

BEDEN EĞİTİMİ ve SPOR YÜKSEKOKULU

2021 AĞUSTOS AYI BÜLTENİ



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

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





BESYO ÖZEL YETENEK SINAVLARIMIZ TAMAMLANDI

Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulumuz 2021-2022 Eğitim-Öğretim döneminde üniversitemizi tercih etmek isteyen öğrenci adaylarımız, parkur sınavlarında ter döktü.



1225 ADAY KATILDI

Şehit Er Mustafa Özel Spor Kompleksi'nde Covid-19 tedbirleri sağlanarak yapılan Özel Yetenek Sınavı'nda toplamda 1225 aday mücadele verdi.



**ÖĞRENCİLERİMİZ
GÖREV ALDI**

BESYO Özel Yetenek Sınavı'nda önceki yıllarda aynı heyecanı yaşayan öğrencilerimiz, bu kez sınavda görev alarak organizasyonun başarılı bir şekilde tamamlanmasında aktif bir rol oynadılar.



METE GAZOZ OLİMPİYAT ŞAMPİYONU

2020 Tokyo Olimpiyat Oyunları'nda final maçında milli okçu Mete Gazoz, İtalyan Mauro Nespoli'yi yenerek olimpiyat şampiyonu oldu.

Bu sonuç, Türk okçuluğunun olimpiyatlarda aldığı ilk madalya olarak tarihe geçti.

FERHAT TARİHE GEÇTİ

Japonya'nın başkenti Tokyo'da düzenlenen 32. Yaz Olimpiyat Oyunları'nda, artistik cimnastikte milli sporcu Ferhat Arıcan, paralel bar finalinde 15.633 puan aldı ve 3. olarak bronz madalya elde etti. Ferhat'ın bu başarısı Türk cimnastik tarihinin de olimpiyatlardaki ilk madalyası olarak kayıtlara geçti.



VURDUĞU YER TİTREDİ!

2020 Tokyo Olimpiyat Oyunları'nda boksta kadınlar 69 kiloda Busenaz Sürmeneli, altın madalya kazandı. Sürmeneli, Türk boks tarihinde altın madalya kazanan ilk kadın boksör oldu. Busenaz şampiyonluğunu ilan ettikten sonra kameralara "Dede sana söz vermiştim. Sözümü tuttum" dedi.

Kadınlarda son altın madalyayı olimpiyatta 2004 Atina'da halterde Nurcan Taylan'la alan Türkiye, 17 yıl sonra Busenaz Sürmeneli'yle bir kez daha şampiyonluk sevinci yaşadı.



BİR MADALYA DA BUSE NAZ'DAN

2020 Tokyo Olimpiyat Oyunları'nda gümüş madalya kazanan milli boksörümüz Buse Naz Çakıroğlu'na gümüş madalyasını FIFA Başkanı ve Uluslararası Olimpiyat Komitesi Üyesi Gianni Infantino takdim etti.



Milli sporcu madalyasını boynuna takarken göz yaşlarına hakim olamadı.

KARATEDE 4 MADALYA

2020 Tokyo Olimpiyat Oyunları'yla olimpiyatlarda ilk kez temsil edilen karate branşında Türk sporcular 4 madalya elde etti.

YASEMİN ADAR İLKİ YAŞATTI

Milli güreşçi Yasemin Adar, 2020 Tokyo Olimpiyat Oyunları'nda kadınlar 76 kiloda bronz madalya kazandı. Kırgız rakibi Aiperi Medet Kyzy'i 1 dakika 24 saniyede tuş eden Adar, güreşte olimpiyat madalyası kazanan ilk Türk kadın güreşçi oldu.



FİLENİN SULTANLARI G.KOREYE'YE TAKILDI

Tarihinde ilk kez olimpiyatlarda çeyrek finale çıkma başarısı gösteren Filenin Sultanları 2020 Tokyo Olimpiyat Oyunları çeyrek finalinde Güney Kore'ye 3-2 yenilerek final şansını yitirdi.



Tokyo 2020'deki performansıya gönülleri bir kez daha fetheden ve milyonları ekran başına kilitleyen Ay-yıldızlılar, maç sonrası büyük üzüntü yaşadı. Bazı voleybolcularımız, göz yaşlarını tutamadı.

TOKYO 2020 KISA KISA

Kaykayda 13 yaşındaki sporcudan altın



Olimpiyat tarihinde ilk kez yer alan kaykayda 13 yaşındaki Japon sporcusu altın madalya kazanarak dikkatleri üzerine çekti.

Çocuk yaştaki sporcusu Nishiya, bu kategorideki ilk altın madalyanın sahibi olarak bir ilki gerçekleştirdi.

Japon kardeşler tarihe geçti



Olimpiyat tarihinde ilk kez yer alan kaykayda 13 yaşındaki Japon sporcusu Nishiya altın madalya kazanarak dikkatleri üzerine çekti. Çocuk yaştaki sporcusu Nishiya, bu kategorideki ilk altın madalyanın sahibi olarak bir ilki gerçekleştirdi.

San Marino'nun madalya özlemi bitti



34 bin nüfusa sahip San Marina, atıcılık trap kategorisinde Alessandra Perilli ile bronz madalya aldı. Atıcılıkta ve güreşte birer gümüş ve bronz madalya daha alan San Marino, olimpiyatlarda tüm zamanlarda, madalya elde eden en küçük ülke olarak tarihe geçti.

Rusya'nın milli marşı çalınmadı



Uluslararası Olimpiyat Komitesinden aldığı ceza nedeniyle kendi ülkelerinin adı yerine Rusya Olimpiyat Komitesi adı altında yarışlara katılıp şimdiye kadar 5 altın madalya kazanan Rus sporcular, marşlarını söyleyemedi.

Kuzey Kore olimpiyatları bittikten sonra yayınladı

Kuzey Kore Devlet Televizyonu'nun, koronavirüs salgını nedeniyle seyircisiz oynanan olimpiyat oyunlarını ilk kez yayınladığı ortaya çıktı. Kuzey Kore, sporcularını korumak amacıyla Japonya'daki olimpiyat oyunlarına göndermemiştir.

İstanbul Boğazı'nda Parkur Rekoru Kıırıldı

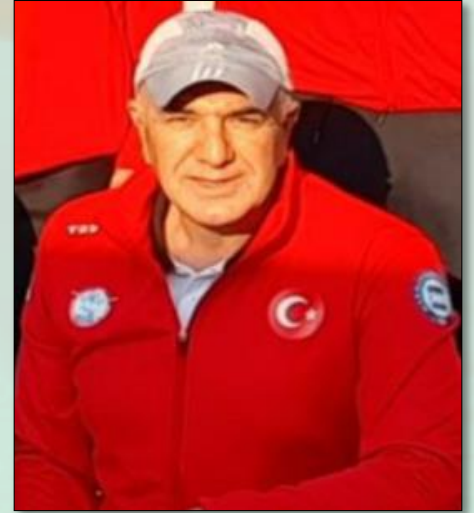
Boğaziçi Kıtalararası Yüzme Yarışı'nda 55 ülkeden 2 bin 465 yüzücü İstanbul Boğazı'nda yarıştı. Kadınlarda Nida Eliz Üstündağ erkeklerde ise Polat Uzer Turnalı parkur rekoru kırarak birinci oldu.

Türkiye Milli Olimpiyat Komitesi (TMOK) tarafından bu yıl 33'üncüsü düzenlenen Samsung Boğaziçi Kıtalararası Yüzme Yarışı'nda 55 ülkeden 2 bin 465 yüzücü, Anadolu Yakası'nda Kanlıca'dan başlayıp Avrupa Yakası'nda Kuruçeşme Cemil Topuzlu Parkı'nda son bulan 6,5 kilometrelik parkurda mücadele etti.



Kubilay Hocamız 18. oldu

TMOK tarafından düzenlenen Boğaziçi Kıtalararası Yüzme Yarışı'nda BESYO Spor Yöneticiliği Bölüm Başkanı Doç. Dr. Kubilay Çimen de aktif yarışmacı olarak katılımda bulundu. İki kıtayı buluşturan yarışmada genel klasmanda 189. sırada yer alan hocamız, kendi yaş kategorisinde ise yarışmayı 18. basamakta tamamladı.



KANSER HASTALARINA EGZERSİZ ÖNERİLERİ



Kanser olan hastaların inaktiviteden kaçınması açık ve net bir şekilde önerilmektedir ve az olsa dahi yapılan egzersizlerin hiç egzersiz yapmaktan daha faydalı olduğu belirtilmektedir.

Amerikan Spor Hekimleri Derneği'nin kanserli hastalara egzersiz önerileri;

- Aerobik egzersiz için haftada en az 150 dakika süre ile orta tempoda bir egzersiz yapılması,
- 75 dakika yüksek tempoda egzersiz yapılması veya eşdeğer kombinasyon Fiziksel gücü hareketleri,
- Haftada 2 veya 3 defa büyük kas gruplarını aktif tutacak egzersizler,
- Fleksibilite için farklı aktivitelerin yapıldığı zamanlarda büyük kas gruplarına ve tendonlara gerdirme hareketleri,
- Egzersiz başlangıcında yoğunluk, sürenin düşük olması ve kanser hastasının medikal hali müsaade ettikçe hafif bir tempo ile egzersizin artırılması önerilmektedir.



KÜRESEL ISINMANIN GÖLGESİNDE SPOR

Mart 2020'de Uluslararası Olimpiyat Komitesi, 2030'dan itibaren tüm Olimpiyat Oyunlarının 'iklim pozitif' olması gerektiğine karar verdi. Olimpiyat komitesinin bu kararı, Paris Anlaşması uyarınca karbon emisyonlarını azaltacakları, kalan emisyonlarının yüzde 100'ünden fazlasını tazmin edecekleri ve etkilerini etkili iklim eylemini yürütmek için kullanacakları anlamına geliyor.

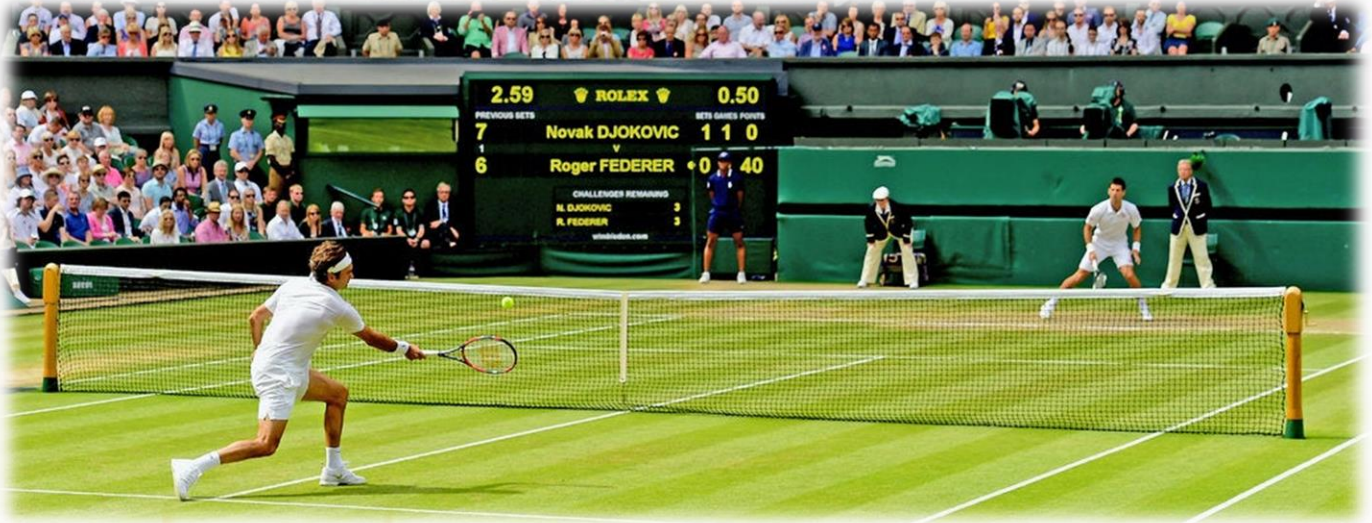
Uluslararası olimpiyat komitesi Kurumsal ve Sürdürülebilir Kalkınma Direktörü Marie Sallois, "İklim değişikliği, diğer birçok insan faaliyetinin yanı sıra sporu da etkileyen, insanlığın karşılaştığı en büyük zorluklardan biri" ifadesi ile iklim şartlarının olimpiyatları nasıl etkileyebileceğini belirterek, spor etkinlikleri sürekli olarak iklim bozulmasının etkilerine uyum sağlaması gerektiğini ve büyük bir görünürlüğe sahip küresel bir etkinlik olan olimpiyat oyunlarının bu sorunu çözmek için etkili adımlar atma sorumluluğunu da taşıdığını ifade etti.

En Heyecanlı Branş Tenis!

Yapay zekâ teknolojisi tenis kortlarına girdikten sonra duyguları ölçmek için de kullanılmaya başlandı. İngiliz TV platformu Freeview tarafından yapılan araştırma, izleyicilerin yüz ifadelerini analiz ederek farklı sporlara karşı duygusal tepkileri inceledi.

150 katılımcıya, aynı formatta düşük, orta ve yüksek yoğunluklu klipleri yakalamak için standartlaştırılmış 30.750 kareden oluşan 10 spordan içerik yayınlandı. Tepkileri, izleyicilerin cihazlarındaki kameralar tarafından kaydedilen tepkileri analiz eden başlangıç RealEyes tarafından geliştirilen yazılım kullanılarak ölçüldü.

Analizin sonucuna göre, tenis evde en coşkulu spor olurken, onu jimnastik, futbol ve kriket izliyor.



Kadın Sporculara Anlık Performans Takibi

İngiliz Spor Enstitüsü, kadınların performansında dalgalanmalara neden olabilecek hormonları takip eden tükürük testleri yapacak.

İngiliz Spor Enstitüsü (EIS), kadınların östrojen ve progesteron hormonlarının yükselişini ve düşüşünü izlemek için düzenli tükürük testinin kullanıma sunulması amacıyla çalışmalara başladı.

İngiliz Spor Enstitüsü bu konuda ki belirsizlikleri bitirmek ve kadın sporculara daha kesin ve kişiselleştirilmiş destek sağlamak için hormonlarını takip ederek, sporcuların antrenman programlarının sağlıklarını veya yaralanmadan iyileşmelerini nasıl etkilediğine dair daha iyi bir fikir edinmeyi umuyor.



İLK ENGELLİ ASTRONOT ADAYI UZAY YOLCUSU



Avrupa Uzay Ajansı (ESA) uzun yılların ardından bir kez daha astronot pozisyonları açtı ve tüm üye ülke vatandaşlarına çağrıda bulundu. Ancak bu defa bir ilk gerçekleşti ve ESA engellilerin de başvurmasını istedi.

Avrupa Uzay Ajansı, uzay araştırmaları için yetenek havuzunu genişletmenin bir yolu olarak önemli bir fiziksel engeli olan ilk astronotu işe almak istiyor. ESA'nın uzay tıbbı ekip lideri Guillaume Weerts, 22 Avrupa ülkesini içeren ajansın yeni Parastronaut Projesi için yüzlerce başvuru aldığını ve Nisan 2022'ye kadar bu havuzdan bir veya birkaç astronot atamayı umduğunu söyledi.

Aranan temel özellikler

ESA yetkilileri, kalifiye olabilenlerin alt bacağı olmayan, bir bacağı diğerinden daha kısa olan ve 4 1/4 fit boyunun altındaki yetişkinler olduğunu söyledi. Bunun dışında 50 yaşın altında önemli bir sağlık sorunu veya devamlı ilaç almasını gerektiren bir hastalığı olmayan herkes başvurabilecek. Aranılan diğer özellikler ise doğa bilimleri, mühendislik, matematik ya da bilgisayar bilimleri üzerine yüksek lisans yapmış olmak ve bu alanlardan birinde en az 3 yıl çalışma yaparak tecrübe kazanmış olmak ve İleri seviyede (en az C1) İngilizce ve herhangi bir ikinci dil biliyor olmak.

Program, Baltık Denizi'ndeki Estonya gibi küçük ülkelere Almanya ve Birleşik Krallık gibi daha büyük ekonomik güç merkezlerine kadar uzanan ESA üye devletlerinin vatandaşlarına açıktır. Yapılan çağrıda özellikle kadınların da başvurmasının istendiği vurgulanırken mümkün olan geniş ve çoğulcu katılımın hedeflendiği duyuruldu.

31 Mart tarihinde açılacak olan başvurular için iki ay süre tanınacak. 6 aşamalı seçim süreci için binlerce başvuru olması bekleniyor ancak başvuruların yüzde 90'a yakın kısmının daha ilk aşamada eleneceği tahmin ediliyor. Tüm eleme süresi ise toplamda 18 ay sürecek. Astronot olarak seçilenlerin ilk uzay görevlerini 2025 yılında gerçekleştirmesi planlanıyor.

BEDEN EĞİTİMİ ve SPOR YÜKSEKOKULU

SAĞLIKLI VE SPOR DOLU
GÜNLER DİLERİZ



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

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

