

Öğr. Gör. AYSBERG ŞAMİL ÖNLÜ

Kişisel Bilgiler

E-posta: asamil.onlu@lokmanhekim.edu.tr

Diğer E-posta: basayevable@gmail.com

Web: <https://avesis.lokmanhekim.edu.tr/asamil.onlu>

Posta Adresi: Söğütözü Mh. 2185 Cd. No: 20/J 06510 Çankaya/Ankara

Uluslararası Araştırmacı ID'leri

ORCID: 0000-0002-1291-821X

Eğitim Bilgileri

Doktora, Ankara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Türkiye 2024 - Devam Ediyor

Yüksek Lisans, Ankara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Türkiye 2021 - 2024

Lisans, Ankara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Bölümü, Türkiye 2017 - 2021

Yabancı Diller

İngilizce, C1 İleri

Yaptığı Tezler

Yüksek Lisans, Maksimum Kalp Atım Hızının %80-85'i Aralığında Uygulanan Devamlı Koşu Egzersizi ile Ek Ağırlıkla Yapılan Step-up Egzersizlerinin Yetişkin Sedanter Erkeklerde Kardiyorespiratuvar Uygunluk, Kalp Hızı Değişkenliği, Bacak Kuvveti ve Vücut Kompozisyonu Değerlerine Etkilerinin İncelenmesi, Ankara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, 2024

Araştırma Alanları

Spor Hekimliği, Beslenme ve Diyetetik, Sağlık Bilimleri, Spor Fizyolojisi

Akademik Unvanlar / Görevler

Öğretim Görevlisi, Lokman Hekim Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, 2024 - Devam Ediyor

Verdiği Dersler

Handball, Lisans, 2024 - 2025

Cimnastik, Lisans, 2024 - 2025

Hentbol, Lisans, 2024 - 2025

Kickboks, Lisans, 2024 - 2025

Sporda Menajerlik, Lisans, 2024 - 2025

SCI, SSCI ve AHCI İndekslerine Giren Dergilerde Yayınlanan Makaleler

- A brief body scan mindfulness practice has no positive effect on the recovery of heart rate variability and cognitive tasks in female professional basketball players**
Aras D., Önlü A. Ş., Durmuş T., Cengiz C., Güler D., Güler Y., Uğurlu A., Güllü M., Aldhahi M.
FRONTIERS IN PSYCHOLOGY, cilt.13, ss.1-10, 2023 (SSCI)

Diğer Dergilerde Yayınlanan Makaleler

- Aerobik, Esneklik ve Kuvvet Egzersizlerinin Serebral Palsili Çocuklar Üzerindeki Etkilerine Yönelik Bir Derleme**
Erdoğan T. N., Önlü A. Ş., Çakan E., Aras D.
Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, cilt.17, sa.2, ss.147-178, 2023 (Hakemli Dergi)

Metrikler

Yayın: 2