

TOJRAS

The Online Journal of Recreation and Sport
Çevrimiçi Rekreasyon ve Spor Dergisi, Cilt: 14, Sayı: 2, Nisan, 2025

E-ISSN: 2146-9598

Doi Prefix: 10.22282

Editor-in-Chief

Prof. Dr. Metin YAMAN

Volume 14, Issue 2

April, 2025

www.tojras.com

<https://dergipark.org.tr/tr/pub/tojras>



Copyright © 2012 - THE ONLINE JOURNAL OF RECREATION AND SPORT

All rights reserved. No part of TOJRAS articles may be reproduced or utilized in any form or by any means, electronic or mechanical, including photocopying, recording, or by any information storage and retrieval system, without permission in writing from the publisher.

Contact Address:

Prof. Dr. Metin YAMAN

TOJRAS, Editor in Chief Published in Ankara -TÜRKİYE

Welcome to TOJRAS

Message from the Editor

The Online Journal of Recreation and Sport- TOJRAS was first published in 2012. The article publishes original, qualified and sufficient research papers in the field of physical education and sport, sport management, recreation and education of coaching to contribute to the field of sport both in Turkey and in the world. The publication language of the journal is English. The referees and editors of TOJRAS are field experts and the articles are reviewed by them according to their field expertise. The main goal of TOJRAS is to assure a fruitful and academic platform for the authors, referees, and the members of science and advisory board and the contributors to the enhancement of science in the light of the rules of ethics.

We would like to welcome and thank you for your online journal interest which helped TOJRAS to gain popularity and dignity among academic publications locally and internationally so that we can bring various and profound studies in the field of sport by valuable researchers. In addition to them, teachers, teacher trainers, parents, and students around the world have visited TOJRAS for five years continuously. It means that TOJRAS has contributed to the dissemination of new trends in sport education and research to all over the world for years. We hope that this latest issue will also follow our global educational goal.

TOJRAS provides its readers with the opportunity of meeting different aspects on sport education so that they can expand their study fields. Also, the content is freely accessible without charge to the user or to his/her institution. In addition, any views expressed in this publication are the views of the authors and are not the views of the Editor and TOJRAS.

TOJRAS thanks and appreciates the editorial board and reviewers who have contributed a lot to the submissions of this issue for their valuable contributions.

Call for Papers

TOJRAS invites you for article contribution. Submitted articles can be about all aspects of sport education. The articles should be original, unpublished, and not in consideration for publication elsewhere at the time of submission to TOJRAS. Manuscripts must be submitted in English.

TOJRAS is guided by it's editors, guest editors and advisory boards. If you are interested in contributing to TOJRAS as an author, guest, editor or reviewer, please send your CV to info@tojras.com.

April, 2025

Prof. Dr. Metin YAMAN

Editor in Chief

metinyaman@gmail.com

info@tojras.com

Prof. Dr. Metin Yaman
Editor in Chief**EDITORIAL BOARD YAYIN KURULU**

Dr. Gülten HERGÜNER	herguner@subu.edu.tr	Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi
Dr. Çetin YAMAN	cetinyaman@gmail.com	Marmara Üniversitesi
Dr. Fatih ÇATIKKAŞ	fatihcatikkas@gmail.com	Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Dr. Serdar TOK	tokserdar@gmail.com	Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Dr. Işık BAYRAKTAR	isik.bayraktar@alanya.edu.tr	Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi
Dr. Erkan GÜNAY	erkan.gunay@cbu.edu.tr	Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Dr. Zekai ÇAKIR	zekaicakir@bayburt.edu.tr	Bayburt Üniversitesi
Dr. Ahmet DÖNMEZ	ahmet27donmez27@gmail.com	Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi

EDITORIAL ADVISORY / BOARD DANIŞMA KURULU

Dr. Aytekin İŞMAN	isman@sakarya.edu.tr	Sakarya Üniversitesi
Dr. Erdal ZORBA	erdalzorba@gazi.edu.tr	Gazi Üniversitesi
Dr. Hayati AKYOL	hayatiakyol@gmail.com	Gazi Üniversitesi
Dr. İsmail Hakkı MİRİCİ	hakkimirici@hacettepe.edu.tr	Hacettepe Üniversitesi
Dr. Mehmet GÜÇLÜ	mehmet.guclu@bozok.edu.tr	Yozgat Bozok Üniversitesi
Dr. Mehmet GÜNAY	mgunay@gazi.edu.tr	Gazi Üniversitesi
Dr. Mehmet KILIÇ	mkilicbesyo@gmail.com	Selçuk Üniversitesi
Dr. Musa Yıldız	ymusa@gazi.edu.tr	Gazi Üniversitesi
Dr. Mutlu TÜRKMEN	mutluturkmen@bayburt.edu.tr	Bayburt Üniversitesi
Dr. Sami MENGÜTAY	sami.mengutay@galata.edu.tr	İstanbul Galata Üniversitesi
Dr. Suat KARAKÜÇÜK	ksuatt@gmail.com	Yozgat Bozok Üniversitesi
Dr. Turgay BİÇER	turgay@marmara.edu.tr	Gedik Üniversitesi

	Field Editor / Alan Editörü	Deputy Field Editor / Alan Editör Yardımcısı
Physical Education and Sports Beden Eğitimi ve Spor	Dr. Gülten Hergüner	Dr. Ayşe Önal
Physical Education and Sports for the Disabled Engelliler İçin Beden Eğitimi ve Spor	Dr. Ekrem Levent İlhan	Dr. Sevinç Namlı
Physical Activity / Sports and Health Fiziksel Aktivite / Spor ve Sağlık	Dr. Filiz Çolakoğlu	Dr. Dicle Aras
Movement and Training Sciences Hareket ve Antrenman Bilimleri	Dr. Emre Bağcı	Dr. Elif Cengizel
Recreation / Rekreatyon	Dr. Zekiye Başaran	Dr. Larion Alin
Sports Biomechanics / Motor Control Spor Biyomekaniği / Motor Kontrol	Dr. Murat Çilli	Dr. Vassilios Panoutsakopoulos
Sports Physiology / Kinesiology Spor Fizyolojisi / Kinesyoloji	Dr. Cem Kurt	Dr. Müge Sarper Kahveci
Sports Psychology / Psychosocial Spor Psikolojisi / Psiko Sosyal	Dr. İhsan Sarı	Dr. Murat Sarıkabak
Sports and Nutrition / Spor ve Beslenme	Dr. Gülay Baysal	Dr. Tuğçe Orkun Erkilic
Sports Management Sciences Spor Yönetim Bilimleri	Dr. Alpaslan Kurudirek	Dr. Aydın Pekel Dr. İrfan Kurudirek

System and Technical Editors / Sistem ve Teknik Editörler

Dr. Zekai ÇAKIR	Sezai ÇAKIR	Çağlar BOZKURT
Dr. Fatih YAŞARTÜRK	Engin SARIKAYA	

Turkish Language Editors / Türkçe Dil Editörleri

Dr. Fahri TEMİZYÜREK

Dr. Gülsemin HAZER

Dr. Mehmet ÖZDEMİR

Dr. İsmail YAŞARTÜRK

Dr. Hayati AKYOL

English Language Editors / İngilizce Dil Editorleri

Dr. İ. Hakkı MİRİCİ

Dr. Tuba Elif TOPRAK

Dr. Elvan Deniz Yumuk

Dr. Sinem HERGÜNER

Mehmet Galip ZORBA

Dr. İhsan SARI

Bahar TAMERER

Measurement and Evaluation Editors / Ölçme ve Değerlendirme Editörleri

Dr. Ersin Eskiler

Dr. Merve KARAMAN

Dr. Gökhan DELİCEOĞLU

SCIENCE BOARD / BİLİM KURULU

Dr. Abdurrahman Kepoğlu, Türkiye

Dr. Gönül Tekkurşun Demir, Türkiye

Dr. Necip Fazıl Kışal, Türkiye

Dr. Abdurrahman Kırtepe, Türkiye

Dr. Güner Çiçek, Türkiye

Dr. Nebahat Eler, Türkiye

Dr. Adela Badau, Romania,

Dr. Hacı Ahmet Pekel, Türkiye

Dr. Nevin Gündüz, Türkiye

Dr. Adnan Turgut, Türkiye

Dr. Hakan Kolayış, Türkiye

Dr. Nevzat Mirzeoğlu, Türkiye

Dr. Ahmet Alptekin, Türkiye

Dr. Hakan Sunay, Türkiye

Dr. Nigar Küçükkubuş, Türkiye

Dr. Ahmet Azmi Yetim, Türkiye

Dr. Hakkı Ulucan, Türkiye

Dr. Numan Alpay, Türkiye

Dr. Ahmet Gökhan Yazıcı, Türkiye

Dr. Halil İbrahim Cicioğlu, Türkiye

Dr. Nuran Kandaz Gelen, Türkiye

Dr. Ahmet Mor, Türkiye

Dr. Halil Sarol, Türkiye

Dr. Nuray Satılmış, Türkiye

Dr. Ahmet Nusret Bulgurcuoğlu, Türkiye

Dr. Halil Taşkın, Türkiye

Dr. Nurgül Tezcan Kardaş, Türkiye

Dr. Akan Bayrakdar, Türkiye

Dr. Haluk Saçaklı, Türkiye

Dr. Nurtekin Erkmén, Türkiye

Dr. Ali Ahmet Doğan, Türkiye

Dr. Hamdi Alper Güngörmüş, Türkiye

Dr. Oktay Çakmakçı, Türkiye

Dr. Ali Kızılet, Türkiye

Dr. Hamdi Sancaklı, Türkiye

Dr. Oruç Ali Uğur, Türkiye

Dr. Alpaslan Görücü, Türkiye

Dr. Hasan Akkuş, Türkiye

Dr. Osman İmamoğlu, Türkiye

Dr. Amır Gıamı,

Dr. Hasan Kasap, Türkiye

Dr. Ozan Sever, Türkiye

Dr. Anıl Türkeli, Türkiye

Dr. Hasan Şahan, Türkiye

Dr. Ömer Şenel, Türkiye

Dr. Atilla Pulur, Türkiye

Dr. Hayri Aydoğan, Türkiye

Dr. Özbay Güven, Türkiye

Dr. Ayşe Dilşad Mirzeoğlu, Türkiye

Dr. Hayri Ertan, Türkiye

Dr. Özcan Saygın, Türkiye

Dr. Ayşe Önal, Türkiye

Dr. Hikmet Gümüşt, Türkiye

Dr. Özden Taştın, Türkiye

Dr. Bae Dixon, Australia,

Dr. Hülya Bingöl, Türkiye

Dr. Özkan Işık, Türkiye

Dr. Baki Yılmaz, Türkiye

Dr. Hürmüz Koç, Türkiye

Dr. Özkan Tütüncü, Türkiye

Dr. Banu Gündoğan, Türkiye

Dr. Hüseyin Can İkizler, Türkiye

Dr. Pero Duygu Dumangöz, Türkiye

Dr. Bekir Mendeşt, Türkiye

Dr. Hüseyin Özkamçı, Türkiye

Dr. Raci Karayığıt, Türkiye

Dr. Belgin Gökyürek, Türkiye

Dr. Hüseyin Ünlü, Türkiye

Dr. Rasim Kale, Türkiye

Dr. Berfin Serdil Örs, Singapore

Dr. İbrahim Bozkurt, Türkiye

Dr. Recep Gürsoy, Türkiye

Dr. Berkan Bozdağ, Türkiye

Dr. İbrahim Ethem Hindistan, Türkiye

Dr. Reştat Kartal, Türkiye

Dr. Betül Bayazıt, Türkiye

Dr. İbrahim Fatih Yenel, Türkiye

Dr. Rıdvan Ekmekçi, Türkiye

Dr. Beyza Merve Akgül, Türkiye

Dr. İbrahim Yıldiran, Türkiye

Dr. Rıdvan Kır, Türkiye

Dr. Bilal Çoban, Türkiye

Dr. İlhan Toksöz, Türkiye

Dr. Rüçhan İri, Türkiye

Dr. Bilal Demirhan, Türkiye

Dr. İlyas Görgüt, Türkiye

Dr. Sebahattin Devecioğlu, Türkiye

Dr. Bilge Donuk, Türkiye

Dr. İlyas Okan, Türkiye

Dr. Sefa Lök, Türkiye

Dr. Birol Doğan, Türkiye

Dr. İmdat Yarım, Türkiye

Dr. Sefa Şahan Birol, Türkiye

Dr. Burcu Ertaş Dölek, Türkiye

Dr. İsmail Karataşt, Türkiye

Dr. Selahattin Akpınar, Türkiye

Dr. Burhan Çumralıgil, Türkiye

Dr. Kadir Pepe, Türkiye

Dr. Selçuk Bora Çavuşoğlu, Türkiye

Dr. Burhanettin Hacicaferoğlu, Türkiye

Dr. Kelly Park, Korea,

Dr. Selçuk Gençay, Türkiye

Dr. Bülent Ağbuğa, Türkiye

Dr. Kemal Gazanfer Gül, Türkiye

Dr. Serdar Eler, Türkiye

Dr. Bülent Gürbüz, Türkiye

Dr. Kemal Tamer, Türkiye

Dr. Serkan Hazar, Türkiye

Dr. Cansel Arslanoğlu, Türkiye

Dr. Kenan Sivrikaya, Türkiye

Dr. Serkan İbişt, Türkiye

Dr. Cecılla Cevat, Romania,

Dr. Kenan Şebin, Türkiye

Dr. Serkan Kurtipek, Türkiye

Dr. Celal Gençoğlu, Türkiye	Dr. Kerem Yıldırım Şimşek, Türkiye	Dr. Sevinç Namlı, Türkiye
Dr. Cengiz Arslan, Türkiye	Dr. Kubilay Çimen, Türkiye	Dr. Simona Pajaujiene, Lithuania
Dr. Çağrı Çelenk, Türkiye	Dr. Kübra Özdemir, Türkiye	Dr. Sibel Arslan, Türkiye
Dr. Çetin Özdelek, Türkiye	Dr. Kürşat Hazar, Türkiye	Dr. Sinan Ayan, Türkiye
Dr. Dana Badau, Romania,	Dr. Lale Orta, Türkiye	Dr. Süleyman Patlar, Türkiye
Dr. Deniz Bedir, Türkiye	Dr. Larion Alin, Romania	Dr. Sümmani Ekici, Türkiye
Dr. Diana Jones, USA,	Dr. Latif Aydos, Türkiye	Dr. Şebnem Şarvan Cengiz, Türkiye
Dr. Ekrem Boyalı, Türkiye	Dr. Malik Beyleroğlu, Türkiye	Dr. Şehmus Aslan, Türkiye
Dr. Ekrem Levent İlhan, Türkiye	Dr. Marijo Bakovic, Croatia	Dr. Şenol Yanar, Türkiye
Dr. Elif Birol, Türkiye	Dr. Mehmet Acet, Türkiye	Dr. Taner Bozkuş, Türkiye
Dr. Elif Karagün, Türkiye	Dr. Mehmet Akif Ziyagil, Türkiye	Dr. Tebessüm Ayyıldız Durhan
Dr. Elvan Deniz Yumuk, Türkiye	Dr. Mehmet Bayansalduz, Türkiye	Dr. Tekin Çolakoğlu, Türkiye
Dr. Emin Ergen, Türkiye	Dr. Mehmet Bülent Asma, Türkiye	Dr. Tennur Yerlisu Lapa, Türkiye
Dr. Emre Ak, Türkiye	Dr. Mehmet Demirel, Türkiye	Dr. Tefvik Cem Akalın, Türkiye
Dr. Emre Bağcı, Türkiye	Dr. Mehmet Kumartaşlı, Türkiye	Dr. Tolga Şahin, Türkiye
Dr. Erdinç Şıktar, Türkiye	Dr. Mehmet Mustafa Yorulmazlar	Dr. Turgut Kaplan, Türkiye
Dr. Ergün Yurdadön, Türkiye	Dr. Mehmet Özdemir, Türkiye	Dr. Ufuk Alpkaya, Türkiye
Dr. Erkal Arslanoğlu, Türkiye	Dr. Mehmet Türkmen, Türkiye	Dr. Uğur Sönmezoglu, Türkiye
Dr. Erkan Faruk Şirin, Türkiye	Dr. Melih Nuri Salman, Türkiye	Dr. Ümit Karlı, Türkiye
Dr. Erkan Yarımkaya, Türkiye	Dr. Menşure Aydın Avcı, Türkiye	Dr. Ümit Doğan Üstün, Türkiye
Dr. Ersin Eskiler, Türkiye	Dr. Menzure Sibel Yaman, Türkiye	Dr. Ümit Yetiş, Türkiye
Dr. Ertuğrul Gelen, Türkiye	Dr. Metin Argan, Türkiye	Dr. Ünal Türkçapar, Türkiye
Dr. Esen Kızıldağ Kale, Türkiye	Dr. Metin Kaya, Türkiye	Dr. Vassilios Panoutsakopoulos, Greece
Dr. Eser Ağgön, Türkiye	Dr. Metin Şahin, Türkiye	Dr. Vedat Ayan, Türkiye
Dr. Evren Tercan Kaas, Türkiye	Dr. Mevlüt Gönen, Türkiye	Dr. Vedat Çinar, Türkiye
Dr. Eylem Gencer, Türkiye	Dr. Mihrac Köroğlu, Türkiye	Dr. Veli Ozan Çakır, Türkiye
Dr. Fatih Bektaş, Türkiye	Dr. Mikail Tel, Türkiye	Dr. Velittin Balcı, Türkiye
Dr. Fatih Yaşartürk, Türkiye	Dr. Mine Gül, Türkiye	Dr. Wolfgang Baumann, Germany,
Dr. Fatma İlker Kerkez, Türkiye	Dr. Muhammet İrfan Kurudirek, Türkiye	Dr. Wolfgang Buss, Germany,
Dr. Fatma Neşe Şahin, Türkiye	Dr. Muhsin Hazar, Türkiye	Dr. Yaprak Kalemoglu Varol, Türkiye
Dr. Fehmi Tuncel, Türkiye	Dr. Murat Akyüz, Türkiye	Dr. Yavuz Yıldız, Türkiye
Dr. Fevziye Hülya Aşçı, Türkiye	Dr. Murat Bilge, Türkiye	Dr. Yeliz Ay Yıldız, Türkiye
Dr. Fikret Alıncak, Türkiye	Dr. Murat Kul, Türkiye	Dr. Yusuf Can, Türkiye
Dr. Fikret Ramazanoğlu, Türkiye	Dr. Murat Taş, Türkiye	Dr. Yücel Ocak, Türkiye
Dr. Fikret Soyer, Türkiye	Dr. Mustafa Akıl, Türkiye	Dr. Zafer Çimen, Türkiye
Dr. Filiz Fatma Çolakoğlu, Türkiye	Dr. Mustafa Baş, Türkiye	Dr. Zaid Kazı Gasım, Irak
Dr. Funda Koçak, Türkiye	Dr. Mustafa Yaşar Şahin, Türkiye	Dr. Zekeriya Gökteş, Türkiye
Dr. Gökhan Bayraktar, Türkiye	Dr. Mustafa Zahit Serarslan, Türkiye	Dr. Zeki Taş, Türkiye
Dr. Gökhan Deliceoğlu, Türkiye	Dr. Mürsel Biçer, Türkiye	Dr. Zekihan Hazar, Türkiye
Dr. Gökmen Kılınçarslan, Türkiye	Dr. Müslim Bakır, Türkiye	
Dr. Gönül Babayiğit İrez, Türkiye	Dr. Nadhim Al-Wattar, Iraq	

TABLE OF CONTENTS / İÇİNDEKİLER

1	My God, Recreate Me! Self Reflections From The Metaverse World To The Real World Volkan GÖKÖREN, Onur Can DOLĞUN, Hakan GÜLER, Halime DİNÇ, Metin ARGAN	114-127
2	The Effects of Modern and Traditional Warm-Up Protocols on Specific Physiological and Motor Characteristics in U17 Football Players Mert İSBİLİR, Ioannis İSPİRLİDİS, Athanasios CHATZİNİKOLAOU, Asimenia GİOFTSİDOU, Konstantinos GEORGIADIS	128-134
3	Antrenör-Sporcu Etkileşiminin Sporcuların Problem Çözme Becerilerine Yansımaları Erdil DURUKAN, Gökhan AYDIN	135-140
4	Yamaç Paraşütü Etkinliklerine Katılan Bireylerin Yaşadıkları Duygusal Deneyimlerin Analizi: Nitel Bir Araştırma Ertuğrul ERTÜRK, Burhan ÖZKURT	141-160
5	E-Spor Oyunları Oynayan Üniversite Öğrencilerinin Mental İyi Oluş ve Sporda Algılanan Destek Düzeylerinin İncelenmesi Görkem MENTEŞ, Özcan SAYGIN	161-168
6	Elit Sporcularda Öz-Şefkat, Uyku Kalitesi ve Depresyon Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi Burak KARABABA, Ferhat CANYURT	169-176
7	Examining the Relationship Between Body Like and Interaction Anxiety In Terms of Different Variables Turan ÇETİNKAYA, Abdurrahman KIRTEPE	177-183
8	Sosyal Kimlik, Spordan Keyif Alma ve Spora Devam Etme Niyeti Arasındaki İlişki: Üniversite Sporlarında Mücadele Eden Sporcular Üzerine Bir Araştırma Ersin ESKİLER, Yakup KAYMAKÇI	184-194
9	The Road to an Olympic Medal: The Case of Gymnastics and Archery Federations Abdulmenaf KORKUTATA	195-204
10	Sporda Etkili Karar Vermenin Fiziksel Aktivitelerden Keyif Alma Üzerindeki Rolü Erdem KARTAL, İmdat YARIM	205-212
11	Gelecek Kaygısının Akademik Motivasyon Üzerindeki Etkisi Nurullah ÇELİK	213-218
12	Fiziksel Okuryazarlık Eğitime Yönelik Bir Program Tasarımı: Yeni Yaklaşımlar ve İleriye Dönük Öneriler Zeki TAŞ	219-234



ISSN: 2146-9598

Doi Prefix: 10.22282

www.tojras.com

<https://dergipark.org.tr/tr/pub/tojras>