

TCJRAS

The Online Journal of Recreation and Sport

Çevrimiçi Rekreasyon ve Spor Dergisi, Cilt: 15, Sayı: 1, Ocak, 2026

E-ISSN: 2146-9598

Doi Prefix: 10.22282

Editor-in-Chief

Prof. Dr. Metin YAMAN

Volume 15, Issue 1

January, 2026

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 infojras@gmail.com.

January, 2026

Prof. Dr. Metin YAMAN

Editor in Chief

metinyaman@gmail.com

infojras@gmail.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 ÇATIKAŞ	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	mutlutrurkmen@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 / Rekreasyon	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 Küçükkubaş, 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 Erkmen, 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 Ghıamı,	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 Gümüüş, Türkiye	Dr. Özden Taşgın, 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 Mendeş, Türkiye	Dr. Hüseyin Özkamçı, Türkiye	Dr. Raci Karayığit, 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. Reşat Kartal, Türkiye
Dr. Betül Bayazıt, Türkiye	Dr. İbrahim Fatih Yenel, Türkiye	Dr. Rıdvan Ekmekçi, Türkiye
Dr. Beyza Merve Akgül, Türkiye	Dr. İbrahim Yıldırım, 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 Karataş, Türkiye	Dr. Selahattin Akpınar, Türkiye
Dr. Burhan Çumralıgil, Türkiye	Dr. Kadir Pepe, Türkiye	Dr. Selçuk Bora Çavuşoğlu, Türkiye
Dr. Burhanettin Hacıcaferoğlu, 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 İbiş, 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 Pajaujene, 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 Kumartaşı, Türkiye	Dr. Tolga Şahin, Türkiye
Dr. Erdiñ 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 Sönmezoğlu, Türkiye
Dr. Erkan Faruk Şirin, Türkiye	Dr. Melih Nuri Salman, Türkiye	Dr. Ümid Karlı, Türkiye
Dr. Erkan Yarımkaaya, 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 Çınar, Türkiye
Dr. Eylem Gencer, Türkiye	Dr. Mihraç 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 Kalemoğlu 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	Sports Commitment and Phubbing: Reflections from Various Sports Disciplines Arif ÖZSARI, Murat TILKI, Erkan GÜLGÖSTEREN, Gültekin LEKESİZ, Mehmet AKTAŞ	1-9
2	Dijital Teknoloji Tutumu ve Sosyal Medya Pazarlaması: Spor Yöneticisi Adayları Perspektifi Zafer GAYRETLİ, Ünal ALTINIŞIK	10-24
3	Elit Basketbolcularda Egzersize Yönelik Sağlık İnançları ve Metabolik Sendrom Farkındalığının İncelenmesi Ülfet ERBAŞ, Filiz Fatma ÇOLAKOĞLU, Merve KARAMAN, Seyfi SAVAŞ	25-32
4	Tribünden Tüketim: Takım Aşkı ve Rakip Nefretinin Etnosentrik Yansımaları Nuh Osman YILDIZ, Sümeyye ARAL, Onur TAYARTEKİN, Ahmet ÖZSOY, Ahmed Abdulateef Jasim QALI	33-39
5	You Too "Proteus!" The Proteus Effect On Character Creation Choices In Fc24 Merve TURAN TUNA, Tolga TUNA, Metin ARGAN	40-50
6	Ciddi Serbest Zaman Etkinliği Olarak Doğa Yürüyüşü Yapan Katılımcıların Psikolojik İyi Oluş Üzerine Etkisine Dair Görüşleri: Bir Fenomenoloji Çalışması Raşit KARACA, Ecemsu KAYA, Ece Deniz ÜNAL	51-62
7	The Effect of Sodium Bicarbonate Supplementation on Wrestling-Specific Performance and Fatigue Markers Rümeysa KİŞİF ÇALIŞKAN, İnci Banu AYÇA	63-69
8	Bowling Sporcularının Bilişsel Esneklik ve Psikolojik Dayamlılık Becerilerinin Yordayıcısı Olarak Zihinsel Antrenman Düzeylerinin İncelenmesi Alperen BİRSEN, Emre BOZ	70-76
9	Dövüş Sanatlarında Crossfit Antrenmanlarının Anaerobik ve Aerobik Güç Üzerine Etkisi Dursun DİNÇER, Erdal DEMİR, Oğuzhan YÜKSEL, Aydın ŞENTÜRK, Sinan AKIN	77-87
10	Güvenin Ötesinde: Marka Güveninin Lisanslı Ürün Satın Alma Niyetine Etkisinde Marka Aktivizminin Aracılık Rolü Gökçer AYDIN, Gökhan AYDIN	88-97
11	The Relationship Between Ankle Range of Motion and Jump and Agility Performance in Adolescent Basketball Players Yücel KARAAĞAÇ, Çağdaş Özgür CENGİZEL, Elif CENGİZEL	98-104
12	Fitpodz Reaksiyon Ölçüm Cihazının ÇAĞIN El ve Ayak Reaksiyon Testleri ile Geçerlik ve Güvenirliğinin İncelenmesi Musab ÇAĞIN, Barış GÜROL, Halil İbrahim CİCİOĞLU	105-110
13	Sporcularda Manevi İyi Oluşun Akademik Başarı Üzerindeki Rolü Zeki TAŞ, Şevval Elif GÜL	111-125
14	Farklı Branşlardaki Sporcuların Karakter Özellikleri ile Sportmenlik Yönelimleri Arasındaki İlişki Uğur AYDEMİR	126-131
15	Zihinsel Gücün İzinde: Sporda Psikolojik Sağlık Araştırmalarının Bibliyometrik Haritası Nuriye Şeyma KARA	132-142



ISSN: 2146-9598

Doi Prefix: 10.22282

www.tojras.com

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