



**FBU**  
FENERBAHÇE ÜNİVERSİTESİ

# FENERBAHÇE ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ DERGİSİ

e-ISSN 2791-7096

2022 | cilt.2 | sayı.1

Değerli okurlarımız;

Fenerbahçe Üniversitesi Spor Bilimleri Dergimizin ikinci yılının ilk sayısını sizlerle paylaşıyor olmaktan mutluluk duyuyoruz.

Dergimizin bu sayısında dört adet makale bulunmaktadır. Farklı içerik ve konulara sahip bu makalelerin Spor Bilimleri alanına önemli katkıları olacağını düşünüyoruz.

İlk makalemiz Dünya’da yükselen değer Espor üzerine olup, Esporda Zihinsel Antrenman Tekniklerinin incelendiği çalışma olmuştur.

İkinci makalemiz spor bilimcilerin ve sporcuların yıllardır üzerinde durduğu kahvaltının egzersiz performansı üzerindeki etkilerini incelemektedir.

Üçüncü makalemiz Türkiye’de hızla gelişen spor ve egzersiz psikolojisinin Dünya ve Türkiye’deki gelişim sürecini anlatmaktadır.

Dördüncü makalemiz öğrenci sporcuların okul-iş ve yaşam üçgenini ülkemiz ve dünyadan örneklerle anlatmakta ve öneriler sunmaktadır.

Dergimizin ikinci yıl ilk sayısında önemli katkıları olan yazarlarımıza, hakemlerimize, editör ve yayın sekreteryasına içtenlikle teşekkürlerimi sunarım.

**Prof. Dr. M. Kamil ÖZER**  
JSS Genel Yayın Yönetmeni

**Privilege Owner**

**İMTİYAZ SAHİBİ:**

Prof. Dr. M. Emin ARAT

**General Publication Director**

**GENEL YAYIN YÖNETMENİ:**

Prof. Dr. M. Kamil ÖZER

**Editors**

**EDİTÖRLER:**

Prof. Dr. Salih PINAR

Prof. Dr. Sami MENGÜTAY

Doç. Dr. Tuna USLU

Doç. Dr. Gözde ERSÖZ

Doç. Dr. Esra ERTURAN ÖĞÜT

**Editorial Board**

**YAYIN KURULU:**

Doç. Dr. Yalçın BEŞİKTAŞ

Doç. Dr. M. Serdar TEREKLİ

Dr. Öğr. Üyesi Beyza AKYÜZ

Dr. Öğr. Üyesi Serkan ESEN

**Advisory Board**

**DANIŞMA KURULU:**

Dr. Abdurrahman AKTOP Akdeniz Üni.

Dr. Ani AGOPYAN Marmara Üniversitesi

Dr. Aysel PEHLİVAN Haliç Üniversitesi

Dr. Caner AÇIKADA European University of Lefke

Dr. Dilara ÖZER İstanbul Kent Üniversitesi

Dr. Emin ERGEN Haliç Üniversitesi

Dr. Gıyasettin DEMİRHAN Hacettepe Üniversitesi

Dr. Gülşah ŞAHİN Çanakkale Onsekiz Mart Üni.

Dr. Hayri ERTAN Eskişehir Teknik Üniversitesi

Dr. İlhan ODABAŞ Haliç Üniversitesi

Dr. İlknur HACISOFTAOĞLU İstanbul Bilgi Ün.

Dr. Kemal TAMER İstanbul Aydın Üniversitesi

Dr. Lale ORTA Okan Üniversitesi

Dr. Sedat MURATLI Emekli Öğretim Üyesi

Dr. Turgay BIÇER İstanbul Gedik Üniversitesi

Dr. Ufuk ALPKAYA Marmara Üniversitesi

Dr. Ümit KESİM Emekli Öğretim Üyesi

Dr. Yavuz TAŞKIRAN İstanbul Gedik Üniversitesi

Dr. Yeliz PINAR Marmara Üniversitesi

**Publication Secretary**

**YAYIN SEKRETERYASI:**

Dr. Öğr. Üyesi Yusuf ULUSOY

Arş. Gör. Taylan BALCI

Arş. Gör. Hakan SARAÇ

Arş. Gör. Serda ÖRNEK

Arş. Gör. Fatikh KOÇAK

**Contact**

**İLETİŞİM:**

jss@fbu.edu.tr

## İÇİNDEKİLER | CONTENTS

SAYFA | PAGE

1. Esporda Zihinsel Antrenman Teknikleri	3-11
M. Yalçın BEŞİKTAŞ	
2. Kahvaltının Egzersiz Performansı Üzerindeki Etkileri	12-19
Yusuf ULUSOY	
3. Dünyada ve Türkiye’ de Spor ve Egzersiz Psikolojisinin Tarihi	20-35
Gözde ERSÖZ	
4. Sporda Çift (Dual) Kariyer Sorunu: Beliren Yetişkinlik Dönemindeki Öğrenci Sporcuların Okul-iş-yaşam Arabağlamına Yönelik Görüşler	36-54
Tuna USLU	

### Bu Sayının Hakemleri:

Dr. M. Yalçın Beşiktaş, Dr. Turgay Biçer, Dr. Aykut Dünder,  
Dr. Veysel Küçük, Dr. Ahmet Sansi, Dr. İhsan Sarı,  
Dr. M. Serdar Terekli, Dr. İrfan Yıldırım