

Doç. Dr. BEREKET KÖSE

Kişisel Bilgiler

E-posta: bereket.kose@mku.edu.tr

Web: <https://avesis.mku.edu.tr/bereket.kose>

Uluslararası Araştırmacı ID'leri

ORCID: 0000-0001-5315-9195

ScopusID: 57211783932

Yoksis Araştırmacı ID: 219583

Eğitim Bilgileri

Doktora, Ankara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Türkiye 2014 - 2017

Yüksek Lisans, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Türkiye 2012 - 2014

Lisans, Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi Öğretmenliği, Türkiye 2007 - 2011

Yabancı Diller

İngilizce

Yaptığı Tezler

Doktora, Müziğin aerobik ve anaerobik performansa etkisinin incelenmesi, Ankara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, 2017

Yüksek Lisans, Farklı ısınma yöntemlerinin esnekliğe, sıçramaya ve dengeye etkisi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, 2014

Araştırma Alanları

Spor Sağlık Bilimleri, Spor Fizyolojisi

Akademik Unvanlar / Görevler

Doç. Dr., Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi, 2023 - Devam Ediyor

Yrd. Doç. Dr., Şırnak Üniversitesi, 2017 - Devam Ediyor

Şırnak Üniversitesi, 2017 - Devam Ediyor

Araştırma Görevlisi, Şırnak Üniversitesi, 2017 - 2017

Araştırma Görevlisi, Ankara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, 2015 - 2017

Araştırma Görevlisi, Şırnak Üniversitesi, 2014 - 2015

Akademik İdari Deneyim

Şırnak Üniversitesi, 2017 - 2020

Verdiği Dersler

Sağlıklı Yaşam İçin Egzersiz Programlama, Lisans, 2023-2024
Kasın Yapısı ve Kas Fizyolojisi, Lisans Çift Anadal, 2023-2024
Sporda Doping ve Ergojenik Yardımcılar, Lisans Çift Anadal, 2023-2024
İnsan Anatomisi ve Kineziyolojisi, Lisans, 2022-2023
Sporda Doping, Lisans, 2022-2023
Antrenman Bilgisi, Lisans, 2022-2023
Egzersiz Fizyolojisi, Lisans, 2022-2023
Can Kurtarma İlk Yardım ve Rehabilitasyon, Lisans, 2022-2023
Sağlık Bilgisi ve Beslenme, Lisans, 2022-2023
Spor Yaralanmaları, Lisans, 2022-2023
Raket Sporları (Badminton), Lisans, 2021-2022
Atletizm, Lisans, 2019-2020, 2018-2019
Basketbol, Lisans, 2019-2020, 2018-2019
Hareket Eğitimi, Lisans, 2019-2020, 2018-2019
Topluma Hizmet Uygulamaları, Lisans, 2019-2020
İnsan Anatomisi ve Kinesiyoloji, Lisans, 2019-2020, 2018-2019
Beden Eğitimi ve Sporun Temelleri, Lisans, 2018-2019
Sağlık Bilgisi ve İlk Yardım, Lisans, 2018-2019

Yönetilen Tezler

KÖSE B., Üst ekstremite pliometrik antrenman ile geleneksel kuvvet antrenmanlarının bazı fiziksel uygunluk parametrelerine etkisinin incelenmesi, Yüksek Lisans, N.HELVACI(Öğrenci), 2023

SCI, SSCI ve AHCI İndekslerine Giren Dergilerde Yayımlanan Makaleler

- I. **Healthy nutrition attitudes of sports science students**
Malkoç N., Yaşar O. M., Turgut M., Kerem M., Köse B., Atli A., SUNAY H.
Progress in Nutrition, cilt.22, sa.3, 2020 (SCI-Expanded)
- II. **Effect of different music tempos on aerobic performance and recovery**
Köse B., Atli A.
Progress in Nutrition, cilt.21, sa.4, ss.922-927, 2019 (SCI-Expanded)
- III. **Investigation of the life quality of women in Ankara according to their participation in physical activity**
Ayyıldız E., SUNAY H., Kose B., Atli A.
Acta Medica Mediterranea, cilt.35, sa.6, ss.3427-3431, 2019 (SCI-Expanded)

Diğer Dergilerde Yayımlanan Makaleler

- I. **Pliometrik Antrenmanların Üst Ekstremiteye Etkileri**
KÖSE B., HELVACI N.
Pliometrik Antrenmanların Üst Ekstremiteye Etkileri, cilt.8, sa.2, ss.116-124, 2024 (Hakemli Dergi)
- II. **GÜREŞ SPORCULARININ BOŞ ZAMAN YOLUYLA STRESLE BAŞ ETME STRATEJİ DÜZEYLERİNİN SPORDA GÜDÜLENME ÜZERİNE ETKİSİ**

- KÖSE B., DOKUZOĞLU G.
SPORMETRE BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BİLİMLERİ DERGİSİ, cilt.21, sa.4, ss.53-63, 2023 (Hakemli Dergi)
- III. **Üniversite Öğrencilerinin Serbest Zamanda Temel Psikolojik İhtiyaçlarının ve Boş Zaman Stratejilerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi**
DERECELİ Ç., KÖSE B.
Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi, cilt.5, sa.1, ss.77-91, 2022 (Hakemli Dergi)
- IV. **Genç Futbolcularda Yüksek Şiddetli İnterval Antrenmanın Çeviklik Sürat ve Aerobik Performans Üzerine Etkisinin İncelenmesi**
KÖSE B., ATLI A.
Türkiye Spor Bilimleri Dergisi, sa.1, ss.61-68, 2020 (Hakemli Dergi)
- V. **FUTBOL, BASKETBOL, HENTBOL, VOLEYBOL BRANŞLARINDA GÖRÜLEN YARALANMALARIN NEDENLERİ VE TEDAVİ YÖNTEMLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI**
KÖSE B., KİRİŞÇİ İ.
SPORMETRE BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BİLİMLERİ DERGİSİ, cilt.18, sa.1, ss.235-241, 2020 (Hakemli Dergi)
- VI. **Spor Bilimlerinde Okuyan Öğrencilerin Öznel Mutluluk ve Zindelik Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi (Ankara Üniversitesi Örneği)**
KÖSE B., UZUN M., ÖZLÜ K., ÇELİK N. M., ERBAŞ Ü.
Kilis 7 Aralık Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, cilt.3, sa.2, ss.22-29, 2019 (Hakemli Dergi)
- VII. **Spor Bilimlerinde Okuyan Öğrencilerin Zaman Yönetimi Davranışları**
KÖSE B., UZUN M.
Türkiye Spor Bilimleri Dergisi, cilt.3, sa.2, ss.82-87, 2019 (Hakemli Dergi)
- VIII. **Elit Türk Kadın Buz Hokeycilerin Fiziksel Profilleri**
KARAKAŞ İ., KÖSE B., KARABULUT N. Ç.
Türk Spor Bilimleri Dergisi, cilt.2, sa.2, ss.165-170, 2019 (Hakemli Dergi)
- IX. **Does the weight of basketball shoes affect speed and jumping performance?**
KÖSE B.
PHYSICAL EDUCATION OF STUDENTS, cilt.22, sa.6, ss.316-319, 2018 (Hakemli Dergi)
- X. **Analysis of the Effect of Menstrual Cycle Phases on Aerobic-Anaerobic Capacity and Muscle Strength**
KÖSE B.
JOURNAL OF EDUCATION AND TRAINING STUDIES, cilt.6, sa.8, ss.23-28, 2018 (Hakemli Dergi)
- XI. **Does Motivational Music Influence Maximal Bench Press Strength and Strength Endurance?**
KÖSE B.
ASIAN JOURNAL OF EDUCATION AND TRAINING, cilt.4, sa.3, ss.197-200, 2018 (Hakemli Dergi)
- XII. **JUDOCULARIN BAZI FİZYOLOJİK PARAMETRELERİ İLE ANTROPOMETRİK ÖZELLİKLERİ ÜZERİNE BİR DERLEME ÇALIŞMASI**
UZUN M., ÖZLÜ K., DALBUDAK İ., KÖSE B., GÜRKAN A. C.
The Journal of Academic Social Sciences, cilt.60, sa.60, ss.253-282, 2017 (Hakemli Dergi)
- XIII. **EFFECT OF DIFFERENT WARM-UP METHODS ON FLEXIBILITY JUMPING AND BALANCE.**
KÖSE B., ATAN T.
Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, cilt.9, sa.1, ss.85-93, 2015 (Hakemli Dergi)

Kitap & Kitap Bölümleri

I. VİTAMİNLER VE SPORİF PERFORMANSA ETKİLERİ

KÖSE B., KÖSE A., BOZKURT İ.

Aktif Yaşam: Spor, Egzersiz ve Fizyoterapi Perspektifleri, ÇERİT GÜNAY, ONAT TUĞBA, Editör, Duvar Yayınları, İzmir, ss.116-134, 2024

II. MİNERALLER VE SPORİF PERFORMANSA ETKİLERİ

KÖSE B.

Aktif Yaşam: Spor, Egzersiz ve Fizyoterapi Perspektifleri, ÇERİT GÜNAY, ONAT TUĞBA, Editör, Duvar Yayınları,

İzmir, ss.56-70, 2024

III. **Müziğin Aerobik ve Anaerobik Performansa Etkisinin İncelenmesi.**

KÖSE B.

Nobel Yayınevi, Ankara, 2020

IV. **Fiziksel Aktivite**

ATLI A., KÖSE B.

Sporun Kavramsal Temelleri, ÖZEN GÖKMEN, Editör, Efe Akademi, İstanbul, ss.29-52, 2020

V. **Gen Tedavisinden Gen Dopingine Geçiş**

ATLI A., KÖSE B.

Kuramdan Uygulamaya Antrenman, YAMANER FARUK, ASLAN CEM SİNAN, Editör, Lap Lambert Academic Publishing, ss.245-269, 2020

VI. **Futbolda Sık Karşılaşılan Yaralanmalar ve Önleyici Programlar**

KÖSE B.

Academic Studies on Natural and Health Sciences, MEHMET DALKILIÇ, Editör, GECE AKADEMİ, Ankara, ss.347-363, 2019

Hakemli Kongre / Sempozyum Bildiri Kitaplarında Yer Alan Yayınlar

- I. **Voleybolcularda Foam Roller Uygulamasının Performansa Akut Etkilerinin İncelenmesi/ Examination of the Acute Effects of Foam Roller on Performance in Volleyball Players**
KÖSE B.
10.ULUSLARARASI BİLİM KÜLTÜR VE SPOR KONGRESİ, Ankara, Türkiye, 26 Mayıs 2024, ss.161
- II. **Akut ve Kronik Egzersizlerin Bağışıklık Sistemi Üzerine Etkileri / EFFECTS OF ACUTE AND CHRONIC EXERCISES ON THE IMMUNE SYSTEM**
KÖSE B., KÖSE A., ATLI A.
10.ULUSLARARASI BİLİM KÜLTÜR VE SPOR KONGRESİ, Ankara, Türkiye, 26 Mayıs 2024, ss.162
- III. **HİPERTANSİYON TEDAVİSİNDE EGZERSİZİN ROLÜ:GÜNCEL YAKLAŞIMLAR**
KÖSE B.
5. INTERNATIONAL MEDITERRANEAN SCIENTIFIC RESEARCH AND INNOVATION CONGRESS, Antalya, Türkiye, 20 Nisan 2024, ss.276-278
- IV. **INVESTIGATION OF MIDDLE SCHOOL STUDENTS' ATTITUDES TOWARDS HEALTHY NUTRITION**
CEYHUN S., KÖSE B., YILMAZ S. H.
5. INTERNATIONAL MEDITERRANEAN SCIENTIFIC RESEARCH AND INNOVATION CONGRESS, Türkiye, 20 Nisan 2024, ss.265-275
- V. **Üniversite Öğrencilerinin Serbest Zamanda Temel Psikolojik İhtiyaçlarının Ve Boş Zaman Stratejilerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi**
DERECELİ Ç., PARLAK N., KÖSE B.
6. Uluslararası Akademik Spor Araştırmaları Kongresi, Türkiye, 07 Ekim 2022, ss.1-544
- VI. **Investigation of the Effect of Different Stretching Exercises on Speed and Agility Performance in Soccer Players**
ATLI A., KÖSE B., TUNCEL O.
3. International Conference on Sports for All and Wellness, Türkiye, 10 - 14 Haziran 2020, ss.112-113
- VII. **Geçmişten günümüze çocuklarda fiziksel aktivitenin azalan etkisi**
KÖSE B.
. International Congress on Natural and Health Sciences (ICNHS-2019), Adana, Türkiye, 13 - 15 Aralık 2019, ss.309-310
- VIII. **The analysis of the seasons 2010-2011 and 2019-2019 in terms of athlete health**
KİRİŞCİ İ., KÖSE B., ERDEM K.
International Congress of Athletic Performance Health in Sports, İstanbul, Türkiye, 25 - 27 Ekim 2019, ss.197
- IX. **Does circadian rhythm affects physical performance?**

KÖSE B.

2nd Eurasian Sports Sciences Congress, Muş, Türkiye, 2 - 05 Mayıs 2019, ss.24

X. **Evaluation of Healthy Living Behaviors of Sport Scientist Students and Medical Faculty Students**

UZUN M., KÖSE B., GÜRKAN A. C., DALBUDAK İ.

15 th International Sport Sciences Congress, Antalya, Türkiye, 15 - 18 Kasım 2017, ss.333-334

XI. **Vitamin D and Sportive Performance**

ATLI A., ERSÖZ G., GÜLER Ö., KÖSE B.

World Congress of Sport Sciences Researches, Manisa, Türkiye, 23 - 27 Kasım 2017, ss.435-436

XII. **Genç futbolcularda 6 haftalık pliometrik antrenman programının sürat parametresi üzerine etkisi**

ATLI A., GÜLÜ M., YAŞAR O. M., GÜLER Ö., KÖSE B.

Uluslararası 9. Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Kongresi, Antalya, Türkiye, 19 - 22 Ekim 2017, ss.96-97

XIII. **Determination of the association between anaerobic capacity, agility and balance in healthy young adults**

KÖSE B., ATLI A., AKALAN C.

International Balkan Sport Sciences Congress,(IBSSC 2015), Edirne, Türkiye, 3 - 06 Mayıs 2015, ss.6

XIV. **The target tendencies of Turkish national wrestlers,**

KÖSE B., ATLI A.

International Balkan Sport Sciences Congress (IBSSC 2015), 3 - 06 Mayıs 2015, ss.7

XV. **Comparison of dynamic and static stretching warm-up on jumping, sprint and agility run performance**

ATAN T., ÜNVER Ş., KÖSE B.

18th Annual Congress of The European College of Sport Science, Barcelona, İspanya, 26 - 29 Haziran 2013, ss.299-300

Metrikler

Yayın: 37

Atıf (Scopus): 13

H-İndeks (Scopus): 2