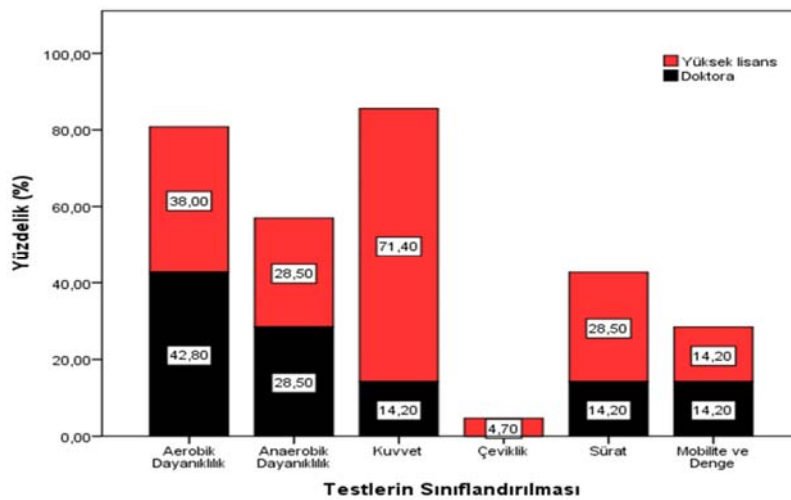
Şekil 3. Sporcu örneklemli tezlerin spor branşlarına göre dağılımları

Tablo.2.

Tezlerde Değerlendirilen Parametreler

Değerlendirilen Parametreler	Yüksek lisans		Doktora	
	(n)	(%)*	(n)	(%)*
Maksimal aerobik güç çıktıları (VO2max)	14	16	5	38,5
Maksimal anaerobik güç çıktıları	10	11,5	4	30,8
Çeviklik	2	2,3	--	0
Esneklik	3	3,4	1	7,7
Kuvvet	6	6,9	--	0
Sürat	2	2,3	1	7,7
Performans gelişimi düzeyi	6	6,9	2	15,3
Hidrasyon düzeyi	9	10,3	2	15,3
Kardiyovasüler yanıtlar	14	16	5	38,5
Metabolik Yanıtlar	12	13,8	3	23
İnflamatuvar yanıt	--	0	2	15,3
Oksidatif stres yanıtı	2	2,3	2	15,3
Kan biyokimyası	12	13,8	4	30,8
İdrar kompozisyonu (hidrasyon dışında)	3	3,4	1	7,7
Gaita kompozisyonu	--	0	2	15,3
Vücut kompozisyonu	68	78,2	12	92,3
Genel / Sporda beslenme bilgisi düzeyi	23	26,4	3	23
Genel beslenme durumu	57	65,5	10	76,9
Fiziksel aktivite düzeyi	18	20,7	4	30,8
Kas hasarı göstergeleri (CK, LDH vb.)	3	3,4	--	0
Beyin dalgaları	2	2,3	--	0
Hormonal yanıt	5	5,7	1	7,7
Genotip	1	1,15	--	0
Psikolojik göstergeler	23	26,4	2	15,3
Genel sağlık durumu	4	4,6	1	7,7
Ergojenik yardımcı kullanım durumu/bilgi düzeyi	6	6,9	2	15,3
Bilişsel İşlev düzeyi	1	1,15	--	0

* İncelenen tüm tezlerde birden çok parametre değerlendirilmiştir.



Şekil 4. Uygulanan fiziksel uygunluk ve performans testlerinin sınıflandırılması

Tablo 3.
Tezlerde kullanılan veri toplama araçları

Veri Toplama Araçları	Yüksek lisans		Doktora	
	(n)	(%)*	(n)	(%)*
Dokümanlar	1	1,15	--	0
Anket	64	73,5	9	69,2
Ölçek	24	27,5	7	53,8
Elektroensefalogram (EEG)	2	2,3	--	0
Antropometrik ölçüm (Tanita, Inbody, DXA, BIA, DEXA)	42	48,2	11	84,6
Performans ve Fiziksel Uygunluk Testleri	23	26,4	5	38,4
Giyilebilir teknoloji ürünleri (Polar saat/Garmin/Kalp atım monitörü vb)	16	18,4	4	30,7
Biyolojik materyaller (Kan/idrar/gaita)	26	29,9	11	84,6

* Hem yüksek lisans hem de doktora tezlerinde her bir tez için birden çok veri toplama aracı kullanılmıştır.

Yüksek lisans tezlerinde en sık Mekik koşusu testi, Bruce protokolü, Wingate anaerobik güç testi (%21,7) ve Otur-eriş testi (%13); doktora tezlerindeyse en sık Wingate anaerobik güç testi (%40) uygulanmıştır. Yüksek lisans tezlerinde uygulanan test çeşidi doktora tezlerinde uygulanan test çeşidinden fazladır. Ek olarak hem yüksek lisans hem de doktora tezlerinde en az 1 en çok 4 farklı fiziksel uygunluk ve performans testi kullanılmıştır.

Tezlerde uygulanan fiziksel uygunluk ve performans testleri sınıflandırıldığında yüksek lisans tezlerinde kullanılan testlerin sıklıkla (%71,4) kuvveti ölçmeye yönelik olduğu görülmektedir. Yüksek lisans tezlerinin %38'i aerobik dayanıklılık, %28,5'i anaerobik dayanıklılık ve sürat, %14,2'si mobilite ve denge, %4,7'si çeviklik ile ilişkilidir. Doktora tezlerinde kullanılan testlerin sıklıkla (%42,8) aerobik dayanıklılığı ölçmeye yönelik olduğu görülmektedir. Aerobik dayanıklılığı sırasıyla %28,5 ile anaerobik dayanıklılık, %14,2 ile kuvvet, sürat ve mobilite ve denge takip etmektedir. Doktora tezlerinde çevikliği ölçmeye yönelik bir test uygulanmamıştır (Şekil 4).

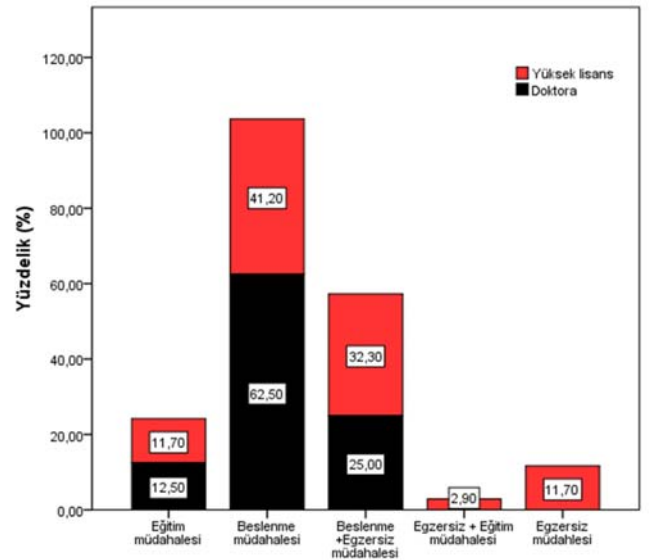
Yüksek lisans ve doktora tezlerinde kullanılan anket ya da ölçeklerin içerikleri sınıflandırılmıştır. Buna göre yüksek lisans tezlerinin %65,5'inde beslenme durumunun saptanmasına yönelik, %26,4'ünde beslenme bilgi düzeyinin saptanmasına yönelik, %21,8'inde psikolojik kökenli, %20,6'sında fiziksel aktivite durumunun saptanmasına yönelik, %4,6'sında genel sağlık durumunun belirlenmesine yönelik ve %1,15'inde de bilişsel işlevin saptanmasına yönelik anket ya da ölçekler kullanılmıştır. Doktora tezlerinin %76,9'unda beslenme durumunun

saptanmasına yönelik, %30,7'sinde fiziksel aktivite durumunun saptanmasına yönelik, %23'ünde beslenme bilgi düzeyinin saptanmasına yönelik ve %7,7'sinde genel sağlık durumunun belirlenmesine yönelik anket ya da ölçekler kullanılmıştır (Tablo 4).

Tablo 4.
Tarama desenindeki tezlerde kullanılan anket ve ölçeklerin kapsamı

	Yüksek lisans		Doktora	
	n	%	n	%
Anket ya da ölçeğin kapsamı				
Psikolojik kökenli anket/ölçekler	19	21,8	2	15,4
Beslenme durumunun saptanmasına yönelik anket/ölçekler	57	65,5	10	76,9
Fiziksel aktivite durumunun saptanmasına yönelik anket/ölçekler	18	20,6	4	30,7
Beslenme bilgi düzeyinin saptanmasına yönelik anket/ölçekler	23	26,4	3	23
Bilişsel işlevin saptanmasına yönelik anket/ölçekler	1	1,15	--	0
Genel sağlık durumunun belirlenmesine yönelik anket/ölçekler	4	4,6	1	7,7

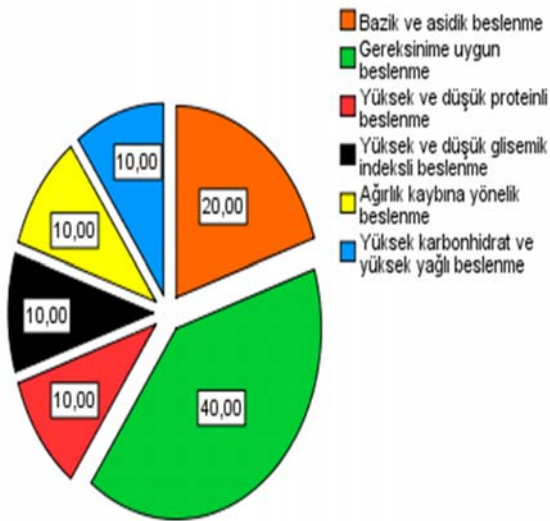
*Her bir tezde birden fazla anket/ölçek kullanılmıştır.



Şekil 5. Deneysel desende kullanılan müdahaleler

Tüm tezlerin %42'sinde katılımcılara müdahale uygulanmıştır. Doktora tezlerinin yarısından fazlasında (%61,5), yüksek lisans tezlerinin %42,5'unda müdahale yapılmıştır. Bu müdahaleler; beslenme + egzersiz, eğitim, beslenme, egzersiz ve egzersiz + eğitim olarak gruplanmıştır. Doktora tezleri (%62,5) ve yüksek lisans tezlerinde (%41,2) en yoğun beslenme müdahalesi uygulanmıştır. Doktora tezlerinde (%12,5) en az eğitim müdahalesinde bulunulurken yüksek lisans tezlerinde (%2,9) en az egzersiz + eğitim şeklinde müdahalede bulunulmuştur (Şekil 5).

Yüksek lisans tezlerinde en sık uygulanan egzersiz müdahalesi (%18,81) kuvvet, koşu ve bisiklet egzersizleriyken doktora tezlerinde en sık uygulanan egzersiz müdahalesinin (%50) bisiklet ve bisikletle birlikte kombinlenen koşuların olduğu görülmektedir. Yüksek lisans tezlerinde en az uygulanan egzersiz müdahaleleri ise kuvvet + dayanıklılık egzersizleri, serbest yürüyüş egzersizleri, kuvvet + dayanıklılık + esneklik egzersizleri, pilates egzersizleri, HIIT + aerobik egzersizlerdir.



Şekil 6. Deneysel desendeki tezlerde uygulanan beslenme müdahaleleri

Doktora tezlerindeki beslenme müdahalelerinin tamamı (%100) supleman içerikliken yüksek lisans tezlerinin %60'ı supleman, %40'ı besinseldir. Yalnızca yüksek lisans tezlerinde uygulanmış olan beslenme müdahaleleri yukarıdaki gibidir. Yüksek lisans tezlerinde en sık uygulanan (%40) beslenme müdahalesi gereksinime uygun olan beslenme müdahalesidir. Gereksinime uygun beslenme müdahalesini ise bazik ve asidik beslenme müdahalesi (%20) takip etmektedir. Bunların dışında yüksek lisans tezlerinde yüksek ve düşük proteinli beslenme, yüksek ve düşük glikemik indeksli beslenme,

yüksek karbonhidrat ve yüksek yağlı beslenme ve ağırlık kaybına yönelik beslenme müdahaleleri de uygulanmıştır (Şekil 6).

Yüksek lisans tezlerinde en sık uygulanan suplemanlar (%11,7) nitrat, L-arjinin, kafein ve kreatindir. Doktora tezlerinde en sık uygulanan suplemanlarsa (%14,3) sitrülün, sporcu içecekleri, taurin, frenk üzümü, probiyotik, nitrat ve L-arjinindir. Doktora ve yüksek lisans tezlerinde çalışılan suplemanlar değişkenlik göstermekle birlikte hem yüksek lisans tezlerinde hem de doktora tezlerinde uygulanan suplemanlar L-arjinin, probiyotik ve nitratdır. Üzerinde çalışılan suplemanların tamamı oral yoldan uygulatılmış olup, toz, kapsül, sıvı formda bir içeceklerle karıştırılarak ya da su ile birlikte tüketirilmştir.

Tartışma

1982-2021 yılları arasında Türkiye'de spor ve beslenme konusunda yapılmış yüksek lisans ve doktora tezleri incelendiğinde özellikle hem yüksek lisans hem de doktora tezlerinin 2019 yılında yoğunlaştığı görülmektedir. 1982-2000 yılları aralığı yüksek lisans ve doktora tezlerinin en az olduğu yıl aralığıdır. Toplamda 87 yüksek lisans ve 13 doktora tezi bulunmaktadır. 39 yıllık süreçte özellikle doktora tezlerinin sayısının az olduğu ve tezlerin yıllara göre dengesiz bir dağılım gösterdiği söylenebilir. Bu dengesiz dağılımın spor ve beslenme alanının yeni keşfedilen ve dikkat çeken bir alan olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Hem yüksek lisans hem de doktora tezlerinde nicel yöntemin baskın olduğu görülmektedir. Karma yöntemli tezlerin oranının düşük olduğu ve yüksek lisans tezlerinde, doktora tezlerine göre karma yöntemin daha az kullanıldığı görülmüştür. Yüksek lisans tezlerinin büyük kısmında tarama deseni, doktora tezlerindeyse deneysel desen hakimdir. Benzer şekilde Petrovic ve ark. (2017) spor bilimleri araştırmalarını incelediği çalışmada en sık kullanılan desenin deneysel desen olduğu, en az kullanılan araştırma yönteminin karma yöntem olduğu belirlenmiştir (Petrovic ve ark., 2017). Hartoto ve ark. (2020) Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerine ait tezleri incelediği çalışmada Spor Eğitimi bölümünde yapılan tezlerin %50'sinin deneysel desende olduğu belirtilmiştir (Hartoto ve ark., 2020).

Tezler 18 farklı anabilim dalında yürütülmüştür. Hem yüksek lisans hem de doktora tezleri en yoğun Beden Eğitimi ve Spor Anabilim dalında yapılmıştır. Bunu Beslenme ve Diyetetik Anabilim dalı takip etmiştir. Yüksek lisans ve doktora tezlerinin çok çeşitli anabilim dallarında yapılması, spor beslenmesinin hızla gelişen ve evrilen, multidisipliner bir alan olduğunu ortaya koyar niteliktedir (Kiss ve ark., 2021).

Örneklem büyüklüğüne göre tezlerin büyük bir bölümü 1-100 arasında katılımcı ile gerçekleştirilmiştir. Genel olarak tezlerin az sayıda katılımcı ile yapıldığı söylenebilir. Örneklem türüne göre bakıldığında hem yüksek lisans hem de doktora tezlerinin sıklıkla sporcularla ve öğrencilerle yürütüldüğü belirlenmiştir. Murathan ve ark. (2020) fiziksel aktivite konulu tezleri incelediği araştırmada da en sık çalışılan grubun öğrenciler ve sporcular olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Murathan ve ark., 2020). Örneklem türünün sporcular olduğu tezler incelendiğinde hem yüksek lisans hem de doktora tezlerinin sıklıkla futbolcularla gerçekleştirildiği görülmüştür. Mwisukha ve ark. (2004) spor bilimleri alanında yapılan lisansüstü tezleri incelediği çalışmada tezlerde en yoğun çalışılan sporun futbol olduğu belirtilmiştir (Mwisukha ve ark., 2004). Dayanıklılık, fiziksel uygunluğun temel bileşenlerinden birisi olduğundan (Özdemir, 2010) Spor bilimleri alanında yapılan çalışmalarda dayanıklılık unsuru ön plana çıkmıştır (Köklü ve ark., 2009). Futbol oyunu esnasında gerekli enerjiyi karşılamak için hem aerobik (oyunun 90 dakika boyunca sürdürülebilmesi) hem de anaerobik (kısa süreli yüksek şiddetli hareketler) enerji sistemleri devrededir (Helgerud ve ark., 2001). Ek olarak futbol dünyadaki en popüler spor olduğundan ve onun çeşitlerinin (futsal, plaj futbolu) uygulayıcı sayısı açısından katlanarak arttığı göz önüne alındığında deneysel çalışmalarda gönüllülerin sıklıkla futbolcu olması şaşırtıcı değildir. Değerlendirilen parametreler açısından bakıldığında yüksek lisans tezlerinde genel beslenme durumu, doktora tezlerinde vücut kompozisyonunun daha yoğun değerlendirildiği görülmüştür. Veri toplama araçlarından, yüksek lisans tezlerinin daha çok anket, doktora tezlerinin daha çok antropometrik ölçümlerin uygulandığı belirlenmiştir. Bu parametrelere bakıldığında spor ve beslenme alanında değerlendirilmeye en yatkın ve alana en uygun parametreler olduğundan dolayı tercih edildiği düşünülmektedir. Veri toplama araçlarından olan fiziksel uygunluk ve performans testlerinin yapıldığı tezler, tüm tezlerin %28'ini oluşturmaktadır. Buna paralel olarak Williams ve Kendall'ın (2007) spor bilimleri araştırmalarını incelediği çalışmada veri toplama teknikleri değerlendirildiğinde çalışmaların %30,1'inde veri toplama aracı olarak fiziksel uygunluk ve performans testlerinin kullanıldığı vurgulanmıştır (Williams ve Kendall, 2007). Fiziksel uygunluk ve performans testlerinin uygulandığı tezler değerlendirildiğindeyse yüksek lisans tezlerinde en sık kullanılan testlerin sıklıkla (%71,4) kuvveti ölçmeye yönelik olduğu görülmektedir. Doktora tezlerinde kullanılan testlerin sıklıkla (%42,8) aerobik dayanıklılığı ölçmeye yönelik olduğu görülmektedir. Mevcut literatüre bakıldığında, bir bireyin hem genel hem de spora özgü

becerilerde geniş bir yelpazedeki performansını geliştirirken aynı zamanda yaralanma riskini de azaltmak söz konusu olduğunda, daha fazla kas gücünün yerini hiçbir şeyin alamayacağı ve kuvvet antrenmanlarının kas kuvvetini, sprint atma ve yön değiştirme gibi genel spor becerilerini gerçekleştirme yeteneğini artırabileceği fikrini desteklemesinden dolayı (Suchomel ve ark., 2016) en sık kullanılan testlerin kuvvet testleri olabileceği düşünülmektedir. Benzer şekilde aerobik dayanıklılık parametresi de biyomotor yetiler noktasında ve yapılan sporun devam ettirebilmesinde önemli olduğu için spor bilimleri alanında yapılan çalışmalarda dayanıklılık parametrelerinin tercih edilme ihtimalini artırmaktadır. Yüksek lisans ve doktora tezlerinde en sık kas kuvveti ve aerobik dayanıklılığın çalışıldığı söylenebilir. Benzer şekilde Završnik ve diğerlerinin (2015) spor eğitimi ve kaslarla ilişkili araştırmaları analiz ettiği çalışmada fiziksel uygunluk, kas kuvveti, aerobik güç (VO₂max) konularının en sık çalışılan araştırma konularından olduğu ortaya konmuştur (Završnik ve ark., 2015).

Yine veri toplama araçlarından olan anketlerin kullanıldığı tezler incelendiğinde yüksek lisans ve doktora tezlerinde en çok beslenme durumunun saptanmasına yönelik anketlerin kullanıldığı belirlenmiştir. Deneysel desendeki tezlerde uygulanan müdahalelerin ve içeriklerinin detaylandırılması ise şu şekildedir; doktora ve yüksek lisans tezlerinde en sık beslenme müdahalesi uygulanmıştır. Bu beslenme müdahaleleri yüksek lisans tezlerinde besinler ve supleman yoluyla iken doktora tezlerinin tamamında supleman yoluyla. Yalnızca yüksek lisans tezlerinde uygulanmış olan beslenme müdahalesi, gereksinime uygun beslenme müdahalesidir. Hem doktora hem de yüksek lisans tezlerinde en çok çalışılan suplemanlara L-arjinin, probiyotik ve nitrattır. Kiss ve ark. (2021) sporda beslenme konusunda yapılan çalışmaları incelediği büyük ölçekli bibliyometrik haritalama çalışmasında beslenme bilgisi ve supleman kullanımı konulu çalışmaların en yoğun çalışılan konulardan olduğu belirlenmiştir. Yine aynı çalışmada probiyotik ve nitratin da sıklıkla çalışılan suplemanlardan olduğu vurgulanmıştır (Kiss ve ark., 2021).

Deneysel tezlerde uygulanan bir diğer müdahale türü de egzersiz müdahalesidir. Yüksek lisans tezlerinde en sık uygulanan egzersiz müdahalesi kuvvet, koşu ve bisiklet egzersizleriyken doktora tezlerinde en sık uygulanan egzersiz müdahalesi bisiklet ve bisikletle birlikte koşuların kombinlendiği egzersizlerdir. Kısaca hem yüksek hem de doktora tezlerinde en sık uygulanan egzersiz müdahalesinin bisiklet ve koşu egzersizleri olduğu söylenebilir. Ek olarak spor ve beslenme alanının

multidisipliner doğası da doktora tezlerinin azlığının bir diğer nedeni olabilir. Araştırmaların dar kapsam aralığı, bağlantılı disiplinlerle kaynaşma eksikliği gibi sorunlar ortadan kaldırıldığında sporun akademik gelişiminin de yolu açılacaktır (Zhang, 2017).

Sonuç ve Öneriler

Sonuç olarak, sportif performansın gelişimini destekleyen beslenme konusunu daha iyi kavrayabilmek için geniş ölçekli, dinamik ve multidisipliner doğası olan bu alanda çalışmalar yapmak önemlidir. Teorik ve uygulama içerikli araştırmalar; sporcularla birlikte çalışan spor beslenmesi uygulayıcılarına, araştırmacılara, sporculara ve alan yazına katkı sağlayabilir.

Bu araştırmanın bulgularının, ileride konu ile ilgili yapılacak yüksek lisans ve doktora tezlerine, çalışmalara ve alan yazına faydalı bilgiler sunacağı düşünülmektedir. 1982-2021 yılları arasında Türkiye’de spor ve beslenme konulu lisansüstü tezlerinin kapsamlı bir değerlendirilmesinin amaçlandığı bu çalışmada sonuçlara ilişkin öneriler şu şekildedir:

- Tezlerde en yoğun 1-100 kişilik örneklem grubuyla çalışıldığı belirlenmiştir. Örneklem sayısı artırılabilir. Daha geniş örneklem grubuyla çalışılabilir.
- Yüksek lisans tezlerinde en yoğun kullanılan desen tarama desenidir. Karma yöntem ve deneysel desende yapılan çalışmaların sayısı artırılabilir. Böylelikle çalışmaların niteliğinin artması beklenmektedir. Karma yöntem araştırması bilimsel metodolojide yeni bir düşünce dalgasıdır. Bu dalga, spor bilimlerinde kapsamlı bir araştırma sağlayabilecek niteliksel ve niceliksel araştırmanın entegrasyonunu temsil etmektedir.
- Spor bilimleri multidisipliner bir alan olduğundan yüksek lisans ve doktora tezlerinde incelenen parametreler çeşitlendirilebilir.
- Yüksek lisans ve doktora tezlerinde performansla ilgili olarak sıklıkla kuvvet ve aerobik dayanıklılık çalışılmıştır. Diğer biyomotorik yetilere ilişkin deneysel çalışmalar yürütülebilir.
- Hem yüksek lisans hem de doktora tezlerinde egzersiz ve beslenme müdahalelerinin kapsamı ve içeriği genişletilebilir, daha kompleks ve uzun soluklu çalışmalar tasarlanabilir.

Etik Kurul Onayı: Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Alt Etik Kurulundan 18.05.2021 tarihli E-70400699-050.02.04-2100131120 sayı ve 2021/4 numaralı etik kurul kararı alınmıştır.

Hakem Değerlendirmesi: Dış bağımsız.

Yazar Katkıları: Fikir- Tasarım: EÖ, VK; Denetleme: EE; Kaynaklar: EÖ, VK; Veri Toplanması, İşlemesi, Analiz ve Yorum: EÖ, VK, EE; Literatür taraması: EÖ, VK; Yazıyı yazan: VK, EE; Eleştirel inceleme: EE.

Çıkar Çatışması: Yazarlar arasında çıkar çatışması yoktur.

Finansal Destek: Bu çalışma için finansal destek alınmamıştır.

Ethics Committee Approval: Ethics committee approval was received for this study from the ethics committee of Necmettin Erbakan University (2021/12-70).

Author Contributions: Idea, EÖ, VK; Design, EÖ, VK; Literature review, EÖ, VK; Data collection and/or processing, EÖ, VK, EE; Statistical analysis and/or comment, EÖ, VK, EE; Article writing, VK, EE; Critical review/critical reading, EE.

Peer-review: Externally peer-reviewed.

Conflict of Interest: There is no conflict of interest between the authors.

Financial Support: There is no financial support for the research.

Kaynaklar

- Alemdağ, S. (2018). Spor bilimleri alanıyla ilgili bilimsel dergilerde yayınlanan makalelerin incelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 20(3), 24-31. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/ataunibesyo/issue/39710/424416>
- Biricik, Y.S. (2020). Türkiye’de spor yönetimi disiplininde yapılmış olan tezlerin içerik analizi. *Ekev Akademi Dergisi*, 24(81): 523-538. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/2594465>
- Bishop, D., Burnett, A., Farrow, D., Gabbett, T., & Newton, R. (2006). Sports-science roundtable: does sports-science research influence practice?. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 1(2):161-168. <https://doi.org/10.1123/ijsp.1.2.161>
- Bowen, G.A. (2009). Document analysis as a qualitative research method. *Qualitative Research Journal*, 9(2), 27-40. <https://www.emerald.com/insight/content/doi/10.3316/QRJ0902027/full/html>
- Close, G.L, Kasper, A.M., & Morton, J.P. (2019). From paper to podium: quantifying the translational potential of performance nutrition research. *Sports Medicine*, 49(1):25-37. <https://doi.org/10.1007/s40279-018-1005-2>
- Dominski, F.H, Vilarino, G.T., Coimbra, D.R., Silva, R.B., Casagrande, P.O., & Andrade, A. (2018). Analysis of scientific production related to sports psychology in sports science journals of portuguese language. *Journal of Physical Education*, 29 (e2930):1-14. <https://doi.org/10.4025/jphyseduc.v29i1.2930>
- Dunford, M. (2010). *Fundamentals of Sport and Exercise Nutrition*. (1st edition) Human Kinetics, Australia.
- Güven, Ş., & Yazıcı, A. (2020). Türkiye’de Zihinsel dayanıklılık konusunda yapılmış araştırmaların analizi ve incelenmesi. *Ulusal Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1), 82-93. <https://doi.org/10.30769/usbd.749719>
- Haff, G.G., Bishop, D.J., & Hoffman, J.R. (2010). Sport science. *Strength and Conditioning Journal*,32(2):33-45. <http://dx.doi.org/10.1519/SSC.0b013e3181d59c74>
- Hartoto, S., Firmansyah, A., Purnomo, M., Sholikhah, A.M.,

- Kusuma, D.A., Prakoso, B.B.(2020). Research Trend among students in faculty of sport science. *International Joint Conference on Arts and Humanities*,1357-1362. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.201201.229>
- Helgerud, J., Engen, L. C., Wisloff, U., & Hoff, J. (2001). Aerobic endurance training improves soccer performance. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 33(11), 1925–1931. <https://doi.org/10.1097/00005768-200111000-00019>
- Kiss, A., Temesi, Á., Tompa, O., Lakner, Z., & Soós, S. (2021). Structure and trends of international sport nutrition research between 2000 and 2018: bibliometric mapping of sport nutrition science. *Journal of the International Society of Sports Nutrition*, 18(1), 12. <https://doi.org/10.1186/s12970-021-00409-5>
- Köklü, Y., Özkan, A., & Ersöz, G. (2009). Futbolda dayanıklılık performansının değerlendirilmesi ve geliştirilmesi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(3), 142-150. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/cbubesbd/issue/32228/357784>
- Mondello, M.J., & Pedersen, P.M. (2003). A content analysis of the journal of sports economics. *Journal of Sports Economics*, 4(1): 64-73. <http://dx.doi.org/10.1177/1527002502239659>
- Moreira, S.V. (2006). *Métodos e técnicas de pesquisa em comunicação*. (2nd edition) São Paulo Press.
- Murathan, G., Bozylan, E., & Murathan, F. (2020). “Fiziksel aktivite” konulu tezlerin bibliyometrik analizi (2002-2019). *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 14(2):158-167. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/bsd/issue/56097/713528>
- Mwisukha, A., Gitonga, E.L., & Njororai, W.W.S. (2004). Analysis of post-graduate research in the department of physical education, Kenyatta University. Kenya, *African Journal of Cross-Cultural Psychology and Sport Facilitation*, (6): 81-86. <http://dx.doi.org/10.4314/ajcpsf.v6i1.37587>
- Özdemir, G. (2010). Spor dallarına göre beslenme. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 8(1), 1-6. https://doi.org/10.1501/Sporm_0000000169
- Pantazopoulos, A., & Maragoudakis, M. (2018, July). Sports & nutrition data science using gradient boosting machines. SETN '18: Proceedings of the 10th Hellenic Conference on Artificial Intelligence, (Patras/ Greece). <https://doi.org/10.1145/3200947.3201060>
- Pershing, J.L. (2002). Using document analysis in analyzing and evaluating performance. *Performance Improvement*, 41(1):36-42. <http://dx.doi.org/10.1002/pfi.4140410108>
- Petrovic, A., Koprivica, V., & Bokan, B. (2017). Quantitative, qualitative and mixed research in sport science: a methodological report. *South African Journal for Research in Sport, Physical Education and Recreation*, 39(2):181-197. <https://www.ajol.info/index.php/sajrs/article/view/160686>
- Pingitore, A., Lima, G. P., Mastorci, F., Quinones, A., Iervasi, G., & Vassalle, C. (2015). Exercise and oxidative stress: potential effects of antioxidant dietary strategies in sports. *Nutrition* (Burbank, Los Angeles County, Calif.), 31(7-8), 916–922. <https://doi.org/10.1016/j.nut.2015.02.005>
- Sá-Silva, J.R., Almeida, C.D., & Guindani, J.F. (2009). Pesquisa documental: pistas teóricas e metodológicas. *Revista Brasileira de História & Ciências Sociais*,1(1): 1-15. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8092817>
- Suchomel, T. J., Nimphius, S., & Stone, M. H. (2016). The importance of muscular strength in athletic performance. *Sports Medicine*, 46(10), 1419–1449. <https://doi.org/10.1007/s40279-016-0486-0>
- Thomas, D. T., Erdman, K. A., & Burke, L. M. (2016). American college of sports medicine joint position statement. nutrition and athletic performance. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 48(3), 543–568. <https://doi.org/10.1249/MSS.0000000000000852>
- Williams, S. J., & Kendall, L. R. (2007). A profile of sports science research (1983-2003). *Journal of Science and Medicine in Sport*, 10(4), 193–200. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2006.07.016>
- Witkin, B.R., & Altschuld, J.W. (1995). *Planning and conducting needs assessments: A practical guide*. (1st edition), Sage Publications, United States of America.
- Yılmaz, A. (2019). Türkiye’de spor bilimi alanında işitme engelli bireylere yönelik yapılan çalışmaların içerik analizi (2008-2018). *Spormetre*, 17(3): 58-66. <https://doi.org/10.33689/spormetre.551889>
- Završnik, E., Kokol, P., Pišot, R., & Blažun, H. (2015). Education and sport: identifying most productive research topics related to muscle with bibliometric analysis. *Journal of Physical Education and Sport*, 15(1):77-81. <http://dx.doi.org/10.7752/jpes.2015.01013>
- Zhang, B. (2017). Research on the development and change of chinese sports science based on bibliometric analysis. *EURASIA Journal of Mathematics Science and Technology Education*, 13(10):6407-6414. <https://doi.org/10.12973/ejmste/76735>
- Yıldırım, A., & Şimşek, H. (2013). *Nitel araştırma yöntemleri*. (9. Baskı). Seçkin Yayıncılık, Ankara.

Extended Abstract

Sports and nutrition have been an integral part of research in the field of sports sciences for many years. Sports nutrition lies at the intersection of numerous fields such as sports, nutrition, clinical medicine, biomedical sciences, and food sciences. The field of sports nutrition has significantly grown in the past 50 years and has been the subject of various systematic reviews or meta-analyses due to its complex nature that has garnered global interest. However, there is a lack of document analysis studies conducted on this subject. As a general rule, a well-conducted document analysis provides valuable information and evidence. Therefore, the purpose of this research is to evaluate postgraduate theses conducted on sports and nutrition in Turkey between 1982 and 2021, contribute to the existing literature gap, and reveal current trends related to the subject. The population of the research consists of doctoral and master's theses on sports and nutrition registered in the YÖK National Thesis Center database. When examining the master's and doctoral theses conducted on sports and nutrition in Turkey between 1982 and 2021, it is observed that both master's and doctoral theses were concentrated in the year 2019. The period between 1982 and 2000 is the interval with the least number of master's and doctoral theses. The year 2019 is the year with the highest concentration of both master's and doctoral theses. A total of 18 different disciplines are represented in all the theses. Among these disciplines, both the Department of Physical Education and Sports and the Department of Nutrition and Dietetics are the most intense in terms of both master's and doctoral theses. It has been determined that the most common sample group size in theses is between 1 and 100 individuals. While survey design is the most commonly used pattern in master's theses, experimental design has been employed in over half of the doctoral theses. The most studied group in both master's and doctoral theses is athletes. In master's theses, the most frequently studied group is football players, while in doctoral theses, the most commonly studied groups are football players and wrestlers. While studies were conducted with seventeen different sports branches, it was determined that the most studied sports branches were football and wrestling. In master's theses, the most frequently evaluated parameters are body composition (78.2%), general nutritional status (65.5%), general/athlete nutrition knowledge, and psychological indicators (26.4%). However, in doctoral theses, the respective order of evaluation is body composition (92.3%), general nutritional status (76.9%), cardiovascular response and maximal aerobic power outputs (38.5%), physical activity level, maximal anaerobic power outputs, blood biochemistry (30.8%), and general/sports nutrition knowledge (23%). In data collection, surveys were used in 73.5% of master's theses, while biological materials and anthropometric measurements were used in 84.6% of doctoral theses. In more than half of the doctoral theses (61.5%) and 42.5% of master's theses, intervention programs were implemented. Theses that include physical fitness and performance testing constitute 28% of all theses. When the physical fitness and performance tests applied in theses are classified, it is observed that the tests frequently used in master's theses (71.4%) are aimed at measuring strength. In master's theses, 38% focus on aerobic endurance, 28.5% on anaerobic endurance and speed, 14.2% on mobility and balance, and 4.7% on agility.

The most commonly applied exercise intervention in master's theses (18.81%) was strength training, running, and cycling exercises, while in doctoral theses, the most commonly applied exercise intervention (50%) was cycling and combined running with cycling. In doctoral theses, all nutrition interventions (100%) were supplement-based, while 60% of master's theses were supplement-based and 40% were dietary interventions. The most commonly applied nutrition intervention in master's theses is nutrition intervention tailored to individual needs. The supplements used in both master's and doctoral theses varied, but the commonly applied supplements in both types of theses were L-arginine, probiotics, and nitrate. In conclusion, conducting studies in this field, which has a broad-scale, dynamic, and multidisciplinary nature, is important to better understand nutrition that supports the development of athletic performance. Theoretical and applied research can contribute to sports nutrition practitioners, researchers, athletes, and the existing literature. The findings of this research are expected to provide valuable information for future master's and doctoral theses, studies, and literature on the subject. The scope and content of exercise and nutrition interventions can be expanded in both master's and doctoral theses, and more complex and long-term studies can be designed. It is believed that the findings of this research will provide valuable information for future master's and doctoral theses, studies, and literature in the field.