



BEDEN EĞİTİMİ ve SPOR YÜKSEKOKULU

2021 EYLÜL AYI BÜLTENİ



<http://besyo.gelisim.edu.tr>

[@igu_besyo](https://www.instagram.com/igu_besyo)





MEZUNLARIMIZI UĞURLADIK

Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulumuz 2019-2020 ve 2020-21 Eğitim-Öğretim Yılı mezunlarımız, üniversite kampüsümüz içerisinde yapılan Mezuniyet Töreni'nde yeniden buluştu. Mezun olan öğrencilerimizi iki yıl sonunda yeniden kampüsümüzde ağırlamanın ve mezun etmenin mutluluğunu yaşıyoruz...



2019-2020 BİRİNCİSİ ONUR ŞENGÖL

Beden Eğitimi ve Spor
Yüksekokulu 2019-
2020 birincisi Onur
ŞENGÖL...



2020-2021 BİRİNCİSİ HÜSEYİN CAN PINAR

Beden Eğitimi ve
Spor Yüksekokulu
2019-2020 birincisi
Hüseyin Can
PINAR...

Paralimpik Oyunları sona erdi

Japonya'nın başkenti Tokyo'da 24 Ağustos'ta başlayan ve yeni tip koronavirüs (Kovid-19) nedeniyle seyircisiz gerçekleştirilen 2020 Paralimpik Oyunları, düzenlenen kapanış töreniyle sona erdi.

Olimpiyat Stadı'nda Kovid-19 salgını nedeniyle seyircisiz gerçekleşen törende tüm ülkelerin bayrakları sporcuları tarafından saha ortasına getirildi. Türk bayrağını, atıcılıkta kadınlar 10 metre havalı tabanca P2 sınıfında gümüş madalya kazanan Ayşegül Pehlivanlar taşıdı.



Türkiye oyunları 42. sırada tamamladı



Türkiye, Tokyo'da tarihinin en fazla madalya topladığı organizasyonunu geçirdi. Para milli sporcular, 2 altın, 4 gümüş ve 9 bronz madalyayla oyunları 42. basamakta bitirdi. Milliler, 15 madalyayla toplam madalya sıralamasında ise 25. sırayı aldı.

Çin, 96 altın, 60 gümüş ve 51 bronz olmak üzere 207 madalyayla genel ve toplam madalya sıralamasında büyük farkla birinci olmayı başardı.

2020 Tokyo Paralimpik Oyunları'nda 86 ülke madalya alma sevinci yaşadı.

**863 kişi
koronavirüse
yakalandı**

Tokyo Olimpiyatları ile Paralimpik Oyunları boyunca sporcular dahil 863 kişinin yeni tip koronavirüse (Kovid-19) yakalandığı bildirildi. Tüm oyunlarda Japonya içinde ve dışından 15 binden fazla sporcu yarıştı.



GOLBOLDE ÜST ÜSTE 2. KEZ ŞAMPİYON TÜRKİYE

2020 Tokyo Paralimpik Oyunları kadınlar golbolde Türkiye, final maçında ABD'yi 9-2 mağlup etti ve üst üste 2. kez altın madalyanın sahibi oldu.

Sevda Altunoluk, ay-yıldızlıların tüm gollerini kaydederek galibiyeti getirirken, 46 golle tamamladığı oyunların da en skorer ismi oldu.

ALTIN YİNE ABDULLAH'IN

2020 Tokyo Paralimpik Oyunları masa tenisi tek erkekler (Sınıf 4) finalinde Güney Koreli rakibi Kim Young-Gun'u 3-1 mağlup eden milli sporcu Abdullah Öztürk, üst üste ikinci kez Paralimpik Oyunları'nda altın madalyanın sahibi oldu.

Karşılaşmadan sonra büyük bir sevinç yaşayan Abdullah Öztürk, sırtına aldığı Türk bayrağıyla altın madalyanın gururunu yaşadı.



ELİF İLDEM 21 YILLIK REKORU KIRDI

2020 Tokyo Paralimpik Oyunları'nda kadınlar 100 metre serbest S3 kategorisinde elemeleri geçemeyen milli yüzücü Elif İldem, 100 metre serbest stil S1 kategorisinde 21 yıllık paralimpik rekorunu kıırarak önemli bir başarı elde etti.

Yarışı 3.17.54'lük zamaniyla bitiren Elif İldem, S1'de 2000 Sydney'de 3.27.47'yle rekoru elinde bulunduran Büyük Britanyalı Danielle Wats'ı geride bıraktı.



RECEP ÇİFTÇİ'DEN BRONZ MADALYA

2020 Tokyo Paralimpik Oyunları'nda erkekler judo 60 kiloda Recep Çiftçi, bronz madalya kazandı.

Milli sporcu, bronz madalya maçında Venezuellalı Marcos Dennis Blanco'yla karşılaştı. Rakibi karşısında 1-0 gerideyken iyi bir oyun ortaya koyan 26 yaşındaki sporcu, müsabakayı ipponla kazandı ve bronz madalya kazandı.



BESRA MADALYAYI KAPT'I

Milli halterci Besra Duman, Tokyo Uluslararası Forum'da podyuma çıktı.

İlk hakkında 117, ikinci denemesinde de 124 kilo kaldıran Besra için bu kilo, madalyaya ulaşmasında yeterli oldu.

Son hakkında altın madalya için 126 kilo deneyen ancak başarılı olamayan 20 yaşındaki milli sporcu, 124 kiloyla bronz madalyaya uzandı.



OKÇULUK VE ATICILIKTA GÜMÜŞ MADALYA KAZANDIK



2020 Tokyo Paralimpik Oyunları'nın yedinci gününde atıcılıkta kadınlar 10 metre havalı tabanca P2 sınıfında Ayşegül Pehlivanlar, gümüş madalya kazandı.

Okçuluk branşında ise erkekler makaralı yay W1 kategorisinde Nihat Türkmenoğlu, gümüş madalya elde etti.

Ampute Futbol Milli Takımı üst üste ikinci kez Avrupa Şampiyonu

Ampute Futbol Milli Takımı, Avrupa Şampiyonası'nın finalinde İspanya'yı 6-0 yenerek üst üste ikinci kez şampiyon oldu. Son şampiyon Türkiye, Polonya'nın Krakow kentinde düzenlenen Avrupa Ampute Futbol Şampiyonası'nın finalinde İspanya'yla karşılaştı.

Maça iyi başlayan Türkiye, 6. dakika Ömer Güler'ün kontra atak sonucu attığı golle 1-0 öne geçti. Ömer'le 10. dakikada farkı 2'ye çıkaran ay-yıldızlı ekip, 21. dakikada Kemal Güleş'le 3-0'ı buldu. Rahmi Özcan'la 24. dakikada şık bir gol daha atan Türkiye, devreyi 4-0 önde tamamladı.

İkinci yarıya da golle başlayan milliler, Ömer Güler'ün 26. dakikada "hat-trick" yapmasıyla farkı 5'e çıkardı: 5-0. Kemal Güleş'in 42. dakikadaki golü maçın skorunu belirledi ve Türkiye, İspanya'yı 6-0 yenerek adını zirveye yazdırdı.

İstanbul'da düzenlenen 2017 Avrupa Şampiyonası'nda kupanın sahibi olan milliler, 2021'de de zirveye yerleşerek bu mutluluğu üst üste ikince kez yaşadı.



2020 Avrupa Ampute Futbol Şampiyonası'nı değerlendiren Ampute Milli Takım Teknik Direktörü Osman Çakmak, "En az gol yiyen takımımız. Sadece bir sarı kart gördük. Turnuvanın en değerli oyuncusu bizde, asist kralı, gol kralı bizde. Türk milletine armağan olsun. 2022 Dünya Kupası'na ev sahipliği yapacağız. Türk milletinin desteğini istiyoruz" dedi.

PANDEMİ BİRÇOK GENCE SPOR BIRAKTIRIYOR!



ABD'de yapılan yeni bir çalışmaya göre, Covid-19 pandemisinin genç sporcularda, branşlarını uygulamasına engel oldu.

Bu da sporcuların motivasyonunu düşürdü. Pandemi döneminde stadyumların da kapanması ile birlikte 10 sporcudan en az 1'i uzun vadeli hedeflerini gözden geçirmek durumunda kaldı.

Pediyatrik Ortopedi Cerrahisi Ve Klinik Araştırma Direktör Yardımcısı Dr. Henry Ellis, bazı sporcuların pandemi döneminde yoğun antrenmandan uzak kalıp, ilgilendikleri branşlarından soğuduklarını ifade etmiştir.

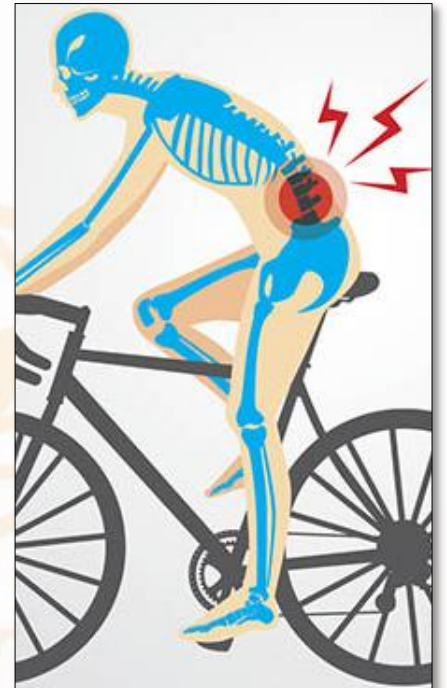
Ancak bazı sporcularda ise; özellikle bir branşta uzmanlaşmış olanların depresyonla mücadele ettiklerini de ekleyerek, ebeveynlerin ve antrenörlerin genç yaşta sporculara çok fazla yüklenilmemesi gerektiği ve bütün sporcuların profesyonel spor hayatında olamayacağından dolayı yaptıkları sporları eğlenceli hale getirmemiz gerektiğini belirtiyor.

OMURGA YARALANMASINDAN EN ÇOK BİSİKLETÇİLER ETKİLENİYOR

Journal of Neurosurgery: Spine'da yayınlanan bir araştırmaya göre travmatik omurga yaralanması açısından en riskli görülen sporlar; bisiklet, kayak ve snowboard'du.

Blake Hauser liderliğindeki Harvard araştırmacıları, ABD'de kemik kırıkları veya omurilik hasarını içeren 12.031 sporla ilgili travmatik omurga yaralanması vakasını analiz etti ve vakaların %81'ini bisiklet sporunun oluşturduğunu tespit edildi. Yaralanmaların %12'sinin kayak ve snowboard, %3'ünün su ve temas sporlarından ve %1'inin de kaykay sporundan kaynaklandığı görüldü.

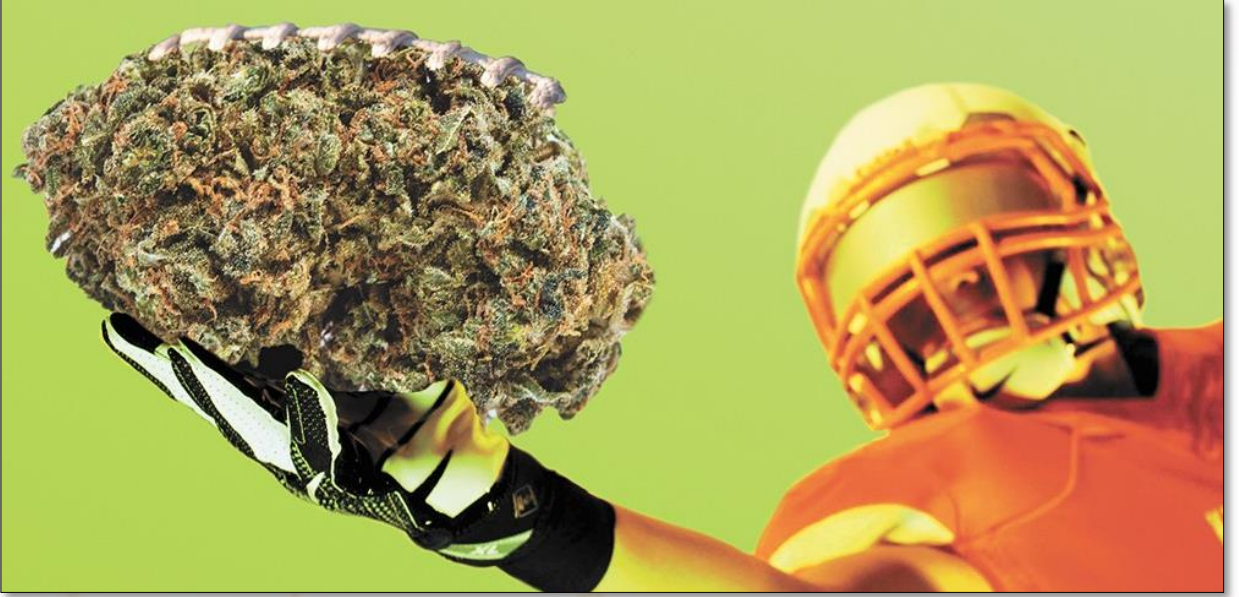
porda travmatik omurga yaralanmalarının en sık nedenlerinin ise motorlu taşıtlar (%81) ve düşmeler (%14) olduğu belirlendi. Bisikletçiler yolu araçlarla paylaştığı için bisiklet yaralanmalarının orantısız bir şekilde yüksek olması muhtemel olduğu düşünülüyor.



SPORDA DOPİNG: “ESRAR” YASAKLI MADDELER LİSTESİNDE OLMALI MI?

İngiliz Olimpik haber web sitesi olan Inside The Games'in bildirdiğine göre 2021 Dünya Anti-Doping Yasası, cannabis, marijuana, and hashish gibi maddelerin ana psikoaktif bileşeni olan tetrahidrokannabinol'ü (THC) bir "kötüye kullanım maddesi" olarak sınıflandırıyor.

BBC'nin ileri gelen gazetecilerinden biri olan Levinson-King, esrarın Amerika'nın birçok eyaletinde yasal olmasına rağmen sporda neden hala yasa dışı olduğunu sorgulamak amacıyla **"Performans artırıcı özelliklerinin tartışmalı olduğu göz önüne alındığında, çoğu kişi esrarın neden hala yasaklanması gerektiğini merak ediyor."** ifadesini paylaştı.



Dünyanın en iyi 100 metre koşan atletlerinden biri olarak kabul edilen ABD'li sprinter Sha'Carri Richardson, Haziran ayında ABD Olimpiyat Atletizm denemeleri sırasında yapılan doping testlerinde pozitif pozitif değer aldıktan sonra 1 ay uzaklaştırma almıştı.

The Guardian'ın bildirdiğine göre, Richardson'ın uzaklaştırılması büyük bir tartışmaya yol açtı ve dopingle mücadele kurallarının gözden geçirilmesi için çağrıda bulunulmasına sebep oldu. Bu haberden sonra Dünya Anti-Doping Ajansı (WADA), esrarın yasaklı madde statüsüne ilişkin bir "bilimsel inceleme" başlatacağını duyurdu.

WADA yaptığı açıklamada, Bir dizi paydaştan gelen taleplerin ardından, Yürütme Komitesi, Liste Uzmanı Danışma Grubu'nun 2022'de esrar durumunun bilimsel bir incelemesini başlatma kararını onayladı ve Esrarın şu anda rekabette yasak ve 2022'de de öyle olmaya devam edeceğini ilettili.

Çocuklar Pandemide Aslında Neler Yaptı?

Hayatımız çoğu zaman günlük rutinler tarafından yönetilir: sabah uyanırız, kahvaltı yaparız, okula veya işe gideriz, öğle yemeği yeriz, akşam yemeği yeriz, televizyon izleriz, yatarız. Aileler için ise haftalık rutinler genellikle çocukların sporları veya aktif hobileri etrafında döner.

Bazı zamanlar hayatta rutinlerimizin alt üst olduğu zamanlar vardır. Çoğunlukla bunlar, okula başlamak veya emekli olmak gibi yaşam geçişleridir. Daha az sıklıkla, hastalık veya iş kaybı gibi bireysel krizlerden kaynaklanır. Daha da nadir olan, sosyal çalkantılardır Şuan içerisinde bulunduğumuz COVID pandemisi de bunlardan biridir.

Covid-19 pandemisi sürecinde yapılan araştırmalara göre çocukların etkinliklerinin azaldığı görülürken, ekran karşısında geçirdikleri sürede artış olduğu tespit edilmiştir. Kraliyet Çocuk Hastanesi'nin geçen yılki Ulusal Çocuk Sağlığı Anketine göre, ebeveynlerin %42'si çocuklarının daha az aktif olduğunu söylerken, sadece %13'ü daha aktif oldukları yanıtını vermiştir.



**Unutulmamalıdır Ki!
Sağlıklı Bireyler,
Sağlıklı Toplumlara
Ortaya Çıkarır**

15 yaş üstü 20.000 Avustralyalı çocuk ile yapılan bir ankette, ergenlerin %44'ünün daha az spor yaptığı ve %31'inin sporla uğraştığı ortaya çıkmıştır. 2020 yılındaki ders dışı sporlara katılım oranının, 2019'a kıyasla ulusal olarak %55'ten %43'e düştüğü tespit edilmiştir.

Çocukların ne kadar aktif olduklarının iyi bir göstergesi, dışarıda ne kadar zaman geçirdikleridir. Ulusal Çocuk Sağlığı Araştırmasında, ebeveynlerin %42'si çocuklarının dışarıda daha az zaman geçirdiklerini, %14'ü ise dışarıda daha fazla zaman geçirdikleri bulunmuştur.



SPORDA KADIN – ERKEK EŞİTLİĞİ NASIL SAĐLANIR?

Sue Anstiss' in yeni kitabı Game On: The Unstoppable Rise of Women's Sport'un satışa sunumu kutlanırken spor dünyasında cinsiyet eşitliği konusunda ilerleme sağlamak için değışmesi gerekli görölen şeyler hakkında özel bir yazı yayımlandı...

Medya



Őaşırtıcı bir şekilde, spor kapsamının yalnızca %5-10'u kadın sporunu içermektedir.

Yatırım



Kadın sporunun eğitim tesislerinden antrenörlere, ekipman, forma ve pazarlamaya kadar her şeye yatırıma ihtiyacı vardır

Sponsor



Barclays, Vitality, Mastercard ve VISA gibi büyük markalar, kadın sporunu desteklemenin gücünü fark etmeye başladı bile.

Rol Modeller



Sporcular haricinde yayıncılar, antrenörler ve yetkililere kadar hepsi olmak üzere spordaki kadınları görmemiz ve kutlamamız önemlidir.

Kural Koyucular



Büyük sporların ve yayıncıların yönetim kurullarında cinsiyet dengesinin iyileştirilmesi, sporda daha fazla eşitlik sağlayan daha iyi kararlara yol açacaktır.

Bilimsel Çalışmalar



Kadınlarla ilgili daha fazla spor bilimi araştırması yapılması gereklidir.

Erkek Müttefikler



Sonuçta, kadın sporu için sporda gerçek bir eşitlik sağlanacaksa, erkeklerin yanında olması çok önemli olacaktır.

FIFA 22 İçin Serie A Liginden 14 Takım Lisans Sahibi Oldu

Yeni yapılan anlaşma ile 14 yeni Seri A takımı FIFA 2022'de bulunmaya hak kazandı.

Anlaşma aynı zamanda Serie A'nın, FIFA Ultimate Team'in Haftanın Takımı ve FUT Serie A Sezonun Takımı promosyonlarına özgün entegrasyonunu garanti altına aldı. Ayrıca Serie A ligi, yepyeni bir EA SPORTS Ayın Oyuncusu ödülleri de dahil edilecek.



Spor Müsabakalarında Alkol Reklam Tehlikesi

Alkol reklamlarının genellikle reşit olmayanlara hitap etmesi büyük bir endişedir. Sonuç olarak, alkol ve alkol içeriğinin TV, radyo ve sosyal medyada ticari reklamını kısıtlayan kurallar getirilmiştir.

Bununla birlikte, mevcut düzenlemeye rağmen, Alkol Araştırmaları Enstitüsü'nün bir raporu, 18 yaşın altındakilerin hala çeşitli alkol pazarlama kampanyalarını iyi hatırladıklarını göstermektedir; bu, alkol reklamlarına maruz kalmanın, içmeye başlama ve daha sonra ergenler tarafından kullanımla ilişkili olması nedeniyle bir endişe kaynağıdır. Düzenleyici ağıdan tamamen kaymış gibi görünen bir alan, televizyonda yayınlanan spor etkinlikleri sırasında alkol reklamcılığıdır.



Nottingham Üniversitesi'nden Dr Alex Barker, gençleri korumak için spor sırasında alkol reklamcılığına (sponsorluk faaliyetleri de dahil olmak üzere) getirilen kısıtlamaların son derece gerekli olduğuna inanıyor. Ayrıca Barker, "**Çocukların ve gençlerin spor izleme iştahı hakkında bildiklerimi ve izleyicinin farkına bile varmadan alkol pazarlamasının ne kadar ikna edici olabileceğini bildiğimden, düzenleyicileri proaktif olmaya ve ulus çocuklarını korumak için düzenlemeleri sıkılaştırmaya çağırıyorum**" diyerek tehlikeye işaret ediyor.

DÜNYAYI ŞAŞKINA ÇEVİREN AZİM !

Mısırlı bir Paralimpik sporcu, alışılmışın dışında oyun stiliyle dünyayı hayretler içinde bırakıyor. Mısırlı olimpiik yarışmacı İbrahim Hamadtou raketi ağzında tutarak masa tenisi oynuyor. 2014'ten beri para masa tenisinde bu şekilde mücadele eden 48 yaşındaki sporcu raketi ağızıyla tutuyor ve servis atarken sağ ayağını kullanıyor.

10 yaşında iken köyünden, marangoz olarak çalıştığı Mısır'ın Dimyat kentine trenle gidip gelirken yolculuklarından birinde, trenle kaldırım arasındaki boşluğa düşen İbrahim uzun bir süre komada kaldıktan sonra kollarını kaybetmiş bir şekilde komadan uyanır. Hastaneden taburcu olduktan sonra, bir yıl boyunca gece saatleri haricinde evinden hiç çıkmaz. İbrahim, o zamanları anlatırken kazanın ilk yıllarının hayatının en zor yılları olduğunu söylüyor.



Bir arkadaşının önerisi ile boş vakitlerini değerlendirmek amacıyla masa tenisi sporu ile ilgilenmeye başlar, sıradan bir aktivite olarak girdiği masa tenisinin ona dünyada bir çok başarıyı getireceğinden habersizdir.

Başlangıçta raketi koltuk altında tutmaya çalışır, ancak başarısız olur ve sonunda raketi dişlerinin arasına yerleştirerek ağızını kullanmayı denemeye karar verir.

2011 ve 2013'te Afrika Para Masa Tenisi Şampiyonasında ve 2013'te Mısır Açık'ta gümüş madalya kazanır. 43 yaşında Rio 2016 Paralimpik Oyunlarında teklerde, 11. takım yarışında ise dokuzuncu oldu.

En önemlisi de İbrahim, hayatta her zaman bir umudun olduğunu ve her ne olursa olsun ümitsizliğe düşmememiz gerektiğini bizlere göstermiş oldu.



Dünya Temizlik Günü'nde Let's Do It İstanbul Gelişim Üniversitesi BESYO Gönüllü Oldu

Her yıl Eylül ayında Dünya Temizlik Günü gerçekleştiren Let's Do It! hareketi çevre kirliliğinde ve çöp toplama konusunda farkındalık oluşturmak adına çalışmalarını yürütmektedir. Dünya'da eş zamanlı gerçekleşen Dünya Temizlik Günü ile birlikte çöp körlüğünü yenmek ve farkındalık oluşturmak adına çeşitli etkinlikler düzenlenmektedir.

İstanbul Gelişim Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Müdür Yardımcısı Öğr. Gör. Tekmil Sezen Göksu ve Rekreasyon Bölüm Başkanı Dr. Öğr. Sevinç Serin Yaman Avcılar Sahilinde gerçekleştirilen bu farkındalığa gönüllü olarak katılım sağlamışlardır.



Avrupa Hareketlilik Haftası Spor Etkinlikleri

İstanbul Gelişim Üniversitesi Topluma Hizmet Koordinatörlüğü ve Beylikdüzü Belediyesi 16 -22 Eylül 2021 Avrupa Hareketlilik Haftası için etkinlik düzenledi.

Etkinlikte Dr. Öğr. Üyesi Sevinç Serin Yaman, Öğr. Gör. Tekmil Sezen Göksu ve Arş. Gör. Binnur Güldalı, Beylikdüzü Yaşam Vadisinde halkın katılımıyla gerçekleşen etkinlik yürüyüş ve sonrasında ilkyardım ve sağlıklı beslenme eğitimine katılmışlardır.



BEDEN EĞİTİMİ ve SPOR YÜKSEKOKULU

SAĞLIKLI VE SPOR DOLU
GÜNLER DİLERİZ



<http://besyo.gelisim.edu.tr>

[@igu_besyo](https://www.instagram.com/igu_besyo)

