ULUSLARARASI HAKEMLİ AKADEMİK SOSYAL BİLİMLER DERGİSİ

Temmuz-Ağustos-Eylül 2011 Sayısı Sayı: 1 / Cilt: 1 Spring July- August- September2011 Volume:01 Issue:01 Jel Kodu: JEL I

www.iibdergisi.com

21 YAŞ ALTI KARATE ELİT KATA- KUMİTE SPORCULARININ BACAK KUVVETİ İLE ÇABUKLUKLARININ KARŞILAŞTIRILMASI

Aytekin SOYKAN[1], Osman ATEŞ[2], Meryem GÜLER[1]
[1]Marmara Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, İstanbul
[2]İstanbul Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, İstanbul

Özet: Çalışmanın amacı Türkiye'de 21 yaş altı kategorisinde yarışan elit erkek kata ve kumite sporcularının, bacak kuvveti ve çabukluklarını karşılaştırmaktır. Bu çalışmaya 21 yaş altı kategorisinde yarışan, milli takım seviyesinde 20 erkek kata ve kumite sporcusu katılmıştır. Katılımcıların bacak kuvvetlerini ve çabukluklarını ölçmek için sırasıyla dikey sıçrama ve durarak uzun atlama, izometrik kas kuvveti (bacak dinamometre) testi ve ilinois testi uygulanmıştır. Gruplar arası karşılaştırmaları için T-testi kullanılmıştır. Kata ve kumite sporcularının bacak kuvvetleri arasında anlamlı farklılık bulunamamışken, çabukluk değerleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0.05$). kumite sporcuları kata sporcularına göre daha çabuk bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Karate, bacak kuvveti, çabukluk

COMPARING OF LEG STRENGHT AND AGILITY IN ELITE KATA-KUMITE PLAYERS WHO ARE UNDER 21 YEARS OLD

Abstract: The purpose of the study is to compare elite kata and kumite player's leg strenght and agility who race under 21 years old category in Turkey. In this study 20 male kata and kumite players who are under 21 years old category, in national team level attended. To measure leg strenght and agility vertical jump, standing long jump, isometric muscle (leg dynamometer) tests and ilinois test were performed, respectively. T-test was used to compare between the groups. When there was no significant differences in leg strenght between Kata and Kumite players, there was significant difference in agility values ($p<0.05$). Kumite players are agiler than kata players.

Keywords: Karate, leg strength, agility

ULUSLARARASI HAKEMLİ AKADEMİK SOSYAL BİLİMLER DERGİSİ

Temmuz-Ağustos-Eylül 2011 Sayısı Sayı: 1 / Cilt: 1 Spring July- August- September2011 Volume:01 Issue:01 Jel Kodu: JEL J

www.iibdergisi.com