



**ANKARA ÜNİVERSİTESİ  
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ**



# **SPORMETRE**

**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BİLİMLERİ DERGİSİ**



**CİLT: 14**

**SAYI: 1**

**YIL: HAZİRAN 2016**

ANKARA ÜNİVERSİTESİ  
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ  
**SPORMETRE**  
BEDEN EĞİTİMİ VE  
SPOR BİLİMLERİ DERGİSİ

ANKARA UNIVERSITY  
FACULTY OF SPORT SCIENCES  
**SPORMETRE**  
JOURNAL OF PHYSICAL EDUCATION AND  
SPORT SCIENCES

Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Adına  
Sahibi – Owner  
Dr. Mitat KOZ

Yazı İşleri Müdürü – Publisher Manager  
Dr. Velittin BALCI

Baş Editör – Editor in Chief  
Dr. Neşe Şahin ÖZDEMİR

**Editörler Kurulu – Editorial Board**

Dr. Cengiz AKALAN Dr. Nevin GÜNDÜZ  
Dr. Fırat AKÇA Dr. Ferda GÜRSEL  
Dr. Dicle ARAS Dr. Funda KOÇAK  
Dr. Velittin BALCI Dr. Sürhat MÜNİROĞLU  
Dr. Perican BAYAR Dr. Hakan SUNAY  
Dr. Burcu ERTAŞ DÖLEK Dr. Neşe ŞAHİN

**İngilizce Dil Editörü**  
Okt. Meltem KIZILYALLI

**Bilimsel Danışma Kurulu – Scientific Advisory Board**

Dr. Caner AÇIKADA, *Indiana Uni. School of Public Health*  
Dr. Hülya AŞCI, *Marmara Üniv. Spor Bilimleri Fak.*  
Dr. Müslim BAKIR, *Okan Üniv. Uygulamalı Bölümler Yüks. Spor Yön. Böl.*  
Dr. Antonino BIANCO, *Palermo Uni. Sport and Exercise Sciences*  
Dr. Hatice ÇAMLIYER, *Celal Bayar Üniv. BESYO*  
Dr. Gıyasettin DEMİRHAN, *Hacettepe Üniv. Spor Bilimleri Fak.*  
Dr. Gazanfer DOĞU, *Abant İzzet Baysal Üniv. BESYO*  
Dr. Niyazi ENİSELER, *Celal Bayar Üniv. BESYO*  
Dr. Gülfem ERSÖZ, *Ankara Üniv. Spor Bilimleri Fak.*  
Dr. Kadir GÖKDEMİR, *Gazi Üniv. Spor Bilimleri Fak.*  
Dr. Recep GÜRSOY, *Muğla Sıtkı Koçman Üniv. Spor Bilimleri Fak.*  
Dr. Osman İMAMOĞLU, *19 Mayıs Üniv. Spor Bilimleri Fak.*  
Dr. Kürşat KARACABEY, *Düzce Üniv. BESYO*  
Dr. Hasan KASAP, *Gedik Üniv. Spor Bilimleri Fak.*  
Dr. David M. KOCEJA, *Indiana Uni. School of Public Health*  
Dr. Emin KURU, *Gazi Üniv. Spor Bilimleri Fak.*  
Dr. Dilara ÖZER, *Gedik Üniv. Spor Bilimleri Fak.*  
Dr. Antoni PAOLİ, *Padova Uni. Department of biomedical Sciences*  
Dr. Shahla RAY, *Indiana Uni. School of Public Health*  
Dr. Kemal TAMER, *Gazi Üniv. Spor Bilimleri Fak.*  
Dr. Fehmi TUNCEL, *Ankara Üniv. Spor Bilimleri Fak.*  
Dr. Rana VAROL, *Ege Üniv. BESYO*  
Dr. İbrahim YILDIRAN, *Gazi Üniv. Spor Bilimleri Fak.*  
Dr. Mehmet Akif ZİYAGİL, *Mersin Üniv. BESYO*  
Dr. Seydi Ahmet AĞAOĞLU, *19 Mayıs Üniv. Spor Bilimleri Fak.*  
Dr. Cengiz ARSLAN, *Fırat Üniv. Spor Bilimleri Fak.*  
Dr. Gül BALTACI, *Özel Güven Hastanesi*  
Dr. Turgay BİÇER, *Marmara Üniv. Spor Bilimleri Fak.*  
Dr. Muzaffer ÇOLAKOĞLU, *Ege Üniv. BESYO*  
Dr. Birol DOĞAN, *Ege Üniv. BESYO*  
Dr. Güner EKENCİ, *İstanbul Gelişim Üniv. BESYO*  
Dr. Ali Emre EROL, *İstanbul Gelişim Üniv. BESYO*  
Dr. Alan W. EWERT, *Indiana Uni. School of Public Health*  
Dr. Mehmet GÜNAY, *Gazi Üniv. Spor Bilimleri Fak.*  
Dr. Özbay GÜVEN, *Gazi Üniv. Spor Bilimleri Fak.*  
Dr. Rasim KALE, *Karadeniz Teknik Üniv. BESYO*  
Dr. Suat KARAKÜÇÜK, *Gazi Üniv. Spor Bilimleri Fak.*  
Dr. Fatih KILINÇ, *Süleyman Demirel Üniv. Spor Bilimleri Fak.*  
Dr. Sadi KURDAK, *Çukurova Üniv. Tıp Fak.*  
Dr. Michal LEHNERT, *Palacky Uni. of Olomouc Faculty of Physical Culture*  
Dr. Kamil ÖZER, *Gedik Üniv. Spor Bilimleri Fak.*  
Dr. Salih PINAR, *Marmara Üniv. Spor Bilimleri Fak.*  
Dr. Ömer ŞENEL, *Gazi Üniv. Spor Bilimleri Fak.*  
Dr. Şefik TIRYAKI, *Mersin Üniv. BESYO*  
Dr. Semiha TUNCEL, *Ankara Üniv. Spor Bilimleri Fak.*  
Dr. Azmi YETİM, *Gazi Üniv. Spor Bilimleri Fak.*  
Dr. İlker YILMAZ, *Anadolu Üniv. Spor Bilimleri Fak.*  
Dr. Erdal ZORBA, *Gazi Üniv. Spor Bilimleri Fak.*

**Teknik Koordinatör/  
Technical Coordinator**  
Dr. Dicle ARAS  
daras@ankara.edu.tr

**İletişim Koordinatörü/  
Communication Coordinator**  
Dr. Funda KOÇAK  
fkocak@ankara.edu.tr

**Dağıtım Koordinatörü/  
Distribution Coordinator**  
Dr. Burcu ERTAŞ DÖLEK  
bdolek@ankara.edu.tr

**Yönetim Yeri – Administration Office**  
**Yazışma Adresi – Correspondence Address**  
Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Gölbaşı Yerleşkesi  
06830 Gölbaşı - ANKARA / TURKEY  
Tel: +90(312) 221 16 01 - Fax: +90(312) 212 29 86  
E-mail: spormetre@ankara.edu.tr

[www.sporbilimleri@ankara.edu.tr/spormetre/](http://www.sporbilimleri@ankara.edu.tr/spormetre/)

5187 Sayılı Basın Yasasına Uygundur  
It is proper to press law No: 5187 in Turkey

**Dizinlenme Bilgileri**

Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi TÜBİTAK-ULAKBİM, EBSCOhost tarafından dizinlenmektedir.

**Abstracting and Indexing Information**

Ankara University Faculty of Sport Sciences SPORMETRE Journal of Physical Education and Sports Science has been indexed in TÜBİTAK – ULAKBİM, EBSCOhost.

**Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi**  
yılda iki kez yayımlanır ve hakemli bir dergidir. Yaygın sürelidir.

Ankara University Faculty of Sport Sciences SPORMETRE Journal of physical Education and Sports Sciences in published two times a year.  
All the articles appeared in this journal are published on the opinion of advertiser.

**ISSN: 1304-284X**

**Baskı – Print**

Ankara Üniversitesi Basımevi  
İncitaşı Sokak No:10 06510 Beşevler / ANKARA  
Tel: 0 (312) 213 66 55  
Basım Tarihi: 22/07/2016

## İÇİNDEKİLER / CONTENTS

Karbonhidrat (Cho) Alımı Ve Aktif Toparlanmanın Yoğun Fiziksel Aktivite Sonrası Alaktasit Ve Laktasit Güce Etkileri <b>Dicle ARAS, Barış KARAKOÇ, Mitat KOZ</b> .....	1
II. Meşrutiyet Dönemi Beden Eğitiminde Çağdaş Dönüşümler (1908-1918) <b>Sabri Özçakar, İbrahim Yıldırım</b> .....	15
Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinde Akademik Başarı: Üniversite Yaşam Kalitesi, Akademik Gütülenme ve Akademik Özyeterliğin Rolü <b>Ali Sevilmiş, Erkan Faruk Şirin</b> .....	31
8-14 Yaş Grubu Futbolcuların Seçilmiş Fizikselözelliklerinin Yaş Gruplarına Göre İncelenmesi <b>Gürkan Diker, Sürhat Müniroğlu</b> .....	45
Sporcu ve Sedanter Kadınlarda Günlük Enerji Harcaması ve Fiziksel Aktivite Düzeylerinin Karşılaştırılması <b>Erşan Arslan, Dicle Aras, Sema Can</b> .....	53
Türkiye’de Spor Hizmetlerinin Yerelleşmesine İlişkin Belediye Başkanlarının Görüşlerinin İncelenmesi <b>Ahmet Atalay, A. Serdar Yücel, Hakan Murat Korkmaz</b> .....	63
Gençlik Deneyimleri Ölçeği (Gdö) 3.1’in Türkçeye Uyarlama Çalışması <b>Bijen Filiz, Gıyasettin Demirhan</b> .....	75
Ortaokul Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersine Yönelik Tutum ve Öz-Yeterlikleri <b>Nurgül Keskin, Erman Öncü, Sonnur Küçük Kılıç</b> .....	93
Ankara Üniversitesi Kolejlerinde Çalışan Personelin Sağlıklı Yaşam Alışkanlıkları ve Fiziksel Aktivite Bilinç Düzeyleri <b>Fehmi Tuncel, Semiyha Tuncel, Hidayet Süha Yüksel, Sevde Mavi Var</b> .....	109