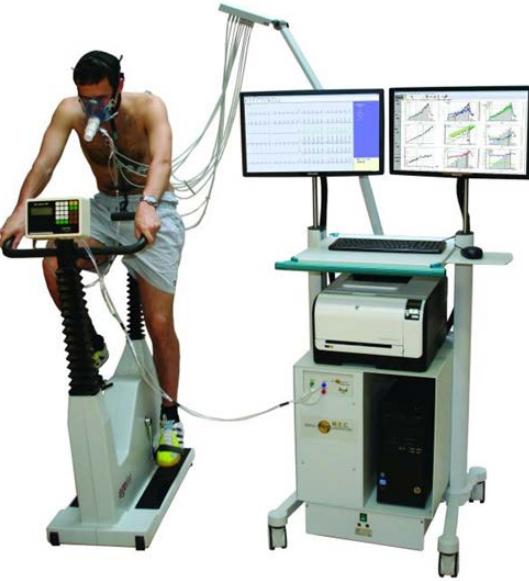




SPORTİF PERFORMANS TEST LABORATUVARI



Adres:
Gaziantep Üniversitesi
Spor Bilimleri Fakültesi
Şehitkamil / Gaziantep
Tel: 0342 3171400

Sportif Performans ?

Sporda optimum performansı yakalayabilmek için teknik, taktik çalışmalarla birlikte fiziksel ve mental olarak en üst noktaya erişilebilecek hazırlıkları da yapmak zorunludur. Spor bilimleri ve tıp hem bu sınırı bulmak hem de bu sınırı aşmak yolunda sporcuların yanında yer almaktadır. Temel anlamda bakıldığında, vücudumuzun egzersize verdiği cevabı, adaptasyonu ve egzersizin oluşturduğu zararı (fizyoloji, fonksiyonel anatomi, spor hekimliği), vücudumuzu nasıl hareket ettiğini (biyomekanik), beynimizin ve dolayısı ile sinir sistemimizin olaylar üzerindeki etkisini (nöroloji) bilmek, sporcunun sosyal ve psikolojik durumunu tespit etmek başarı için oldukça önemlidir.



**BAŞARININ
ADRESİ**



SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ

GAÜN Spor Bilimleri Fakültesi ailesi olarak; Performans belirlenmesi ve takibi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokullarının ilgili bölümleri, Spor Bilimleri ve Antrenörlük Bölümlerinde zorunlu ve seçmeli dersler, projeler veya ödevler şeklinde ele alınmaktadır. Bu durum lisans programında olduğu gibi lisansüstü programlarda da söz konusudur. Oluşturulan bu laboratuvar bünyesinde bulunan cihazlar ve donanımlı eğitmenler sayesinde ve ele aldığı ölçüm ve analizler itibariyle Spor Bilimleri Fakültesi olarak akademisyenlere, öğrencilere ve sporculara katkı sağlayabileceği umudunu taşımaktayız.



Performans testleri; Günümüzde bilimin, her spor dalına etkisi ve desteği atarak sürmektedir. Sporcuya uygulanan testlerle elde edilen performans değerleri, performansı etkileyen birçok faktörün dışında seçilen testin uygunluğuna, protokol özelliklerine, ekip ve ekipmanın kalitesine direkt bağlıdır. Başka bir deyişle; test için tüm hazırlıkların eksiksiz tamamlanmış olması, kaliteli araç ve gereç kullanılması, testin düzenine sporculara detayları ile anlatılması ve testin kalifiye bir ekip tarafından uygulanması testin başarısını olumlu etkilemektedir. Öncelikle seçilen testin bilimsel ve pratik uygulamada geçerliliği ve güvenilirliği olmalı, değerlendirilmeye çalışılan faktör hakkında objektif bilgi vermeli, elde edilen değer bu testle ölçülen değerlerle karşılaştırılabileceği standart ve normal değerleri olmalıdır.

Neleri ölçebilmekte, ne gibi testler yapabilmekteyiz ?



- 1.Vücut kompozisyonu analizi
- 2.Statik/Dinamik/İzokinetik denge testi
- 3.Alt ekstremitte anaerobik güç testi
- 4.Üst ekstremitte anaerobik güç testi
- 5.Esnelik testleri
- 6.Çoklu reaksiyon testleri
- 7.Deri altı yağ kalınlığı ölçümü
- 8.El kavrama kuvveti ölçümü
- 9.Statik bacak kuvveti testi
- 10.Statik sırt kuvveti testi
- 11.Pulmoner fonksiyon testleri
- 12.Oksijen saturasyonu ölçümü
- 13.Bazal metabolizma hızı ölçümü
- 14.Gaz analizörü ile kardiyopulmoner egzersiz testi
15. CSMI Humac norm izokinetik kuvvet dinamometresi
16. Holtain antropometrik set

