

## ◆ EGZERSİZ VE SPOR FİZYOLOJİSİ ABD

Egzersiz ve Spor Fizyolojisi, egzersize akut ve kronik yanıtları moleküler boyuttan sistemler düzeyine kadar inceleyen bir alandır. Lisansüstü eğitim programına kabul edilen öğrencilerin farklı fakültelerde yürütülen Biyokimya ve Fizyoloji gibi lisansüstü programlardan da dersler olarak tez çalışmaları öncesinde yeterli bir donanımına sahip olmaları desteklenmektedir. Bu alanda yürütülen lisansüstü araştırmalar, kas biyokimyası ve egzersiz fizyolojisi ve deney hayvanları araştırma laboratuvarlarında sürdürülmektedir. İskelet kası atrofisi, özellikle, sarkopeninin önlenmesinde moleküler mekanizmalar ile egzersiz ve farklı çevresel streslere yanıt olarak iskelet ve kalp kasında adaptasyon mekanizmaları temel araştırma konularıdır.

## ◆ SPOR VE ANTRENÖRLÜK ABD

Spor ve Antrenörlük anabilim dalı, antrenman yaklaşım ve yöntemlerini disiplinler arası bir anlayış ile ele alır. İlgilenilen spor dalı özelinde performans (etkileyen unsurların) bileşenlerinin uygun test yöntemleri ile belirlenmesi ve analizi, antrenman (kapsam) ve içeriğinin periodizasyon ilkeleri çerçevesinde incelenmesi, düzenlenmesi ve takip edilmesi; farklı antrenman yapı ve modellerinin, farklı spor dallarında ve özel gruplarda (çocuklar, kadın, performans sporcuları...) incelenmesi; spora özel antrenman, teknik ve taktik yaklaşımlar çalışma konularının genel hatlarını çizmektedir.

## ◆ BİYOMEKANİK VE MOTOR KONTROL ABD

Spor Biyomekaniği farklı sporlarda insan hareketlerinin mekanik özelliklerini incelerken, daha ekonomik ve daha etkili tekniğin geliştirilmesi yanı sıra spor yaralanmalarının önlenmesi gibi yollarla performansı geliştirmeye dönük analiz ve uygulamalara odaklanmaktadır. İnsan vücudunun çok elemanlı dizaynı ve serbestlik derecesi problemi, motor becerilerin gerçekleştirilmesi sırasında sinir sisteminin amaca dönük ve koordinasyon gerektiren hareketleri kontrol etmedeki rolünü anlamayı da gerektirmektedir. Motor kontrol araştırma alanı bu noktada biyomekanik, sinir bilim gibi farklı çalışma alanlarında edinilen bilgiyi sentezlemeyi hedefler. Lisansüstü öğrencilerin spor biyomekaniği ve motor kontrol alanında araştırma temelli anlayış ile teorik bilgiye ek olarak deneysel yaklaşım ile deneyim kazanması hedeflenir. Lisansüstü çalışmalar kapsamında, laboratuvar ve saha çalışmaları, modelleme, simülasyon gibi bilgisayar uygulamaları, analizler, tartışma ve proje sunumları yer alır.

## ◆ EGZERSİZ VE SPOR PSİKOLOJİSİ ABD

Egzersiz ve Spor Psikolojisi spor ve fiziksel aktiviteye katılımda insan davranışlarını psikolojik boyutta ele alan bir çalışma alanıdır. Egzersiz ve spor psikolojisi alanında yürütülen araştırmalar, spora ve fiziksel aktiviteye özgü olarak bireysel davranışların belirlenmesinde sosyal-çevre içerisindeki faktörler ile katılımcının kişisel özelliklerinin etkileşim içerisinde olduğuna dikkat çekmektedir.

## ◆ BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ABD

Beden Eğitimi ve Spor hareket eğitimi ve sportif beceriler ile sağlıklı yaşam tarzının özendirilmesine yönelik multidisipliner bir yaklaşım sergiler. Program, lisansüstü öğrencilerin öğretim ve araştırma becerilerini arttırmak üzere eğitim programı ve öğretim teknikleri geliştirmeye odaklanır. Beden Eğitimi ve Spor çalışma alanı, müfredat geliştirme, öğretim ve öğrenme, spor pedagojisi ve öğretmen ve program yönlendirme, beden eğitimi ve sporda eleştirel düşünme, fiziksel aktivite ve spor ile akademik başarı ve bilişsel süreçler ilişkisi konularıyla ilgilenir. Lisansüstü programı tamamlayan öğrencilerin eğitim programı dizaynı, öğretim yöntemleri, beden eğitimi ve sporun temelleri, spor pedagojisi, teknoloji geliştirme ve kullanma ve öğretmen adaylarını yönlendirme becerileri kazanması hedeflenir.

## ◆ EGZERSİZDE BESLENME VE METABOLİZMA ABD

Egzersizde Beslenme, sağlığın korunması, hastalıkların önlenmesi ve sportif performansın optimal düzeye çıkarılmasının temel bileşenleridir. "Egzersiz metabolizması ve beslenme", beslenmenin ve ergojenik desteğin insan sağlığı ve metabolizması üzerine etkileri kadar vücut kompozisyonu, egzersiz kapasitesi ve sportif performans üzerine etkilerini inceleyen teorik ve uygulamalı bir uzmanlık alanıdır. Bu alandaki lisansüstü araştırmalar beslenme, metabolizma, egzersiz fizyolojisi ve egzersiz biyokimyası alanlarındaki bilginin sentezlenmesini gerektirir. Temel çalışma konuları arasında beslenme ve ergojenik desteğin rekreasyonel katılımdan elit sporculara kadar sportif performansın optimizasyonuna olan etkileri yanı sıra, özel gruplarda (çocuklar, yaşlılar, sporcular vb.) metabolik etkilerinin araştırılması yer almaktadır. Başlıca araştırma konuları şunlardır: Egzersiz ve beslenmenin insülin direnci, sedanter yaşam, obezite ve yaşlılık ile ilişkili metabolik sendrom üzerine etkileri; beslenmenin iskelet kası ve adipoz doku düzeyinde egzersize adaptasyon üzerine etkisi; besin alımı ve besin desteklerinin enerji metabolizması ve egzersiz sırasında temel fizyolojik fonksiyonlar üzerine etkisi; egzersiz sonrası besin alımının toparlanma ve performans gelişimi üzerine etkisi.

## ◆ SPORDA SOSYAL ALANLAR

Sporda Sosyal Alanlar araştırma temelli olarak sosyal bilimler alanında teori ve yöntemleri inceler. Spora ve rekreasyonel etkinliklere katılımın sosyal boyutu ile ilgilenen bu araştırma alanı, sosyoloji, antropoloji, ekonomi, tarih, felsefe, siyaset bilimi, yönetim yanı sıra toplumsal cinsiyet ve medya çalışmaları gibi temel alanları barındıran geniş bir yelpazedeki sosyal bilim dallarıyla ilişkilidir. Toplumda sporun yeri, çok kültürlülük, sosyal eşitsizlik, kültürlerarası analizler ve spor politikaları temel çalışma konularıdır.

## ◆ FİZİKSEL AKTİVİTE VE SAĞLIK

Fiziksel Aktivite ve Sağlık alanı, lisansüstü öğrencilere fiziksel aktivitenin değerlendirilmesi, ve farklı koşullarda ve gruplar arasında özendirilmesi ile ilişkili teorik ilke ve yöntemler üzerine bilgilerinin derinleştirme fırsatı sunar. Fiziksel aktivite katılımı etkileyen faktörler, fiziksel aktivite alışkanlığının ölçülmesi, sağlık ve eğitim politikalarının farklı toplumlarda fiziksel aktiviteyi artırma yönünde etkinliğinin incelenmesi araştırma konuları arasında yer almaktadır.



H.Ü. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Spor Bilimleri ve Teknolojisi ABD

Dekan:	Dr. Haydar Demirel
E-posta :	haydar.demirel@hacettepe.edu.tr
Koordinatör:	Dr. Serdar Arıtan
E-posta:	serdar.aritan@hacettepe.edu.tr
Adres :	Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beytepe, 06800 Ankara, Turkey

### Başvurular için Enstitü İletişim Bilgileri

Adres :	Hacettepe University Sağlık Bilimleri Enstitüsü Sihhiye ,06100, Ankara, Turkey
Tel :	+90 (312) 305 10 91 (Danışma) +90 (312) 305 15 54 (Öğrenci İşleri)
Fax:	+90 (312) 309 31 90
Web:	http://www.healthsci.hacettepe.edu.tr/
E-posta:	infosagbil@hacettepe.edu.tr

Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi hakkında:

1989 yılında beden eğitimi öğretmeni, antrenör, yönetici ve rekreasyon alanlarında eleman yetiştirmek üzere Eğitim Fakültesine bağlı Spor Bilimleri ve Teknolojisi Bölümü adıyla kurulmuştur. 1992 yılında "Spor Bilimleri ve Teknolojisi" adıyla yüksekokula dönüşmüş ve son olarak 2013 yılında "Spor Bilimleri Fakültesi" ismi altında yeniden yapılandırılmıştır.

"Spor Bilimleri" kavramını ve bu bilim alanının multidisipliner yapısını Türkiye'de ilk kez uygulamalı olarak ele alan Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, 1992 yılından bu yana Sağlık Bilimleri Enstitüsü bünyesinde yüksek lisans ve doktora programları yürütmektedir.

Farklı alanlarda yetişmiş akademik kadrosu ve araştırma alt yapısı ile ülkemizin Spor Bilimleri alanında ihtiyaç duyduğu; nitelikli, araştıran, sorgulayan, bilgi ve çözüm üreten araştırmacıların yetiştirilmesi için çaba göstermektedir. Lisansüstü programlar üç bölüm altında dokuz farklı anabilimdalı tarafından desteklenmektedir. Bu nedenle lisansüstü programlara başvuracak adayların ilk olarak eğitim almak istedikleri alana karar vermesi ve güncel araştırma konuları hakkında bilgi alarak çalışmayı istedikleri öğretim üyesini belirlemeleri ve ön görüşme yapmaları önerilmektedir. Spor Bilimleri yanısıra Üniversitelerin farklı Fakültelerinde eğitimini tamamlamış ve spor bilimlerinde lisansüstü eğitim almak isteyen adaylar da başvuruda bulunabilir.

Fakültemiz öğretim üyelerinin çalışma alanları ve iletişim bilgilerine <http://www.sbt.hacettepe.edu.tr/lisansustu> adresinden ulaşabilirsiniz.

Fakültemiz Anabilim Dalları

#### EGZERSİZ VE SPOR BİLİMLERİ BÖLÜMÜ

- ◆ Egzersiz ve Spor Fizyolojisi ABD
- ◆ Spor ve Antrenörlük ABD
- ◆ Biyomekanik ve Motor Kontrol ABD
- ◆ Egzersiz ve Spor Psikolojisi ABD

#### BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLİĞİ BÖLÜMÜ

- ◆ Beden Eğitimi ve Spor ABD
- ◆ Engelliler için Beden Eğitimi ve Spor ABD

#### REKREASYON BÖLÜMÜ

- ◆ Sporda Sosyal Alanlar ABD
- ◆ Egzersizde Beslenme ve Metabolizma ABD
- ◆ Fiziksel Aktivite ve Sağlık ABD



[www.sbt.hacettepe.edu.tr](http://www.sbt.hacettepe.edu.tr)



**HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ**  
**SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ**

Lisansüstü Programlar



**HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ**  
**SPOR BİLİMLERİ**  
**FAKÜLTESİ**