20 year

12TH INTERNATIONAL SPORT SCIENCES CONGRESS

December 12-14, 2012

Colossae Thermal Hotel - DENİZLİ / TURKEY

TURKISH SPORT SCIENCE ASSOCIATION 1992

Certificate of Participation

Dear

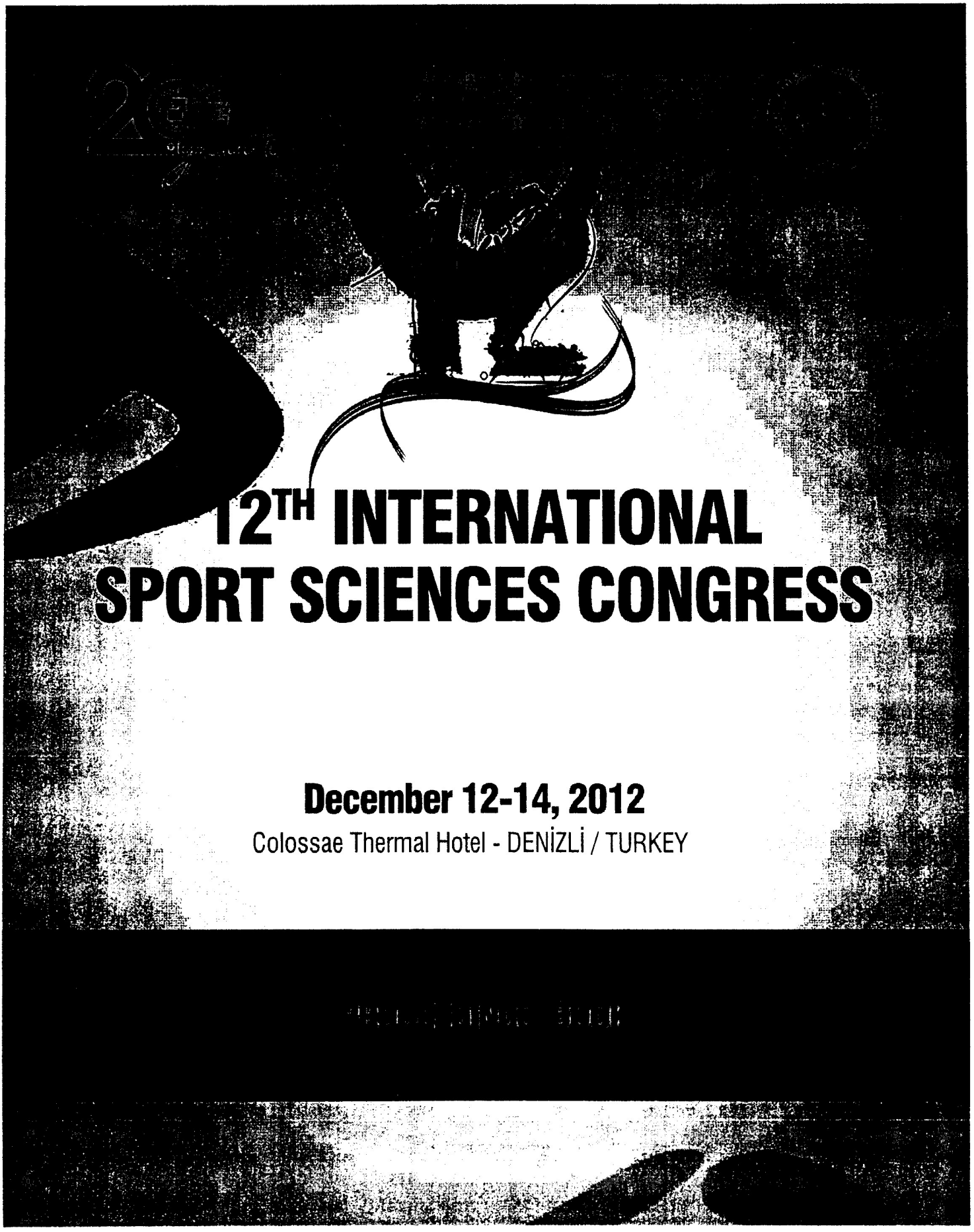
Okt. Yeliz Şirin

We would like to thank for your attendance to the "**12th International Sport Sciences Congress**" held between 12-14, December, 2012 at Pamukkale University, Denizli, Turkey.

Uğur DÜNDAR, Ph.D.
Congress General Secretary

Levent TUNCAY, Ph.D.
Congress Chairman

Gıyasettin DEMİRHAN, Ph.D.
President of Sport Science Association



12TH INTERNATIONAL SPORT SCIENCES CONGRESS

December 12-14, 2012

Colossae Thermal Hotel - DENİZLİ / TURKEY

TÜBİTAK

United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization

COMMITTEES

HONORARY COMMITTEE

Suat KILIÇ
Minister of Youth and Sports

Abdulkadir DEMİR
Governor of Denizli

Osman ZOLAN
Mayor of Denizli

Prof. Dr. Uğur ERDENER
President of National Olympic Committee

Prof. Dr. Hüseyin BAĞCI
Rector of Pamukkale University

CONGRESS CHAIRMAN

Prof. Dr. Ömer Levent TUNCAY

ORGANIZING COMMITTEE

Prof. Dr. Gıyasettin DEMİRHAN
Prof. Dr. Füsun ÖZTÜRK KUTER
Assoc. Prof. Dr. Bülent AĞBUĞA
Assoc. Prof. Dr. Canan KOCA ARITAN
Assoc. Prof. Dr. Nevzat MİRZEOĞLU
Assoc. Prof. Dr. Emine ÇAĞLAR
Assoc. Prof. Dr. Hayri ERTAN
Assoc. Prof. Dr. Fatma ÜNVER KOÇAK
Assist. Prof. Dr. Uğur DÜNDAR
Assist. Prof. Dr. Ahmet ALPTEKİN
Assist. Prof. Dr. Rıdvan EKMEKÇİ
Assist. Prof. Dr. Özgür MÜLAZIMOĞLU BALLI
Assist. Prof. Dr. Osman GÖDE
Assist. Prof. Dr. Gökçe ERTURAN İLKER
Assist. Prof. Dr. Funda AKCAN
Assist. Prof. Dr. Yusuf KÖKLÜ
Assist. Prof. Dr. Bilal Utku ALEMDAROĞLU
Dr. Pınar ARPINAR AVŞAR

CONGRESS GENERAL SECRETARY

Assist. Prof. Dr. Uğur DÜNDAR

CONGRESS ASSISTANT SECRETARY

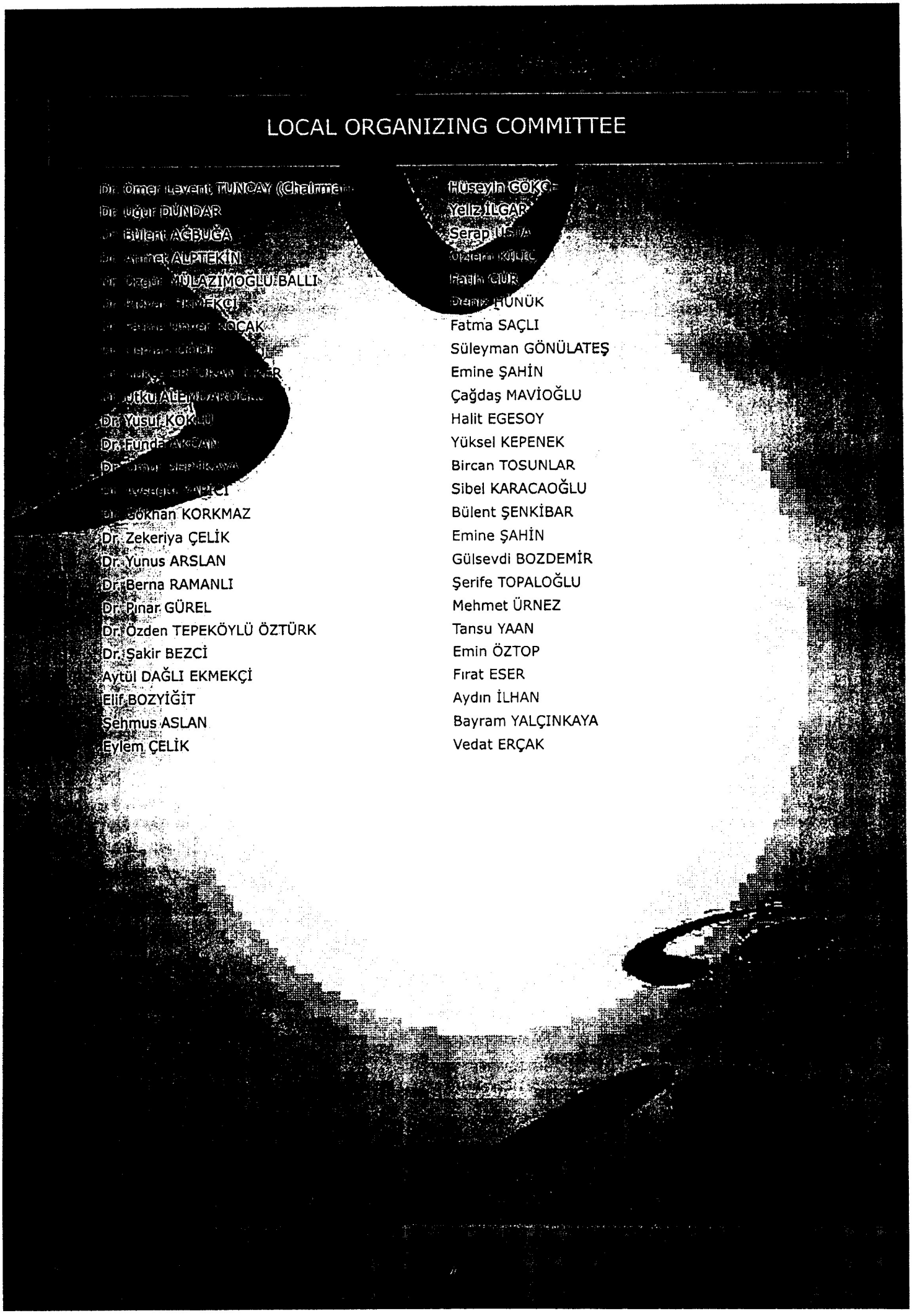
Assist. Prof. Dr. Gökçe ERTURAN İLKER
Assist. Prof. Dr. Funda AKCAN
Assist. Prof. Dr. Yusuf KÖKLÜ
Assist. Prof. Dr. Utku ALEMDAROĞLU
Dr. Ayşegül YAPIÇI
Dr. Ömür SERTKAYA
Dr. Pınar GÜREL
Aytül DAĞLI EKMEKÇİ

SCIENTIFIC COMMITTEE

Dr. A. Ahmet DOĞAN, TUR
Dr. A. Dilşad MİRZEOĞLU, TUR
Dr. Ahmet ALPTEKİN, TUR
Dr. Ali Murat ZERGEROĞLU, TUR
Dr. [illegible]bay GÜVENÇ, TUR
Dr. [illegible]AGPHAIL, IE
Dr. [illegible]KALKAVAN, TUR
Dr. [illegible] Seda SARACALOĞLU, TUR
Dr. [illegible], TUR
Dr. Ayse[illegible], TUR
Dr. Ayse[illegible], TUR
Dr. [illegible], TUR
Dr. [illegible], TUR
Dr. [illegible] AGBUĞA, TUR
Dr. Bülent GÜRBÜZ, TUR
Dr. Canan KOCA, TUR
Dr. Caner AÇIKADA, TUR
Dr. Cengiz ARSLAN, TUR
Dr. Çetin İŞLEĞEN, TUR
Dr. Dilara ÖZER, TUR
Dr. Emin ERGEN, TUR
Dr. Emine ÇAĞLAR, TUR
Dr. Erbil HARBİLİ, TUR
Dr. Erdal ZORBA, TUR
Dr. F. Hülya AŞÇI, TUR
Dr. Fatma Ünver KOÇAK, TUR
Dr. Fehmi TUNCEL, TUR
Dr. Ferda GÜRSEL, TUR
Dr. Ferman KONUKMAN, USA
Dr. Feza KORKUSUZ, TUR
Dr. Füsun ÖZTÜRK KUTER, TUR
Dr. Gazanfer DOĞU, TUR
Dr. Giyasettin DEMİRHAN, TUR
Dr. Gülfem ERSÖZ, TUR
Dr. H. Nedim ÇETİN, TUR
Dr. Hasan KASAP, TUR
Dr. Hatice ÇAMLIYER, TUR
Dr. Haydar Ali DEMİREL, TUR
Dr. Hayri ERTAN, TUR
Dr. Hüsrev TURNAGÖL, TUR
Dr. İbrahim YILDIRAN, TUR
Dr. Joan DUDA, UK
Dr. Kamil ÖZER, TUR

Dr. Kemal [illegible]AMER, TUR
Dr. Ka[illegible] SHANNON, USA
Dr. Leyla [illegible]TAVACIOĞLU, TUR
Dr. M. Akif ZİYAGİL, TUR
Dr. M. Ferit ACAR, TUR
Dr. M. Levent İNCE, TUR
Dr. Mehmet GÜNAY, TUR
Dr. Mehmet KALE, TUR
Dr. Michael SAGAS, USA
Dr. Mithat KOZ, TUR
Dr. Murat ÇİLLİ, TUR
Dr. Muzaffer ÇOLAKOĞLU, TUR
Dr. Müberra ÇELEBİ, TUR
Dr. Müslim BAKIR, TUR
Dr. Nefise BULGU, TUR
Dr. Nevzat MİRZEOĞLU, TUR
Dr. Niyazi ENİSELER, TUR
Dr. Oğuz KARAMIZRAK, TUR
Dr. Osman GÖDE, TUR
Dr. Osman İMAMOĞLU, TUR
Dr. Özgür MÜLAZIMOĞLU BALLI, TUR
Dr. Perican BAYAR KORUÇ, TUR
Dr. Ping XIANG, USA
Dr. Rana VAROL, TUR
Dr. Rıdvan EKMEKÇİ, TUR
Dr. Ron E. MCBRIDE, USA
Dr. Sadettin KİRAZCI, TUR
Dr. Salih PINAR, TUR
Dr. Sami MENGÜTAY, TUR
Dr. Serdar ARITAN, TUR
Dr. Settar KOÇAK, TUR
Dr. Seyhan HASIRCI, DE
Dr. Suat KARAKÜÇÜK, TUR
Dr. Şefik TİRYAKİ, TUR
Dr. Tahir HAZIR, TUR
Dr. Tennur YERLİSU LAPA, TUR
Dr. Timuçin GENCER, TUR
Dr. Turgay BİÇER, TUR
Dr. Ümit KESİM, TUR
Dr. Yavuz TAŞKIRAN, TUR
Dr. Zekai PEHLİVAN, TUR
Dr. Ziya KORUÇ, TUR

LOCAL ORGANIZING COMMITTEE



Dr. Ömer Levent TUNCAY (Chairman)
Dr. Uğur DÜNDAR
Dr. Bülent AĞBUĞA
Dr. Ahmet ALPTEKİN
Dr. Özgür MÜLAZIMOĞLU BALLI
Dr. [illegible] EKMEKÇİ
Dr. [illegible] KOCAK
Dr. [illegible]
Dr. [illegible]
Dr. Yusuf KOKLU
Dr. Funda AKGAN
Dr. [illegible]
Dr. [illegible]
Dr. Gökhan KORKMAZ
Dr. Zekeriya ÇELİK
Dr. Yunus ARSLAN
Dr. Berna RAMANLI
Dr. Pınar GÜREL
Dr. Özden TEPEKÖYLÜ ÖZTÜRK
Dr. Şakir BEZCİ
Aytül DAĞLI EKMEKÇİ
Elif BOZYİĞİT
Şehmus ASLAN
Eylem ÇELİK

Hüseyin GÖKÇ
Yeliz İLGAR
Serap US
[illegible] KILIÇ
Fatih CUR
Deniz HÜNÜK
Fatma SAÇLI
Süleyman GÖNÜLATEŞ
Emine ŞAHİN
Çağdaş MAVİOĞLU
Halit EGESOY
Yüksel KEPENEK
Bircan TOSUNLAR
Sibel KARACAOĞLU
Bülent ŞENKİBAR
Emine ŞAHİN
Gülsevdi BOZDEMİR
Şerife TOPALOĞLU
Mehmet ÜRNEZ
Tansu YAAN
Emin ÖZTOP
Fırat ESER
Aydın İLHAN
Bayram YALÇINKAYA
Vedat ERÇAK

Abstract 1016

The correction of built-in errors on freestyle swimming tecnique (a case study)

Murat Şahbudak[1], Dilek Sevimli[2], Yeliz Şirin[3]
[1]Dr. Nilüfer-Mustafa Özyurt Primary School, Gaziantep/TURKEY
[2]Çukurova University, Physical Education and Sport Department, Adana/TURKEY
[3]Sütçü İmam University, Physical Education and Sport Department, Kahramanmaraş/TURKEY

Aim: This study was planned in order to correct the built-in errors on a 10 year old primary school student who have incorrectly learned the freestyle swimming technique.

Method: Student in the study has a 3 months training experience in the category of juniors and has been involved in the sport of judo before starting swimming. She has found to have abilities (body coordination, endurance, flexibility and explosive power) related to the sport of swimming. This student has highly motivated herself for proofreading freestyle swimming technique, learning to apply the correct technique and achieving success in the provincial championship between the primary schools.

In this study, firstly, the most important mistakes (inadequate foot stroke, bending of the legs excessively from the knees, entering the head too much into the water and head-hand-foot coordination disorder/body alignment disorder) made by student were detected. In this way, after correction of the errors related to technique, the whole freestyle swimming technique and the parts of the right freestyle swimming technique were demonstrated and explained descriptively by providing visual, acoustic and kinesthetic examples) During the movement implementation phase, the external feedback that was verbal and visual feedback was given initially by the coach. After each block exercise, the knowledge of results (KR) was shared with student. Before coming to the next training, student was asked to make mental imagery perception prior the exercise. The imagery was related with the correction of the technical aspects of the parts of the freestyle swimming technique. This study was done during 6 weeks (on Saturday and Sunday), totally 12 days.

As a result, at the end of all phases of the learning process, it was the aim of the planned 6 weeks error correction method of induction and deduction; it was observed that the freestyle swimming technique was successfully learned. Furthermore, some improvements (e.g. head-hand-foot coordination, presentation, adaptability, fluidity, strength, balance, tempo, mobility, the sense of movement, the sense of rotation, the sense of distance and movement transmission capability) have been identified.

Keywords: Swimming, motor learning, block exercise

Serbest stil yüzme tekniğindeki hataların düzeltilmesi (vaka çalışması)

Murat Şahbudak[1], Dilek Sevimli[2], Yeliz Şirin[3]
[1]Dr. Nilüfer-Mustafa Özyurt İlköğretim Okulu, Gaziantep/TÜRKİYE
[2]Çukurova Universitesi, BESYO, Adana/ TÜRKİYE
[3]Sütçü İmam Universitesi, BESYO, Kahramanmaraş/ TÜRKİYE

Amaç: Bu çalışma 10 yaşındaki bir ilköğretim öğrencisinin serbest stil yüzme tekniğindeki yanlış öğrenme sonucu oluşan yerleşik hatalarının düzeltilmesi amacıyla planlanmıştır.

Yöntem: Çalışmaya alınan öğrenci, küçükler kategorisinde 3 aylık antrenman deneyimine sahiptir. Ayrıca, yüzme sporuna başlamadan önce 1 yıl judo sporu ile uğraşmıştır. Yüzme sporu ile ilgili becerilere (vücut koordinasyonu, dayanıklılık, esneklik ve patlayıcı kuvvet) sahip olduğu tespit edilmiştir. Serbest stil yüzme tekniğindeki yanlışlarını düzeltmek, doğru tekniği öğrenerek uygulamak ve ilköğretim okulları arasında yapılacak olan il birinciliği yarışmasında başarı elde etmek için öğrenci oldukça motivedir.
Bu çalışmada ilk olarak öğrencinin yaptığı önemli hatalar belirlendi (ayak vuruş tekniği, bacakların dizden bükülmesi, başın su içine tam olarak girmemesi ve el, ayak, baş koordinasyon bozukluğu). Hatalar tespit edildikten sonra, visüel, akustik uyarılar verilerek hareket sözlü ve görsel olarak açıklandı. Çalışma altı hafta ve haftanın iki günü yapıldı. Hareketi uygulama aşamasında başlangıçta uyarılar antrenör tarafından dışsal geri bildirim ile sözlü olarak verildi. Her blok çalışmadan sonra, sonuç bilgisi öğrenci ile paylaşıldı. Bir sonraki antrenmana gelirken, düzeltme yapılan teknik hareket ile ilgili daha önceden öğrenilmiş olan zihinde canlandırma tekniğini uygulaması istendi.

Sonuç olarak, serbest stil yüzme tekniğindeki hataların düzeltilmesi amacı ile altı haftalık tüme varım ve tümden gelim yönteminin birlikte kullanıldığı karma yönteme göre planlanan öğrenme süreci sonunda krawl tekniğinin tüm evrelerini başarılı şekilde yerine getirdiği gözlemlenmiştir. Ayrıca, koordinasyonu, teknik uygulama, uyum yeteneği, akıcılık, sağlamlık, denge, tempo, hareketlilik, hareket hissi, dönme duyusu ve hareket iletimi yeteneğinde de ilerlemeler gözlemlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Yüzme, motor öğrenme, blok alıştırma