**Makale Başlığı (14 punto, Kalın, Ortalanmış)**

**Özet (12 punto, Kalın, Ortalanmış)**

Araştırmanızın amacı, yöntemleri, temel bulguları ve sonuçlarını içeren kısa bir özet sağlayın. Öz 250 kelimeyi geçmemelidir. Tüm özet tek bir paragraf olarak 11-punto Tahoma fontuyla, iki yana yaslanmış hizalamayla formatlanmalıdır.

**Anahtar Kelimeler:** Makalenin içeriğini tanımlayan ve indekslemeye yardımcı olan 3-5 anahtar kelimeyi özetin sonunda listeleyin.

**Manuscript Title (12-point, Bold, Centered)**

**Abstract (12-point, Bold, Centered)**

Provide a brief summary of your research, including the purpose, methods, main findings, and conclusions. The abstract should not exceed 250 words. The entire abstract should be formatted as a single paragraph in 11-point Tahoma font, justified alignment.

**Keywords:** List 3-5 keywords at the end of the abstract that describe the article and aid in indexing.

**Giriş (12-punto, Kalın, Ortalanmış, Tahoma)**

Araştırmanız için arka plan bilgisi ve bağlam sağlayın. Araştırma problemini, amaçları ve çalışmanın önemini belirtin. Önemli literatürü alıntılayın. Ana başlıklar 12-punto kalın Tahoma fontuyla ortalanmış olmalıdır. Alt başlıklar sola hizalanmalıdır. Metin çift aralıklı ve iki yana yaslanmış 12 punto Tahoma formatıyla yazılmalıdır. Ana başlıklardan önce 18 nk, sonra 6 nk, alt başlıklardan önce 12 nk, sonra 6 nk, ve paragraflardan sonra 6 nk satır aralığı olmalıdır.

**Yöntem (12-punto, Kalın, Ortalanmış, Tahoma)**

Araştırma yöntemleri ve veri toplama süreçleri burada açıklanmalıdır. Başlıklar, 12 punto büyüklüğünde kalın Tahoma yazı tipi kullanılarak düzenlenmelidir. Ana başlıklar 12-punto kalın Tahoma fontuyla ortalanmış olmalıdır. Alt başlıklar sola hizalanmalıdır. Metin çift aralıklı ve iki yana yaslanmış 12 punto Tahoma formatıyla yazılmalıdır. Ana başlıklardan önce 18 nk, sonra 6 nk, alt başlıklardan önce 12 nk, sonra 6 nk, ve paragraflardan sonra 6 nk satır aralığı olmalıdır.

**Araştırma Tasarımı**

Araştırma türü ve özel protokollerini açıklayın (örneğin, deneysel, gözlemsel, nitel, nicel) ve bu tasarımı seçme nedeninizi açıklayın.

**Katılımcılar**

Seçim kriterleri, katılımcı sayısı ve ilgili özellikleri detaylandırın.

**Veri Toplama Yöntemleri**

Kullanılan veri toplama yöntemlerini, araçlarını, enstrümanları ve prosedürleri açıklayın (örneğin, anketler, gözlemler, görüşmeler).

**Veri Analizi**

Verilerin analizinde kullanılan istatistiksel veya nitel/nicel yöntemleri ve kullanılan yazılımı belirtin.

**Araştırma Süreci**

Araştırma aşamalarının zaman çizelgesini ve belirli verilerin toplandığı zamanları belirtin.

**Etik İlkeler**

Etik onaylar, izinler ve katılımcı onayları hakkında bilgi sağlayın, etik standartlara uyulduğunu vurgulayın.

**Bulgular (12-punto, Kalın, Ortalanmış, Tahoma)**

Bulgularınızı açık ve mantıklı bir şekilde sunun. Verileri göstermek için tablolar ve şekiller kullanın. Tüm tabloların ve şekillerin metinde referans gösterildiğinden emin olun. Ana başlıklar 12-punto kalın Tahoma fontuyla ortalanmış olmalıdır. Alt başlıklar sola hizalanmalıdır. Metin çift aralıklı ve iki yana yaslanmış 12 punto Tahoma formatıyla yazılmalıdır. Ana başlıklardan önce 18 nk, sonra 6 nk, alt başlıklardan önce 12 nk, sonra 6 nk, ve paragraflardan sonra 6 nk satır aralığı olmalıdır.

**Tablolar:**

* Her tablo, içeriğini özetleyen bir başlığa sahip olmalıdır. Başlık, tablonun üstünde kalın fontla yer almalıdır.
* Tablolar ardışık olarak numaralandırılmalıdır (örneğin, Tablo 1, Tablo 2). Numaralar, tablo başlığının sol üst köşesine yerleştirilmelidir.
* Tablo altına not veya açıklamalar ekleyin.

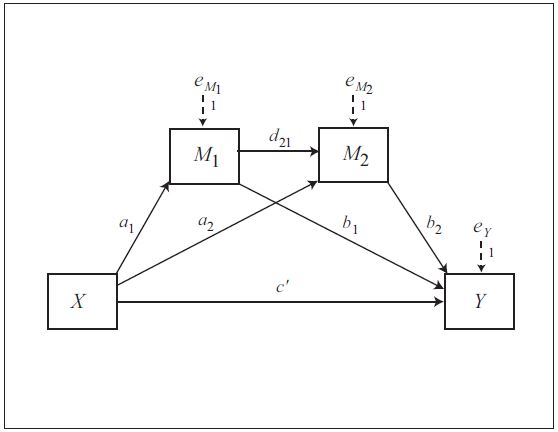
**Tablo 1. Değişkenler İçin Regresyon Katsayıları ve İstatistiksel Sonuçlar**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Değişken** | **b** | **se** | **%95 CI** |
| Egzersiz Yoğunluğu | 0.35\*\*\* | 0.04 | [0.270, 0.430] |
| Yüksek Proteinli Beslenme | 0.28\*\* | 0.07 | [0.140, 0.420] |
| Karbonhidrat Tüketimi | -0.22\*\* | 0.06 | [-0.340, -0.100] |
| Sporcu Performansı | 0.40\*\*\* | 0.05 | [0.304, 0.496] |
| **R²** | **0.306** |  | **F**(3, 180) = 26.573,  **p** = 0.000 |

*Not: \*p < 0.05; \*\*p < 0.01; \*\*\*p < 0.001, b = Standardize edilmiş regresyon katsayıları, se = Standart hata, %95 CI = %95 Güven aralığı, R² = Determinasyon katsayısı.*

**Şekiller (Görseller):**

* Her şekil, içeriğini özetleyen bir başlığa sahip olmalıdır. Başlık, şeklin altında kalın fontla yer almalıdır.
* Şekiller ardışık olarak numaralandırılmalıdır (örneğin, Şekil 1, Şekil 2). Numaralar, başlığın sol üst köşesine yerleştirilmelidir.
* Şekil altına not veya açıklamalar ekleyin.
* Şekillerin yüksek çözünürlüklü ve net olmasını sağlayın. Verilerin doğru temsil edildiğinden emin olun, özellikle bilimsel araştırmalarda.
* Şekil veya tablolar başka kaynaklardan alınmışsa, uygun şekilde kaynak gösterin.
* Tabloların ve şekillerin okunabilirliği ve metinle tutarlılığı için uygun boyutta olmasını sağlayın.

****

**Şekil 1. Çoklu Aracılık Modeli**

**Tartışma ve Sonuç (12-punto, Kalın, Ortalanmış, Tahoma)**

Bulgularınızı diğer çalışmalarla ilişkili olarak tartışın. Sonuçları yorumlayın, bunların sonuçları, çalışmanın sınırlılıkları ve gelecekteki araştırmalar için önerilerde bulunun. Ana bulguları ve bunların önemini özetleyin. Ana başlıklar 12-punto kalın Tahoma fontuyla ortalanmış olmalıdır. Alt başlıklar sola hizalanmalıdır. Metin çift aralıklı ve iki yana yaslanmış 12 punto Tahoma formatıyla yazılmalıdır. Ana başlıklardan önce 18 nk, sonra 6 nk, alt başlıklardan önce 12 nk, sonra 6 nk, ve paragraflardan sonra 6 nk satır aralığı olmalıdır.

**Öneriler (12-punto, Kalın, Ortalanmış, Tahoma)**

Çalışmanızın sınırlılıklarını belirleyin ve bu sınırlılıkların gelecekteki araştırmalar için nasıl fırsatlar sunduğunu tartışın. Önerdiğiniz yeni araştırma sorularını ve bu soruları nasıl araştırabileceğinizi açıklayın.

Araştırmanızın bulgularının pratik uygulamalarını tartışın. Bu bulguların nasıl kullanılabileceğini ve hangi alanlarda (örneğin, eğitim, sağlık, spor yönetimi) etkili olabileceğini açıklayın.

Bulgularınızın politika yapıcılar için potansiyel etkilerini ve önerilerinizi tartışın. Mevcut politikaların nasıl iyileştirilebileceği veya yeni politikaların nasıl oluşturulabileceği konusunda önerilerde bulunun.

Bulgularınızın eğitimde nasıl kullanılabileceğini ve eğitim materyalleri veya müfredat geliştirme açısından ne tür yenilikler sağlayabileceğini tartışın.

Araştırmanızın bulgularının teknolojik gelişmelere nasıl katkı sağlayabileceğini ve hangi teknolojilerin bu bulgulara dayalı olarak geliştirilebileceğini açıklayın.

**Teşekkür (varsa)**

Araştırmaya katkıda bulunan ancak yazar olarak listelenmemiş kişileri veya kurumları tanıyın. Çalışmayı destekleyen, laboratuvar yardımı veya veri sağlayanları takdir edin.

**Çıkar Çatışması (varsa)**

Potansiyel çıkar çatışmalarını beyan edin, araştırma sonuçlarını etkileyebilecek araştırmacılar, kurumlar, organizasyonlar veya finansman kaynakları arasındaki ilişkiler hakkında şeffaf olun.

**Finansman (varsa)**

Araştırma için mali destek kaynaklarını belirtin, hibe numaraları ve finansman kurumlarının adlarını içeren.

**Kaynaklar (12-punto, Kalın, Ortalanmış, Tahoma)**

* APA 7.0 stilini kullanarak atıfları ve kaynakları takip edin. Kitaplar, dergi makaleleri, tezler ve konferans bildirileri gibi çeşitli kaynak türleri için belirtilen formatı kullanın. Kaynaklar 11-punto Tahoma fontuyla, 1 cm asılı girintiyle ve her bir girişten önce ve sonra 6 nk boşlukla formatlanmalıdır. Daha detaylı bilgi için APA stil rehberinin resmi web sitesi olan <https://apastyle.apa.org/style-grammar-guidelines/references/examples> adresine de başvurabilirsiniz.
* Eğer DOI varsa, makalenin DOI'sini kaynakça listesinde vermelisiniz. Eğer DOI yoksa, makalenin bulunduğu internet adresini belirtmelisiniz. DOI'yi kolayca bulmak için <http://doi.crossref.org/simpleTextQuery> adresini kullanabilirsiniz.
* Lütfen elyazınızda yer alan her alıntının referans bölümünde doğru ve eksiksiz olarak listelendiğinden emin olun.
* Dergi başlıklarını, kitap başlıklarını ve diğer kaynak başlıklarını kısaltma yapmadan tam olarak yazın.
* Dergi makaleleri veya kitap bölümleri listelenirken, sayfa numaralarını da dahil edin.
* Dergi makaleleri için ayrıca cilt ve sayı numaralarını da ekleyin.
* Aynı yazar(lar) tarafından aynı yıl içinde yayınlanmış birden fazla çalışmayı alıntılarken, alıntıları açık ve ayırt edilebilir yapmak için gerektiğinde yazar adı ekleyerek farklılaştırın.

**Metin İçi Alıntılar**

* **Tek Yazar:** (Smith, 2020) veya Smith (2020) "..." ifadesini belirtti.
* **İki Yazar**: (Brown & Lee, 2019) veya Brown ve Lee (2019) "..." buldu.
* **Üç veya Daha Fazla Yazar**: (Johnson ve ark., 2018) veya Johnson ve ark. (2018) "..." önerdi.
* **Aynı yazarın aynı yıl içinde birden fazla çalışma varsa**: (Smith, 2021a); (Smith, 2021b)
* **Birden fazla yazarın aynı yıl içinde birden fazla çalışması varsa**: (Johnson ve ark., 2019a); (Johnson ve ark., 2019b)
* **iki farklı yazarı veya yazar grubunu ayırmak için noktalı virgül (;) kullanabilirsiniz:** (Brown ve ark., 2019; Smith & Johnson, 2018)
* **Aynı yazarın birden fazla çalışması varsa, yayın yıllarına göre sıralayın. En eski çalışma en önce gelir:** Smith, J. A. (2018), Smith, J. A. (2020).

**Örnek Referanslar**

**Example References**

Smith, J. D. (2019). *Modern psychology*. (7th ed.). London: ABC Publishing.

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (2001). *Stress, appraisal and coping* (1st ed.). Springer Publishing Group.

Johnson, R. A. (2021). The impact of social media. In L. K. Smith (Ed.), *Social Media and Society* (pp. 45-58). ABC Publishing.

Johnson, R. M. (2019). The impact of technology on education. *Educational Psychology, 25*(3), 345-367. <https://doi.org/10.13442/esj.322340>

Neubauer, A., & Schaefer, J. R. (2020). The effect of high protein intake on athletic performance. Journal of Sports Performance, 5(2), 123-135. <https://doi.org/10.1234/abcd>

Moreno, G., Perez, C., & Yelinek, J. (2019). Examination of exercise intensity and dietary habits. *Journal of Exercise Science, 8*(3), 45-57. <https://doi.org/10.5678/abcd>

Clark, E. M. (2018). *The impact of climate change on agricultural practices* (Publication no:1071453) [Doctoral dissertation, XYZ University]. ProQuest Dissertations & Theses Global.

Karakaş, M., Yılmaz, S., & Ersoy, O. (2022, 10-13 Temmuz). *Profesyonel futbolcularda performans ve beslenme ilişkisi: Bir meta-analiz çalışması* [Sözel bildiri]. 2022 Spor Bilimleri Konferansı, İzmir, Türkiye.

Evans, A. C., Jr., Kinscherff, R. T., & Márquez-Greene, N. (2019, August 8–11). *Gun violence: An event on the power of community* [Conference presentation]. APA 2019 Convention, Chicago, IL, United States. <https://convention.apa.org/2019-video>