1. ULUSLARARASI SPOR VE SOSYAL BİLİMLERE MULTİDİSİPLİNER YAKLAŞIM KONGRESİ

1th INTERNATIONAL CONGRESS ON MULTIDISCIPLINARY APPROACH TO SPORTS AND SOCIAL SCIENCES



25/26 KASIM 2021

http://www.sosyalsporkongresi.org/

1.ULUSLARARASI SPOR VE SOSYAL BİLİMLERE MULTİDİSİPLİNER YAKLAŞIM KONGRESİ

KONGRE BAŞKANI
PROF. DR. Gülten HERGÜNER

KONGRE DÜZENLEME KURULU BAŞKANI
PROF. DR. Hayrettin GÜMÜŞDAĞ

Güven Plus Grup A.Ş. Yayınları: 23/2021
KASIM-2021

Yayıncı Sertifika No: 52866
E-ISBN: 978-625-7367-32-5
Güven Plus Grup A.Ş. Yayınları

Bu kongre kitabının her türlü yayın hakkı GÜVEN PLUS GRUP DANIŞMANLIK A.Ş. YAYINLARI'na aittir. Yayınevinin yazılı izni olmadan, kitabın tümünün veya bir kısmının elektronik, mekanik ya da fotokopi yoluyla basımı, yayını, çoğaltımı ve dağıtımı yapılamaz. ***Kitapta yer alan her bölüm ve makale/bildirilerin sorumluluğu, görseller, grafikler, direkt alıntılar ve etik kurul ve kurum iznine yönelik sorumluluk ilgili yazarlara aittir. Bu yönde Oluşabilecek Herhangi Hukuki bir olumsuzlukta Yayınevi başta olmak üzere kitabın hazırlanmasına destek sağlayan kurumlar, kitabın düzenlenmesi ve tasarımından sorumlular kurum(lar) ve kitap editörleri, hakemler, düzenleme kurulu, kongre kurulları, bilim kurulu ve diğer kurullar ile yayınevi hiçbir konuda "maddi ve manevi" bir yükümlülük ve hukuki sorumluluğu kabul etmez ve etmesi istenemez; hukuki yükümlülük altına alınamaz. Her türlü hukuki yükümlülük ve sorumluluk "maddi ve manevi" yönden ilgili bölüm yazar(lar)ına aittir. Bu yöndeki haklarımızı maddi ve manevi yönden GÜVEN PULUS GRUP DANIŞMANLIK "YAYINCILIK"A.Ş. olarak ve kongre kurulları adına saklı tutarız. Herhangi bir hukuki sorunda/durumda İSTANBUL mahkemeleri yetkilidir.*** Güven Plus Grup Danışmanlık bünyesinde hazırlanan ve yayınlan bu eser ISO: 10002:2014-14001:2004-9001:2008-18001:2007 belgelerine sahiptir. Bu eser TPE "Türk Patent Enstitüsü" tarafından "Güven Plus Grup A.Ş.2016/73232" ve "2015/03940" nolu tescil numarası ile markalı bir eserdir. Bu bilimsel/akademik kongre kitabı ulusal ve uluslararası nitelikte olup, ***"2019 yılı akademik teşvik kriterleri kapsamında olup, 17/01/2020 tarihli ve 31011 sayılı Resmî Gazete'de yayımlanan 16/1/2020 tarihli ve 2043 sayılı Cumhurbaşkanı Kararı Uyarınca ilgili yayınlanan yönetmelik kapsamında değerlendirilmekte"*** olup, akademik teşvik kriterlerini karşılamaktadır. Çok bölümlü ve yazarlı olan bu kongre kitabı E-ISBN'li olup Kültür Bakanlığı Milli Kütüphaneler tarafından ve 18 Farklı Dünya Ülkesiyle Anlaşmalı olan Milli Kütüphanenin E Erişim sistemi tarafından da taranmaktadır. Bu kitap maddi bir değer ile alınıp satılamaz. Kitap bölüm yazarlarından, destekleyenlerden, kitap emeği geçenlerden Güven Plus Grup A.Ş. Yayıncılık herhangi bir maddi bir gelir elde etmemiş ve talepte bulunmamıştır. Kitap yer alan bölüm, makalelerden alıntı yapmak ve ilgili bölüm ile makaleye atıf yapılmak koşulu ile kaynak gösterilmek üzere bilimsel ya da ilgili araştırmacılar tarafından kullanılabilir. ***Yayın evimiz ve kongre kurulları kişisel verilerin korunması ve özel hayatın gizliliği kanunlarına uygun hareket eder. Kongre katılımcılarının da bu yönde hareket etmesini zorunlu kılar. Kişisel verilerin korunmasına ilişkin olarak işbu kongre kitabına sahip olan bireylerin ilgili kanun, yönetmelik ve uygulamalara göre hareket etmesi bir zorunluluktur. Bunun aksi hareket edenler oluşan hukuki, maddi ve manevi sorun ile zorunlulukları peşinen kabul etmiş sayılır.***

Metin ve Dil Editörleri
Prof. Dr. Ayhan AYTAÇ
Prof. Dr. Gülten HERGÜNER
Prof. Dr. Gülsen DEMİR
Prof. Dr. Çetin YAMAN
Prof. Dr. Hayrettin GÜMÜŞDAĞ
Prof. Dr. Mustafa TALAS
Doç. Dr. Ali Serdar YÜCEL
Doç. Dr. Mihalis Michael KUYUCU
Doç. Dr. Gökşen ARAS
Dr. Öğr. Üye. L. SANTHOSH KUMAR

Kapak ve Grafik Tasarım
Prof. Dr. Pelin AVŞAR KARABAŞ
Öğr. Gör. Ozan KARABAŞ
Ozan DÜZ

Sayfa Düzeni
Burhan Maden

Baskı-Cilt
GÜVEN PLUS GRUP DANIŞMANLIK A.Ş. YAYINLARI®
Kayaşehir Mah. Başakşehir Emlak Konutları, Evliya Çelebi Cad. 1/A D Blok K4 D29 Başakşehir İstanbul Tel: +902128014061- 62
Fax:+902128014063 Mobile:+9053331447861

KİTAP/DERGİ/KONGRE İMTİYAZ SAHİBİ
GÜVEN PLUS GRUP DANIŞMANLIK A.Ş. YAYINLARI®
Kayaşehir Mah. Başakşehir Emlak Konutları, Evliya Çelebi Cad. 1/A D Blok K4 D29 Başakşehir İstanbul Tel: +902128014061-62-63 -
+905331447861 info@guvenplus.com.tr, www.guvenplus.com.tr

ORGANİZASYON FİRMASI

GÜVEN PLUS GRUP A.Ş.

www.guvenplus.com.tr

İçindekiler

DAVETLİ KONUŞMACILAR

SOSYOLOJİK AÇIDAN SPOR 37

Hayrettin GÜMÜŞDAĞ 37

TAM METİN SÖZEL SUNUMLAR

PANDEMİ DÖNEMİNDE ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN SPORA YÖNELİK TUTUMLARI VE COVID – 19'A YAKALANMA KAYGISININ İNCELENMESİ 39

Deniz BEDİR, Sevinç NAMLI, Fatih AĞDUMAN, Ekrem GEZER. 39

ALAN BİLGİSİ SINAVI ÖĞRETMENLİK PROGRAMLARINDA UYGULANMALI MI? BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLİĞİ PROGRAMI ÖRNEĞİ 50

Anıl TÜRKELİ, Sevinç NAMLI 50

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE E-SPOR BİLGİ DÜZEYİ İLE TEKNOLOJİ KULLANIMINA İLİŞKİN TUTUM ARASINDAKİ İLİŞKİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ 62

Tamer KARADEMİR, Yunus Emre KARAKAYA, Mert KARADEMİR 62

18-25 YAŞ MÜSABIK TÜRK TAEKWONDO SPORCULARININ FAİR PLAY ALGILARININ İNCELENMESİ 69

Tamer KARADEMİR, Mikail TEL, Mert KARADEMİR, Cengizhan PAKYARDIM 69

TÜRK FUTBOL TAKIMLARININ UEFA ORGANİZASYONLARINDAKİ PERFORMANSININ İNCELENMESİ 75

Erdal ARI, Necdet APAYDIN, Hacı Ahmet TAŞPINAR 75

SPORA YÖNELİK TUTUMUN FARKLI BRANŞLARDAKİ ÖĞRETMENLERE GÖRE DEĞERLENDİRİLMESİ: KAHRAMANMARAŞ İLİ ÖRNEĞİ 84

Tamer KARADEMİR, Cemil AKSOY, Cengizhan PAKYARDIM 84

MUTLULUK İÇİN DANS ET: DANSA KARŞI TUTUM VE MUTLULUK ARASINDAKİ İLİŞKİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ 90

Ayşe DEMİR 90

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLERİNİN LİDERLİK STİLLERİNİN FARKLI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ 98

Tamer KARADEMİR, Cemil AKSOY, Mert KARADEMİR 98

FARKLI BRANŞLARDA GÖREV YAPAN ÖĞRETMENLERİN SAĞLIK YAŞAM BİÇİMİ DAVRANIŞLARININ ARAŞTIRILMASI 106

Tamer KARADEMİR, Cemil AKSOY, Cengizhan PAKYARDIM 106

TÜRK ELİT ERKEK VOLEYBOL SPORCULARINDA SPORTİF SORUNLARLA BAŞA ÇIKMA BECERİLERİ İLE ŞİDDET EĞİLİMİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ 116

Tamer KARADEMİR, Levent VAR, Cengizhan PAKYARDIM, Suat Mehmet PAKSOY 116

İÇİNDEKİLER

PLATES, YOGA, ZUMBA VE YÜRÜYÜŞ-KOŞU YAPAN KADINLARIN PSİKOLOJİK İYİ OLUŞ HALLERİ VE FİZİKSEL GÖRÜNÜŞ MÜKEMMELLİĞİ İLE ÖZ GÜVEN ARASINDAKİ İLİŞKİ 125

Bayram KAYA, Murat Bekleyiş APAYDIN, Hakan SUNAY 125

KÜRESEL İNOVASYON ENDEKSİ ÇERÇEVESİNDE TÜRKİYE 130

Çiğdem KOŞAR TAŞ, Sibel ÖRK ÖZEL 130

GELİR EŞİTSİZLİĞİNİN KÜRESEL CİNSİYET UÇURUMU ENDEKSİ ÜZERİNE ETKİSİ: TÜRKİYE İÇİN BİR UYGULAMA 139

Sibel ÖRK ÖZEL, Çiğdem KOŞAR TAŞ 139

SINIF ÖĞRETMENLERİNİN OYUN VE FİZİKİ ETKİNLİKLER DERSİNE YÖNELİK TUTUMLARININ İNCELENMESİ 147

Bekir ÇAR, Hasan GÜLER, Volkan SURAL, Ersan TOLUKAN 147

9 HAFTALIK KUVVET VE DAYANIKLILIK ANTRENMANLARININ KIZ BASKETBOLCULARDA AEROBİK PERFORMANSA ETKİSİNİN ARAŞTIRILMASI 159

Murat Bekleyiş APAYDIN, Emin SÜEL, Hacı Ahmet AKKAYA 159

COVİD-19 PANDEMİ SÜRECİNİN PROFESYONEL KADIN BASKETBOL OYUNCULARINDA BESLENME ALIŞKANLIKLARININ YEME TUTUMU VE DEPRESYON DURUMUNU ÜZERİNE ETKİLERİ 162

Damla Deniz DÜZ, Ayla TAŞKIRAN, Reşat SADIK 162

ELİT KADIN BASKETBOL OYUNCULARININ EGZERSİZ BAĞIMLILIĞININ İNCELENMESİ 171

Raşit ASLANDEREN, Yıldırım Gökhan GENCER, İrfan YILDIRIM 171

KİCK BOKS SPORCULARININ İLETİŞİM BECERİ DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ 179

Abdurrahman KIRTEPE, Metin YILDIZ, Muhammed GÜLER 179

GÜZEL SANATLAR EĞİTİMİ ALANINDA GELİŞTİRİLEN ÖLÇEKLERİN İNCELENMESİ 191

Hamza ÜSTÜN 191

TÜRKİYE'DE SPOR VE MÜZİK ORTAK ALANINDA YAPILMIŞ TEZLERİN EĞİLİMLERİNİN İNCELENMESİ 200

Özlem ÖMÜR 200

ERKEN CUMHURİYET DÖNEMİ TÜRK TARİH ÇALIŞMALARINDA TÜRK SPORU 208

Mustafa MUTLU 208

KUVVET ANTRENMANLARININ POSTMENOPOZAL DÖNEMDEKİ KADINLARDA İRİSİN VE MİYOSTATİN DÜZEYLERİ ÜZERİNE ETKİSİ 215

Sibel TETİK DÜNDAR 215

ÖZEL GEREKSİNİMLİ ÇOCUKLARA SAHİP AİLELERİN REKREASYON ALANI KATILIM ENGELLERİNİN İNCELENMESİ 227

Merve KOYUNCU, Hüseyin GÜMÜŞ 227

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN ALGILADIKLARI SOSYAL DESTEK DÜZEYLERİNİN FİZİKSEL AKTİVİTEYE KATILIMLARINA ETKİSİ 232

Hüseyin GÜMÜŞ, Merve KOYUNCU 232

İÇİNDEKİLER

İŞİTME ENGELLİ BİREYLERİN TOPLUMA UYUM SORUNLARI VE GELECEK BEKLENTİLERİNİN BELİRLENMESİ 239

Oğuzhan AYDEMİR 239

SPORTMENLİK VE ETİK 257

Hayrettin GÜMÜŞDAĞ, Alparslan KARTAL 257

ÇOCUKLARIN FİZİKSEL AKTİVİTELERE KATILIMI ENGELLEYEN FAKTÖRLER .. 261

Hayrettin GÜMÜŞDAĞ, Alparslan KARTAL 261

SÖZEL ÖZET SUNUMLAR

ÇOCUKLARIN FİZİKSEL AKTİVİTELERE KATILIMI ENGELLEYEN FAKTÖRLER .. 267

Hayrettin GÜMÜŞDAĞ, Alparslan KARTAL 267

SPORTMENLİK VE ETİK 268

Hayrettin GÜMÜŞDAĞ, Alparslan KARTAL 268

PLATES, YOGA, ZUMBA VE YÜRÜYÜŞ-KOŞU YAPAN KADINLARIN PSİKOLOJİK İYİ OLUŞ HALLERİ VE FİZİKSEL GÖRÜNÜŞ MÜKEMMELLİĞİ İLE ÖZ GÜVEN ARASINDAKİ İLİŞKİ 269

Bayram KAYA, Murat Bekleyiş APAYDIN, Hakan SUNAY 269

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN ALGILADIKLARI SOSYAL DESTEK DÜZEYLERİNİN FİZİKSEL AKTİVİTEYE KATILIMLARINA ETKİSİ 270

Hüseyin GÜMÜŞ, Merve KOYUNCU 270

ÖZEL GEREKSİNİMLİ ÇOCUKLARA SAHİP AİLELERİN REKREASYON ALANI KATILIM ENGELLERİNİN İNCELENMESİ 271

Merve KOYUNCU, Hüseyin GÜMÜŞ 271

KİCK BOKS SPORCULARININ İLETİŞİM BECERİ DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ .. 272

Abdurrahman KIRTEPE, Metin YILDIZ, Muhammed GÜLER 272

REKREATİF AMAÇLI DOĞA SPORLARI AKTİVİTELERİNE KATILAN BİREYLERİN SÜRDÜRÜLEBİLİR TÜKETİM YÖNELİMLERİNİN İNCELENMESİ 273

Ahmet ERDEM, Enes Buğra ÖZ, Mustafa ARICI, Betül GİRGİN, Serdar TUNCER 273

AŞIRTMALI ABA GÜREŞİ MÜSABAKALARINDA GALİP VE MAĞLUP GÜREŞÇİLERİN ÜST EKSTREMİTE YORGUNLUK DEĞERLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI 274

Ahmet KOYUNLU, Murat BİLGİÇ, Mustafa ÖZDAL 274

AŞIRTMALI ABA GÜREŞİ MÜSABAKALARINDA MÜSABAKA SÜRESİ İLE ÜST EKSTREMİTE YORGUNLUĞU ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ 275

Ahmet KOYUNLU, Murat BİLGİÇ, Mustafa ÖZDAL 275

GENÇ VOLEYBOLCULARDA MÜSABAKA HATA ORANLARININ BAŞARIYA ETKİSİ 276

Ali Yılmaz, Yalçın Kaya, Semih KARAMAN 276

ALAN BİLGİSİ SINAVI ÖĞRETMENLİK PROGRAMLARINDA UYGULANMALI MI? BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLİĞİ PROGRAMI ÖRNEĞİ 277

Anıl TÜRKELİ, Sevinç NAMLI 277

İÇİNDEKİLER

YARALANMA KAYGISININ TAEKWONDO SPORCULARI ÜZERİNDEKİ ETKİSİNİN DEMOGRAFİK FAKTÖRLERLE DEĞERLENDİRİLMESİ 278

Atlas AKBAŞ, Gökhan ÇETİNKAYA, Yusuf SOYLU 278

PROFESYONEL FUTBOL KULÜPLERİ ALTYAPILARININ ANTRENÖRLER TARAFINDAN DEĞERLENDİRİLMESİ 279

Avni Burak BİÇER, Ali ERASLAN, Tekin ÇOLAKOĞLU 279

ESPOR ANTRENÖRLERİNİN ESPOR KAVRAMINA YÖNELİK METAFORİK ALGILARI 280

Aylin Özge PEKEL, Yasin Nuri ÇAKIR, Nagihan ÇAREDAR, Yekta ŞAHİN, Hacı Ahmet PEKEL 280

MUTLULUK İÇİN DANS ET: DANSA KARŞI TUTUM VE MUTLULUK ARASINDAKİ İLİŞKİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ 281

Ayşe DEMİR 281

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR DERSİ ÖĞRETİM PROGRAMI KAPSAMINDAKİ DEĞERLERİN UYGULANMASINA YÖNELİK ÖĞRETMEN GÖRÜŞLERİ 282

Ayşe ÖNAL, Zeki TAŞ, Bijen FİLİZ, Gülten HERGÜNER 282

CUMHURİYETİN İLK YILLARINDA YURT DIŞINA ÖĞRENCİ GÖNDERME UYGULAMALARI VE BEDEN EĞİTİMİ ALANINDA ÖĞRENİM İÇİN İSVEÇ'E GÖNDERİLEN İLK KUŞAK ÖĞRENCİLERİ "VİLDAN AŞİR SAVAŞIR" İLE "NİZAMETTİN KIRŞAN" 283

Ayşen İÇKE 283

FUTBOLDA HAYAL ETMENİN YAŞ VE BRANŞ YAŞINA GÖRE İNCELENMESİ 284

Azize ERDOĞAN 284

SINIF ÖĞRETMENLERİNİN OYUN VE FİZİKİ ETKİNLİKLER DERSİNE YÖNELİK TUTUMLARININ İNCELENMESİ 285

Bekir ÇAR, Hasan GÜLER, Volkan SURAL, Ersan TOLUKAN 285

KÜRESEL İNOVASYON ENDEKSİ ÇERÇEVESİNDE TÜRKİYE 286

Çiğdem KOŞAR TAŞ, Sibel ÖRK ÖZEL 286

COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNİN PROFESYONEL KADIN BASKETBOL OYUNCULARINDA BESLENME ALIŞKANLIKLARININ YEME TUTUMU VE DEPRESYON DURUMU ÜZERİNE ETKİLERİ 287

Damla Deniz DÜZ, Ayla TAŞKIRAN, Reşat SADIK 287

FİZİKSEL AKTİVİTENİN OTİZMLİ ÇOCUKLARDA GÖRÜLEN POSTÜR VE YÜRÜYÜŞ BOZUKLUKLARININ TEDAVİSİNDE ETKİSİ 288

Defne ÖCAL KAPLAN 288

PANDEMİ DÖNEMİNDE ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN SPORA YÖNELİK TUTUMLARI VE COVID – 19'A YAKALANMA KAYGISININ İNCELENMESİ 289

Deniz BEDİR, Sevinç NAMLI, Fatih AĞDUMAN, Ekrem GEZER 289

KAMU POLİTİKALARI BAĞLAMINDA SOSYAL POLİTİKA VE SAĞLIK POLİTİKALARINDA SOSYAL HİZMETİN ÖNEMİ 290

Doğucan ERDOĞAN 290

İÇİNDEKİLER

TÜRK FUTBOL TAKIMLARININ UEFA ORGANİZASYONLARINDAKİ PERFORMANSININ İNCELENMESİ 291

Erdal ARI, Necdet APAYDIN, Hacı Ahmet TAŞPINAR 291

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLERİNDE DUYGULARIN KARAR VERME VE ÖZ YETERLİK ÜZERİNE ETKİSİ 292

Erdem KARTAL, Gülten HERGÜNER 292

ELİT SPORCULARIN COVİD-19 KAYGI DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ: JUDO VE BOKS ÖRNEĞİ 293

Geylan BOSTAN, Hüseyin Hakan KUDAK 293

GÜZEL SANATLAR EĞİTİMİ ALANINDA GELİŞTİRİLEN ÖLÇEKLERİN İNCELENMESİ 294

Hamza ÜSTÜN 294

P. CLODEMİR TROMPET METODUNUN İNCELENMESİ 295

Hamza ÜSTÜN 295

OKUL YÖNETİCİLERİNİN YÖNETİM TARZLARININ ÖĞRETMENLERİN ÖRGÜTSEL SESSİZLİKLERİNİ YORDAMA DÜZEYİ 296

Kiraz YILDIZ PEKER 296

UEFA KADINLAR ŞAMPİYONLAR LİGİ MÜSABAKALARININ ANALİZİ 297

Lale ORTA, Gökhan ÇETİNKAYA, Metecan KIZILÇAM 297

BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENİ ADAYLARININ OKUL DENEYİMİ DERSİNE İLİŞKİN GÖRÜŞLERİ 298

Mehmet Hasan SELÇUK, Yasin KARACA 298

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN ÖZ YETERLİLİK DÜZEYLERİNİN BAZI DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ 299

Mehmet YILDIRIM, Sema USLU 299

ÇEVRİMİÇİ EGZERSİZLERİN YETİŞKİN KADINLARIN BİLİNÇLİ FARKINDALIK, MENTAL İYİ OLUŞ VE BEDEN İMAJI ÜZERİNE ETKİSİ 300

Merve ÖZYILDIRIM, Çetin YAMAN, M.Sibel YAMAN 300

9 HAFTALIK KUVVET VE DAYANIKLILIK ANTRENMANLARININ KIZ BASKETBOLCULARDA AEROBİK PERFORMANSA ETKİSİNİN ARAŞTIRILMASI 301

Murat Bekleyiş APAYDIN, Emin SÜEL, Hacı Ahmet AKKAYA 301

SINIF ÖĞRETMENLERİ VE BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİNİN BEDEN EĞİTİMİ VE OYUN DERSİ YETERLİLİKLERİNİN İNCELENMESİ 302

Murat GENÇ, Zekiye BAŞARAN 302

ERKEN CUMHURİYET DÖNEMİ TÜRK TARİH ÇALIŞMALARINDA TÜRK SPORU 303

Mustafa MUTLU 303

EGZERSİZ VE OPİOİD PEPTİDLER 304

Müge SARPER KAHVECİ, Gülşah ÇELEBİ 304

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BİLİMİNİN TARİH ÖNCESİ ÇAĞLARDAN GÜNÜMÜZE GELİŞİM AŞAMASI 305

Oktay İNALKAÇ, M. Sibel YAMAN 305

İÇİNDEKİLER

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİNDE ÖĞRENİM GÖREN ÖĞRENCİLERİN FİZİKSEL AKTİVİTE DÜZEYLERİ İLE YALNIZLIK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ 306

Raşit ASLANDEREN, Serdar TUNCER 306

ELİT KADIN BASKETBOL OYUNCULARININ EGZERSİZ BAĞIMLILIĞININ İNCELENMESİ 307

Raşit ASLANDEREN, Yıldırım Gökhan GENCER, İrfan YILDIRIM 307

KUVVET ANTRENMANLARININ POST MENOPOZ DÖNEMİNDEKİ KADINLARDA İRİSİN VE MYOSTATİN DÜZEYLERİ ÜZERİNE ETKİSİ 308

Sibel TETİK DÜNDAR 308

GELİR EŞİTSİZLİĞİNİN KÜRESEL CİNSİYET UÇURUMU ENDEKSİ ÜZERİNE ETKİSİ: TÜRKİYE İÇİN BİR UYGULAMA 309

Sibel ÖRK ÖZEL, Çiğdem KOŞAR TAŞ 309

FARKLI BRANŞLARDA GÖREV YAPAN ÖĞRETMENLERİN SAĞLIK YAŞAM BİÇİMİ DAVRANIŞLARININ ARAŞTIRILMASI 310

Tamer KARADEMİR, Cemil AKSOY, Cengizhan PAKYARDIM 310

SPORA YÖNELİK TUTUMUN FARKLI BRANŞLARDAKİ ÖĞRETMENLERE GÖRE DEĞERLENDİRİLMESİ KAHRAMANMARAŞ İLİ ÖRNEĞİ 311

Tamer KARADEMİR, Cemil AKSOY, Cengizhan PAKYARDIM 311

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLERİNİN LİDERLİK STİLLERİNİN FARKLI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ 312

Tamer KARADEMİR, Cemil AKSOY, Mert KARADEMİR 312

TÜRK ELİT ERKEK VOLEYBOL SPORCULARINDA SPORTİF SORUNLARLA BAŞA ÇIKMA BECERİLERİ İLE ŞİDDET EĞİLİMİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ 313

Tamer KARADEMİR, Levent VAR, Cengizhan PAKYARDIM, Suat Mehmet PAKSOY 313

18-25 YAŞ MÜSABIK TÜRK TAEKWONDO SPORCULARININ FAİR PLAY ALGILARININ İNCELENMESİ 314

Tamer KARADEMİR, Mikail TEL, Mert KARADEMİR, Cengizhan PAKYARDIM 314

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE E-SPOR BİLGİ DÜZEYİ İLE TEKNOLOJİ KULLANIMINA İLİŞKİN TUTUM ARASINDAKİ İLİŞKİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ .. 315

Tamer KARADEMİR, Yunus EMRE KARAKAYA, Mert KARADEMİR 315

COVİD 19 SÜRECİNDE YEREL YÖNETİMLERİN SOSYAL MEDYA HESAPLARI ARACILIĞILA EGZERSİZ HİZMETLERİNİN İNCELENMESİ 316

Tekmil Sezen GÖKSU, Osman Tolga TOGO 316

YAĞLI GÜREŞLERDE DİNİ VE GELENEKSEL MOTİFLER: GÖKBEL ÖRNEĞİ 317

Yasemin YALÇIN, Hasanali Kağan KURNAZ, Osman Nuri ALTINER, Kerim AŞIK 317

DART ATICILARINDA İÇSEL KONUŞMANIN KALP ATIM HIZI, DİNGİN GÖZ SÜRESİ VE ATIŞ PERFORMANSI ÜZERİNDEKİ ETKİSİNİN İNCELENMESİ 318

Yiğit Yekta KUKUL, Hasan Birol ÇOTUK 318

İÇİNDEKİLER

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLİĞİ BÖLÜMÜ ÖĞRENCİLERİNİN GÜDÜLENMİŞ TÜKETİCİ YENİLİKÇİLİKLERİ İLE SATIN ALMA DAVRANIŞLARI ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN SPOR ENDÜSTRİSİ BAĞLAMINDA İNCELENMESİ: BAYBURT ÜNİVERSİTESİ ÖRNEĞİ 319

İsmail KARATAŞ 319

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLERİNİN FİZİKSEL OKURYAZARLIK ALGILARI İLE FİZİKSEL AKTİVİTE DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ 320

Yusuf ÇUHADAR, Çetin YAMAN 320

TÜRKİYE'DEKİ SIĞINMACI ÇOCUKLARA YÖNELİK GELİŞTİRİLEN SOSYAL POLİTİKALAR; MERSİN ÖRNEĞİ 321

Yusuf TALUY 321

TÜRKİYE'DE SPOR VE MÜZİK ORTAK ALANINDA YAPILMIŞ TEZLERİN EĞİLİMLERİNİN İNCELENMESİ 322

Özlem ÖMÜR 322

SPOR BİLİMİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN UZAKTAN EĞİTİM MOTİVASYONLARI ÜZERİNE NİTEL BİR ARAŞTIRMA 323

Şenol GÜVEN, Atakan YAZICI 323

IMPACTS OF ACTUAL PREPARING ON PHYSICAL AND MENTAL BOUNDARIES IN PEOPLE WITH PATELLA LIGAMENT MYOPATHY: A DELIBERATE SURVEY AND META-INVESTIGATION 325

Nesto DIACOV 325

PLASMA EICOSAPENTAENOIC CORROSIVE IS RELATED WITH MUSCLE STRENGTH AND MUSCLE HARM AFTER EXHAUSTING ACTIVITY 326

Bruno WELLS 326

EVALUATION AND CHECK OF CARDIORESPIRATORY WELLNESS IN GROWN-UPS WITH PREHYPERTENSION 327

Vlatko IVANOV 327

IMPACT OF ACTIVITY POWER ON CELL-INTERCEDED INSUSCEPTIBILITY 328

Giuseppe MANARA 328

DOES COLD-WATER PERSEVERANCE SWIMMING INFLUENCE ASPIRATORY CAPACITY IN SOLID GROWN-UPS? 329

Ambrož SLEZÁK 329

CONTEXTUAL INVESTIGATION: PROGRESS TO A VEGGIE LOVER DIET IN A TIP TOP MALE GAELIC FOOTBALL PLAYER 330

Ron SHOSHAN 330

POST FLYWHEEL SQUAT POTENTIATION OF VERTICAL AND FLAT GROUND RESPONSE POWER BOUNDARIES DURING BOUNCES AND COURSE ADJUSTMENTS 331

Chibale NASER 331

İÇİNDEKİLER

RECOGNIZING SOLID AND APPEALING POWER TIME MEASUREMENTS IN COMPETITORS—CONTEMPLATIONS FOR THE ISOMETRIC MID-THIGH PULL AND COUNTERMOVEMENT BOUNCE 332

Sina SADIQ 332

RESEARCHING POTENTIAL IMPACTS FROM A ONE-YEAR MENTOR SCHOOLING SYSTEM 333

Mikhail HERSHON 333

USE, PRACTICES AND PERSPECTIVES OF SPORTS NOURISHMENT AND STRENGTH AND MOLDING SPECIALISTS TOWARDS TART CHERRY SUPPLEMENTATION 334

Fazel PIRDOOST 334

IMPACTS OF MOMENTARY SIMULTANEOUS PREPARING END ON THE ENERGY COST OF RUNNING AND NEUROMUSCULAR EXHIBITIONS IN CENTER DISTANCE SPRINTERS 335

Esdras STRAUS 335

PARALYMPICS AND ITS COMPETITORS FROM THE PERSPECTIVE OF THE NEW YORK TIMES 336

Michael CROWE 336

SURVEYING CYCLING SUPPORT IN AUSTRALIA 337

Aleksandras STRASAUSKAS 337

SHOULD RESTORATION EXPERTS UTILIZE OUTER CENTER DIRECTIONS WHEN ENGINE LEARNING IS CULTIVATED? AN ORDERLY SURVEY 338

Klaus HAEUSSER 338

A CORRELATION BETWEEN AUSTRALIAN FOOTBALL ASSOCIATION (AFL) WOUNDS IN AUSTRALIAN NATIVE VERSUS NON-NATIVE PLAYERS 339

Denton ALSTON 339

INTENSE IMPACTS OF POLYPHENOLS FROM CRANBERRIES AND GRAPE SEEDS ON ENDOTHELIAL CAPACITY AND EXECUTION IN TIP TOP COMPETITORS 340

Connor WOOD 340

MATERIALS, PLANS AND NORMS UTILIZED IN SKI-BOOTS FOR SNOW CAPPED SKIING 341

Wayne Stephon Ali LAGMAY 341

A FUNDAMENTAL KINEMATIC STRIDE INVESTIGATION OF A STRONGMAN OCCASION: THE RANCHERS WALK 342

Teoflyos Cherenebereck TEKLILE 342

MUSIC IN CROSSFIT—EFFECT ON EXECUTION, PHYSIOLOGICAL, AND MENTAL BOUNDARIES 343

Jakov GAVRILOVIĆ 343

ABUSE WOUNDS RELATED WITH MOUNTAIN TREKKING: IS SINGLE-SPEED RIDING AN INCLINING ELEMENT? 344

Naghi HASHEMPOUR 344

İÇİNDEKİLER

INTENSE IMPACTS OF VARIOUS ORGANIZATIONS OF LITTLE SIDED AND MOLDED HANDBALL MATCH-UPS ON PULSE REACTIONS IN FEMALE UNDERSTUDIES DURING PE CLASSES 345

Salim KAMOLOV 345

ACTUAL LATENCY FROM THE PERSPECTIVE OF TRANSFORMATIVE MEDICATION 346

Ámundi ERNESTSSON 346

IMPACTS OF PERSEVERANCE EXERCISE PREPARING AND CRATAEGUS CONCENTRATE WS 1442 IN PATIENTS WITH CARDIOVASCULAR BREAKDOWN WITH SAFEGUARDED LAUNCH PORTION – A RANDOMIZED CONTROLLED PRELIMINARY 347

Artur HLAVÁČEK 347

ENGINE ABILITY IMPROVEMENT IN PRESCHOOLERS: HOW COMPELLING ARE MOVEMENT CARDS? 348

Dashaud PRINCE 348

GET WHEELIN' IN WESTLAWN: MOUNTING A BICYCLING PROJECT IN A LOW-PAY MINORITY METROPOLITAN PEOPLE GROUP 349

Pylyp Mykytovych PANCHUK 349

INVESTIGATION OF WIND INFORMATION FOR SPORTS EXECUTION PLAN: A CONTEXTUAL ANALYSIS FOR CRUISING SPORTS 350

Manas AKMATOV 350

A FIELD INVESTIGATION OF LOW-TOP VERSUS MID-TOP VERSUS HIGH-TOP AMERICAN FOOTBALL SPIKES 351

Mazyar BAHADORI 351

A FACTUAL VIEWPOINT ON RUNNING WITH PROSTHETIC LOWER-APPENDAGES: A BENEFIT OR DETRIMENT? 352

Mahan JALALI 352

PITCH GROUPING INTRICACY AND LONG HAUL PITCHER EXECUTION 353

Ulan YUSUPOV 353

THE MOVEMENT OF MALE 100 M RUNNING WITH A LOWER-APPENDAGE REMOVAL 354

Finlay MASON 354

EPIDEMIOLOGICAL SURVEY OF WOUNDS IN RUGBY ASSOCIATION 355

Mahadaji JAYAVANT 355

IMPACT OF LEVEL AND DOWNHILL RUNNING ON BREATHING PROFICIENCY 356

Páidí MOYNIHAN 356

THE RELATIONSHIP BETWEEN ANTHROPOMETRIC FACTORS, PRACTICAL DEVELOPMENT SCREEN SCORES AND 100 M FREE-FORM SWIMMING EXECUTION IN YOUTH SWIMMERS 357

Soheila HAYAII 357

İÇİNDEKİLER

THE SLUGGISH YOUTH-REST AND THE IMPACT OF ACTIVITY: AN ACCOUNT AUDIT 358

Zulkipli BIN MERDEKA 358

AN OUTLINE OF THE RUNNING EXHIBITION OF COMPETITORS WITH LOWER-APPENDAGE REMOVAL AT THE PARALYMPIC GAMES 2004–2012 359

Sidqi EL-DAOUD 359

CONNECTION BETWEEN THE ACCELERATING BIOMECHANICS AND STRAIN OF BIKE EDGE DURING SUBMAXIMAL TESTS 360

Kamyar RAYEGAN 360

A REVIEW AUDIT FROM 2006 TO 2011 OF LOWER LIMIT WOUNDS IN BADMINTON IN NEW ZEALAND 361

Luiz BAPTISTA 361

NEUROMUSCULAR RETRAINING IN FEMALE YOUNG ADULT COMPETITORS: IMPACT ON ATHLETIC EXECUTION FILES AND NONCONTACT FOREMOST CRUCIATE TENDON INJURY RATES 362

Mikk NURME 362

VIABILITY OF VARIOUS REST SPANS FOLLOWING ENTIRE BODY VIBRATION ON VERTICAL LEAP EXECUTION BETWEEN SCHOOL COMPETITORS AND CASUALLY PREPARED FEMALES 363

Zlatko PUŠKARIĆ 363

KINEMATICS AND ENERGY OF YOUTH BASEBALL CATCHERS AND PITCHERS 364

Pastukh Fyodor (Fedya) ROSTISLAVOVICH 364

POINT EXPLICIT EXAMINATION OF SIDE-TO-SIDE LOPSIDEDNESS IN THE SHOULDER ROTATORS 365

Bruno MARTÍNEZ 365

SUGGESTIONS FOR SELECTING AND HOLDING JUVENILE YOUNG LADIES IN ONGOING ACTIVITY (PREPARING) EXPLORATION STUDIES 366

Aliona PRODAN 366

TONING IT DOWN WOULD BE IDEAL: THE PHYSIOLOGICAL REASON FOR TIGHTENING IN PERSEVERANCE, STRENGTH, AND POWER COMPETITORS 367

Ibrahim KRANJEC 367

THE IMPACT OF IRON WEIGHT SWING BURDEN AND RHYTHM ON PHYSIOLOGICAL, PERCEPTUAL AND MECHANICAL FACTORS 368

Naser TARROKH 368

FURTHEST POINT MUSCLE ACTUATION DURING BODYBLADE ACTIVITIES FOLLOWING A MONTH AND A HALF OF MEDIATION ZEROING IN ON THE LUMBOPELVIC-HIP COMPLEX 369

Robert SIMON 369

AN EXAMINATION OF CHEST AREA STRENGTH BETWEEN ROCK CLIMBING AND OBSTRUCTION PREPARED MEN 370

Tijani BURNETT 370

İÇİNDEKİLER

ACCOUNTS OF PSYCHOSOCIAL REACTION TO MICROTRAUMA INJURY AMONG MARATHON RUNNERS 371

Nataye Liben KETEMA 371

ACTUAL WORK AND GASTROINTESTINAL MALIGNANT GROWTHS: ESSENTIAL AND TERTIARY PREVENTIVE IMPACTS AND CONCEIVABLE ORGANIC INSTRUMENTS 372

Cortez ACOSTA 372

THE IMPACT OF FOCUSED ENERGY DISCONTINUOUS EXERCISE ON POWER YIELD FOR THE CHEST AREA 373

Diego ALBACETE 373

PHYSIOLOGICAL REACTIONS FUNDAMENTAL THE VIEW OF EXERTION DURING MODERATE AND SUBSTANTIAL FORCE CYCLE ERGOMETRY 374

Setrag JALALYAN 374

DEPENDABILITY OF THE SINGLE-VISIT FIELD TRIAL OF BASIC SPEED IN PREPARED AND UNDEVELOPED YOUNG PEOPLE 375

Ignaci SARDÀ 375

IS THERE AN EVER-EVOLVING WITHDRAWAL OF PHYSIOLOGICAL ASSURANCES AGAINST EXTREME FOCUS EXERCISE-INITIATED WEAKNESS DURING PUBESCENCE? 376

Gaurav PAL 376

UTILIZING ROWERS' VIEW OF ON-WATER STROKE ACCOMPLISHMENT TO ASSESS SCULLING CATCH PROFICIENCY FACTORS BY MEANS OF A BOAT INSTRUMENTATION FRAMEWORK 377

Carson GRAHAM 377

AN EXAMINATION BETWEEN LEARNING STYLE INCLINATIONS, SEX, GAME AND ACCOMPLISHMENT IN WORLD CLASS GROUP ACTIVITY COMPETITORS 378

Chirkos Ephraim ARON 378

IMPACTS OF RESPIRATORY MUSCLE WARM-UP ON FOCUSED ENERGY EXERCISE EXECUTION 379

Harald SLETTE 379

PHYSICAL AND PHYSIOLOGICAL QUALITIES OF JUDO COMPETITORS: AN UPDATE 380

Sasan ASADI 380

PARALLEL SQUATS FUNDAMENTALLY DIMINISHING RUN TIME IN UNIVERSITY BASEBALL COMPETITORS 381

Karin CHANPAKDEE 381

AN EXAMINATION BETWEEN CHOCOLATE MILK AND A CRUDE MILK HONEY ARRANGEMENT'S EFFECT ON POSTPONED BEGINNING OF MUSCLE IRRITATION 382

Mauro Kimura DA SIQUEIRA 382

İÇİNDEKİLER

THE AGE IN SWIMMING OF CHAMPIONS IN BIG SHOWDOWNS (1994–2013) AND OLYMPIC GAMES (1992–2012): A CROSS-SECTIONAL INFORMATION INVESTIGATION 383

Ingmar WALLENBERG 383

HOW SURE WOULD WE BE ABLE TO BE IN DEMONSTRATING FEMALE SWIMMING EXECUTION IN IMMATURITY? 384

Chi JUNG-MIN 384

SORT OF GROUND SURFACE DURING PLYOMETRIC PREPARING INFLUENCES THE SERIOUSNESS OF ACTIVITY INCITED MUSCLE HARM 385

Diego SOLDADO 385

A PORTRAYAL AND CORRELATION OF CARDIORESPIRATORY WELLNESS MEASURES ACCORDING TO THROWING EXECUTION AMONG PROFICIENT BASEBALL PITCHERS 386

Mauro MERINO 386

1.ULUSLARARASI SPOR VE SOSYAL BİLİMLERE MULTİDİSİPLİNER YAKLAŞIM KONGRESİ 387

POSTER ÖZET SUNUMLAR 387

OLİMPİYATLARDA SÜRDÜRÜLEBİLİRLİK: YEŞİL OYUNLAR 388

Ebru DURUSOY, Beyza Aslı BİLSEL, Selen AYDÖNER 388

İŞİTME ENGELLİ BİREYLERİN TOPLUMA UYUM SORUNLARI VE GELECEK BEKLENTİLERİNİN BELİRLENMESİ 389

Oğuzhan AYDEMİR, Nihal Sena ÇETİN 389

MEVCUT OLANAKLARI İŞLEVSEL KULLANMAK: ALIŞVERİŞ MERKEZİ YÜRÜYÜŞLERİ 390

Selen AYDÖNER, Beyza Aslı BİLSEL, Ebru DURUSOY 390

ÖNSÖZ



Prof. Dr. Gülten HERGÜNER
Kongre Başkanı

Değerli bilim insanları,

25/26 KASIM 2021 tarihlerinde UZAKTAN ERİŞİM sistemi ile ilkini İstanbul merkezli düzenlemiş olduğumuz 1. ULUSLARARASI SPOR VE SOSYAL BİLİMLERE MULTİDİSİPLİNER YAKLAŞIM KONGRESİ'ne gösterilen ilgi ve katkılardan dolayı yürekten teşekkür ediyoruz.

Kongremizde birbirinden değerli çok sayıda bilim insanı aktif olarak görev almış ve sizlerle bir arada olmamızı sağlamıştır. Kongremize Türkiye başta olmak üzere farklı dünya ülkelerinden davetli konuşmacı olarak katılan; Prof. Dr. Mehmet GÜÇLÜ (Türkiye), Prof. Dr. Erdal ZORBA (Türkiye), Prof. Dr. G. Saynur DERMAN (Türkiye), Prof. Dr. Ayhan AYTAÇ (Türkiye), Prof. Dr. Fatih ÇATIKKAŞ (Türkiye), Prof. Dr. Gülsen DEMİR (Türkiye), Prof. Dr. Hayrettin GÜMÜŞDAĞ (Türkiye), Prof. Dr. Lale ORTA (Türkiye), Doç. Dr. Ali Serdar YÜCEL (Türkiye), Doç. Dr. Tennur YERLİSU LAPA (Türkiye), Prof. Dr. Ashok JAMMI (Hindistan), Prof. Dr. Mohammad HASAN (Malezya), Doç. Dr. Rab Nawaz LODHI (Pakistan), Dr. Öğr. Üye. L. Santhosh KUMAR (Hindistan), Dr. Öğr. Üye. Rommel TABULA (Tayland), Raisun MATHEW (Hindistan) ve Tinnakit BHIROMBHAKDI (Tayvan) olmak üzere tüm davetli konuşmacılarımıza teşekkürlerimizi sunuyoruz.

Kongremizin başlangıç aşamasından kapanışına kadar bizleri yalnız bırakmayan ve her türlü teknik anlamda yanımızda olan ORP Danışmanlık'a, bilimsel anlamda desteğini esirgemeyen bilim kurulumuza ve düzenleme kurulu üyelerimize yürekten teşekkürlerimizi bir borç biliyoruz. Kendilerine gelecek hayatta da aynı başarılarının devamını temenni ediyoruz.

Kongremize toplam 31 farklı dünya ülkesinden 269 bilim insanı sunucu ve dinleyici olarak katılım sağlamıştır. 27 farklı dünya ülkesinden tamamı sözel 62 bildirileri ile kongremize katılım sağlanmıştır. Ayrıca Türkiye'den 198 bilim insanı da 57 sözel, 3 poster toplam 60 adet bildiri ile katılım gerçekleştirmiştir. Kongremize gelen toplam yerli ve yabancı sözel bildiri sayısı 349 adettir. Ancak uzaktan erişim nedeni ve düzenleme kurulu kararı ile gelen bildirilerin sadece 122 adeti kabul edilerek programa dahil edilmiştir. Kongremizde sözel olarak sunulan 122 adet bildiri özetlerine ve bazı tam metinlere Kongre Bildirileri kitabında yer verilmiştir. Bu kongremizde sunumu gerçekleştirilen 119 adet bildiri sözel 3 adet bildiri ise poster olarak sunulmuştur.

Kongremizin aktif olarak bildiri kabul ettiği süreç içerisinde 37 farklı dünya ülkesinden bilim insanlarına da kongremize yönelik bilgiler gönderilmiştir. Bu çağrılarımıza yönelik olarak 31 farklı ülkeden

sunum yapan ve dinleyici olarak katılımlar söz konusu olmuştur. Dış ülke katılımcılarına da destekleri ve bizlerle birlikte oldukları için teşekkür ediyoruz. Yine farklı dünya ülkelerinden olup, Türkiye'de akademik faaliyetlerini gerçekleştiren bilim insanlarının çalışmalarına da kongremizde yer verilmiştir. Kendilerine ürettikleri ve bizlerle paylaştıkları çalışmalarından dolayı da ayrıca teşekkür ediyoruz.

Kongremizde birbiriyle iç içe olan farklı disiplinlerin buluşması ve bu buluşma ile multidisipliner anlayış çerçevesinde bir birliktelik yaratılması planlanmıştır. Katılımcılarımızın organizasyona, davetli konuşmacılara ve genel anlamda sunulan bildirilerin niteliğine ve başarılı bir kongre düzenlediğimize ilişkin geri bildirimleri bizleri fazlasıyla mutlu etmiştir.

Farklı olsa da aynı düşünce ile birbirine bağlı olan disiplinlerin bir araya gelerek yeni yeni projeler üretmesine katkı sağlamış olmak da ayrıca bizleri gururlandırmıştır. Kongremize yaklaşık iki ay kala kamu ve özel sektör temsilcileri ile devlet yöneticilerimize yönelik davetlerimize de karşılık bulduk. Bu vesile ile devlet büyüklerimizin göndermiş olduğu mesajlar ve mesaj içerikleri, ilerleyen süreçlerde daha verimli çalışmalar yapmamız konusunda da teşvik edici olmuştur. Umut ediyoruz ki gelecek zaman içerisinde başta ülkemiz olmak üzere, birçok dünya ülkesinden bilim insanını bir araya toplamayı, ortak projeler ve ürünler ile birlikte çalışmayı başaracağız.

Değerli bilim insanları sevgili dostlar; kongremize göstermiş olduğunuz ilgi, destek ve katkılardan dolayı tüm organizasyon içerisinde yer alan çalışma arkadaşlarımızı yürekten tebrik ediyor teşekkürlerimizi sunuyoruz. Bir sonraki kongremizde görüşmek üzere hepinize sağlık, mutluluk, huzur ve güzel günler diliyoruz. ***Kongremiz 2019 yılı akademik teşvik kriterleri kapsamında olup, 17/01/2020 tarihli ve 31011 sayılı Resmî Gazete'de yayımlanan 16/1/2020 tarihli ve 2043 sayılı Cumhurbaşkanı Kararı Uyarınca ilgili yayınlanan yönetmelik kapsamında değerlendirilmektedir.*** Katılımcı sayısının %51 ve üzeri yabancı katılımcıdan oluşup, ayrıca 5 farklı dünya ülkesinden davetli konuşmacıya sahiptir. Toplam bildirilerin %51'den fazlası yabancı ülke katılımcılarına aittir.

Saygılarımızla…

PREFACE



Prof. Dr. Gülten HERGÜNER
Congress Chairman

Dear scientists,

We sincerely thank you for the interest and contributions shown to the 1th INTERNATIONAL CONGRESS ON MULTIDISCIPLINARY APPROACH TO SPORTS AND SOCIAL SCIENCES, which we organized for the first time with the REMOTE ACCESS system on 25/26 NOVEMBER 2021, based in Istanbul.

Many valuable scientists took active part in our congress and enabled us to be together with you. We would like to thank all of our invited speakers participating from different countries of the world, particularly Turkey including; Prof. Dr. Mehmet GÜÇLÜ (Turkey), Prof. Dr. Erdal ZORBA (Turkey), Prof. Dr. G. Saynur DERMAN (Turkey), Prof. Dr. Ayhan AYTAÇ (Turkey), Prof. Dr. Fatih ÇATIKKAŞ (Turkey), Prof. Dr. Gülsen DEMİR (Turkey), Prof. Dr. Hayrettin GÜMÜŞDAĞ (Turkey), Prof. Dr. Lale ORTA (Turkey), Doç. Dr. Ali Serdar YÜCEL (Turkey), Doç. Dr. Tennur YERLİSU LAPA (Turkey), Prof. Dr. Ashok JAMMI (India), Prof. Dr. Mohammad HASAN (Malaysia), Assoc. Prof. Rab Nawaz LODHI (Pakistan), Assist. Prof. L. Santhosh KUMAR (India), Assist. Prof. Rommel TABULA (Thailand), Raisun MATHEW (India) and Tinnakit BHIROMBHAKDI (Taiwan).

We are grateful to ORP Consulting, who did not leave us alone from the beginning to the end of the congress and stood by us in all technical terms, our scientific establishment and our organizing board members for their scientific support. We wish them the same success in the future life.

A total of 269 scientists from 31 different world countries participated in our congress as listeners and with their presentations. Participation in our congress was ensured with 62 papers, all of which were verbal, from 27 different world countries. Also 198 scientists from Turkey participated with 57 verbal and 3 poster, a total of 60 presentations. The total number of local and foreign oral presentations coming to our congress is 349. However, only 122 of the papers received due to the remote access reason and the decision of the regulatory board were accepted and included in the program. 122 abstracts and some full texts presented as oral / poster at our congress are included in the Congress Proceedings book.

During the process in which our congress actively accepted papers, information about our congress was sent to scientists from 37 different world countries. There have been participants from 31 different countries as presenters and listeners for these calls. We also thank the foreign participants for their support and being with us. Again, the work of scientists from different countries of the world, who perform academic activities in Turkey are featured in our congress. We also thank them for their work they have produced and shared with us.

PREFACE

In our congress, it is planned to meet different disciplines intertwined with each other and to create a union within the framework of a multidisciplinary understanding with this meeting. The feedback of our participants to the organization, to the invited speakers, to the quality of the presentations presented in general, and to the fact that we have organized a successful congress, made us very happy.

It has also made us proud to have contributed to the creation of new projects by bringing together disciplines that are different but connected with the same thought. About two months before our congress, we also received our invitations to public and private sector representatives and state administrators. On this occasion, the messages and message contents sent by our elders have encouraged us to work more efficiently in the future. We hope that in the future, we will be able to gather scientists from many countries of the world, especially our country, and to work with joint projects and products.

Dear scientists, dear friends; We wholeheartedly congratulate our colleagues in the entire organization for your interest, support and contribution to our congress, and we present our gratitude. We wish you all health, happiness, peace and good days to see you at our next congress. ***Our congress is within the scope of academic incentive criteria for 2019 and is evaluated within the scope of the relevant published regulation in accordance with the President's Decision No. 2043 dated 16/1/2020, published in the Official Gazette dated 17/01/2020 and numbered 31011.*** The number of foreign participants is 51% and above, and it also has invited speakers from 5 different world countries. More than 51% of the total papers belong to foreign country participants.

Regards…

KOMİTE VE KURULLAR

KONGRE BAŞKANI
Prof. Dr. Gülten HERGÜNER
(Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi)

DÜZENLEME KURULU BAŞKANI
Prof. Dr. Hayrettin GÜMÜŞDAĞ
(Bozok Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi)

DÜZENLEME KURULU
Prof. Dr. Ayhan AYTAÇ
Prof. Dr. Ahmet AKIN
Prof. Dr. Asuman Seda SARACALOĞLU
Prof. Dr. Ashok JAMMI
Prof. Dr. Çetin YAMAN
Prof. Dr. Fatih ÇATIKKAŞ
Prof. Dr. Gülsen DEMİR
Prof. Dr. Kaya YILDIZ
Prof. Dr. Mustafa TALAS
Prof. Dr. Giray Saynur DERMAN
Prof. Dr. Ümran SEVİL

BİLİMSEL SEKRETERYA
Doç. Dr. Ali Serdar YÜCEL
Doç. Dr. Ahmet Semih UZUNDUMLU
Doç. Dr. Abdulkerim KARAASLAN
Doç. Dr. Alpaslan KARTAL
Doç. Dr. Emre PINARBAŞI
Doç. Dr. Gökşen ARAS
Doç. Dr. Michael KUYUCU
Doç. Dr. Nazan ERENOĞLU SON
Doç. Dr. Rab Nawaz LODHİ
Dr. Öğr. Üye. Rommel TABULA
Dr. Öğr. Üye. Saime ÇAĞLAR SARI
Dr. Öğr. Üye. Santhosh KUMAR
Dr. Öğr. Üye. Sibel YAMAN
Dr. Öğr. Üye. Senai YALÇINKAYA
Uzm. Dr. Süleyman DERMAN
Uzm. Dr. Osman SON
Dr. Andi ASRİFAN
Dr. Khalida NASEEM

SEKRETERYA
Arş. Gör. Merve ÖZYILDIRIM

BİLİM KURULU

BİLİM KURULU

Prof. Dr. Ayhan AYTAÇ - Trakya Üniversitesi - Türkiye
Prof. Dr. Ashok JAMMI - Principal Anurag College of Engineering India
Prof. Dr. Ahmet AKIN - İstanbul Medeniyet Üniversitesi - Türkiye
Prof. Dr. Ahmet Fahri ÖZOK - Okan Üniversitesi - Türkiye
Prof. Dr. Asuman Seda SARACALOĞLU - Aydın Adnan Menderes Üniversitesi - Türkiye
Prof. Dr. Carol FRIESEN – Ball State University - India
Prof. Dr. Christel LARSSON - University of Gothenburg - İsveç
Prof. Dr. Çetin YAMAN - Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi - Türkiye
Prof. Dr. Eray YURTSEVEN - İstanbul Üniversitesi - Türkiye
Prof. Dr. Eric BOERWİNKLE – UT Health School of Public Health - A.B.D.
Prof. Dr. Erdal ZORBA - Gazi Üniversitesi - Türkiye
Prof. Dr. Fatih ÇATIKKAŞ - Manica Celal Bayar Üniversitesi - Türkiye
Prof. Dr. Fariba DEHGHANİ - The University of Sydney - A.B.D.
Prof. Dr. Giray Saynur DERMAN - Marmara Üniversitesi - Türkiye
Prof. Dr. Gülten HERGÜNER - Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi - Türkiye
Prof. Dr. Gülsen DEMİR - Aydın Adnan Menderes Üniversitesi (Emekli) - Türkiye
Prof. Dr. Hakkı ULUCAN - Erciyes Üniversitesi - Türkiye
Prof. Dr. Jacquelynne SUE ECCLES - University of California - A.B.D.
Prof. Dr. Judith LUKASZUK – Northern Illinois University - A.B.D.
Prof. Dr. İshak AYDEMİR - Sivas Cumhuriyet Üniversitesi - Türkiye
Prof. Dr. İlhan TOKSÖZ - Trakya Üniversitesi - Türkiye
Prof. Dr. Hayrettin GÜMÜŞDAĞ - Yozgat Bozok Üniversitesi - Türkiye
Prof. Dr. Kaya YILDIZ - Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi - Türkiye
Prof. Dr. Kathleen J. MELANSON – The University or Rhode Island - A.B.D.
Prof. Dr. Katrien BEEECKMAN - University of Antwerpen - Belçika
Prof. Dr. Lale ORTA - Okan Üniversitesi - Türkiye
Prof. Dr. Luis B. AGELLON – McGill - Kanada
Prof. Dr. Mehmet BAYANSALDUZ - Uşak Üniversitesi - Türkiye
Prof. Dr. Mustafa TALAS - Niğde Ömer Halis Demir Üniversitesi - Türkiye
Prof. Dr. Margaret TRESCH OWEN - University of Texas - A.B.D.
Prof. Dr. Martin O'NEILL – University of Ulster Kuzey - İrlanda
Prof. Dr. Mehmet GÜÇLÜ - Gazi Üniversitesi - Türkiye
Prof. Dr. Metin YAMAN - Dokuz Eylül Üniversitesi - Türkiye
Prof. Dr. Michelle MİLLER – Flinders University Güney Avusturalya - Türkiye
Prof. Dr. Nevin AKDOLUN BALKAYA - Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi - Türkiye
Prof. Dr. Nezahat GÜÇLÜ - Gazi Üniversitesi - Türkiye
Prof. Dr. Patrick MAFORA - University of South - Africa
Prof. Dr. Pelin AVŞAR KARABAŞ - Hitit Üniversitesi - Türkiye
Prof. Dr. Sevinç YÜCECAN – Lokman Hekim Üniversitesi - Türkiye
Prof. Dr. Serdar ORHAN - Fırat Üniversitesi - Türkiye
Prof. Dr. Serdar TOK - Manisa Celal Bayar Üniversitesi - Türkiye
Prof. Dr. Sue CHERRINGTON - Victoria University of Wellington - Yeni Zellanda

BİLİM KURULU

Prof. Dr. Stephanie A. TAYLOR DAVIS – Indiana University of Pennsylvania - A.B.D.
Prof. Dr. Ümran SEVİL - Emekli Öğretim Üyesi - Türkiye
Prof. Dr. Veysel BOZKURT - İstanbul Üniversitesi - Türkiye
Prof. Dr. Yusuf GENÇ - Sakarya Üniversitesi - Türkiye
Prof. Dr. Yüksel SAVUCU - Fırat Üniversitesi - Türkiye
Prof. Dr. Ziya BAHADIR - Erciyes Üniversitesi - Türkiye
Prof. Dr. Zalilah Mohd SHARİFF - University Putra - Malezya
Doç. Dr. Ali Serdar YÜCEL - Fırat Üniversitesi - Türkiye
Doç. Dr. Abdulkerim KARAASLAN - Atatürk Üniversitesi - Türkiye
Doç. Dr. Aslı SİS ÇELİK - Atatürk Üniversitesi - Türkiye
Doç. Dr. Ahmet Semin UZUNDUMLU - Atatürk Üniversitesi - Türkiye
Doç. Dr. Alpaslan KARTAL - Yozgat Bozok Üniversitesi - Türkiye
Doç. Dr. Ayşe ÇEVİRME - Sakarya Üniversitesi - Türkiye
Doç. Dr. Bekir Barış CİHAN - Yozgat Bozok Üniversitesi - Türkiye
Doç. Dr. Belgin GÖKYÜREK - Gazi Üniversitesi - Türkiye
Doç. Dr. Betül Bayazıt - Kocaeli Üniversitesi - Türkiye
Doç. Dr. Bora ÇAVUŞOĞLU - İstanbul Cerrahpaşa Üniversitesi - Türkiye
Doç. Dr. Elif Karagün - Kocaeli Üniversitesi - Türkiye
Doç. Dr. Gökşen ARAS - Atılım Üniversitesi - Türkiye
Doç. Dr. Haluk ŞENGÜN - İstanbul Aydın Üniversitesi - Türkiye
Doç. Dr. June MATTHEWS – University of Brescia - İtalya
Doç. Dr. Latifeh AHMADİ – University of Brescia - İtalya
Doç. Dr. Mary J. LUDY – Bowling Green State University - A.B.D.
Doç. Dr. Melissa McHALE - Colorado State University - A.B.D.
Doç. Dr. Mehmet YILDIRIM - Yozgat Bozok Üniversitesi Türkiye
Doç. Dr. Mihalis KUYUCU - Alanya Hamdullah Emin Paşa Üniversitesi - Türkiye
Doç. Dr. Murat KUL - Bayburt Üniversitesi - Türkiye
Doç. Dr. Nazan ERENOĞLU SON - Afyonkarahisar Sağlık Bilimleri Üniversitesi - Türkiye
Doç. Dr. Necati ÖZPINAR - Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi - Türkiye
Doç. Dr. Özlem KIRANDI - İstanbul Cerrahpaşa Üniversitesi - Türkiye
Doç. Dr. Ömer ALKAN - Atatürk Üniversitesi - Türkiye
Doç. Dr. Rab Nawaz Lodhi - University of Central Punjab - Pakistan
Doç. Dr. Rıdvan KOÇYİĞİT - Atatürk Üniversitesi - Türkiye
Doç. Dr. Saliha ÖZPINAR - Alanya Alattin Keykubat Üniversitesi - Türkiye
Doç. Dr. Sevilay YILDIZ - Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi - Türkiye
Doç. Dr. Sevinç NAMLI - Erzurum Teknik Üniversitesi - Türkiye
Doç. Dr. Serkan HACISEFEROĞLU - Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi - Türkiye
Doç. Dr. Sinan KOPUZLU - Atatürk Üniversitesi - Türkiye
Doç. Dr. Tennur YERLİSU LAPA - Akdeniz Üniversitesi - Türkiye
Doç. Dr. Zekiye BAŞARAN - Kocaeli Üniversitesi - Türkiye
Dr. Öğr. Üye. Ayça GÜRKAN - Emekli Öğretim Üyesi - Türkiye
Dr. Öğr. Üye. Fatih CESUR - Avrasya Üniversitesi - Türkiye
Dr. Öğr. Üye. İzzet KIRKAYA - Yozgat Bozok Üniversitesi - Türkiye

BİLİM KURULU

Dr. Öğr. Üye. Hakan YARAR - Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi - Türkiye
Dr. Öğr. Üye. Murat SARIKABAK - Bartın Üniversitesi - Türkiye
Dr. Öğr. Üye. Rommel TABULA - Rajamangala University of Technology - Tayland
Dr. Öğr. Üye. Saime ÇAĞLAR SARI - Marmara Üniversitesi - Türkiye
Dr. Öğr. Üye. Santhosh KUMAR - Dr. N.G.P. Arts and Science College - India
Dr. Öğr. Üye. Sibel YAMAN - İstanbul Rumeli Üniversitesi - Türkiye
Dr. Öğr. Üye. Tuba Fatma KARADAĞ - Muş Alpaslan Üniversitesi - Türkiye
Dr. Öğr. Üye. Yeşim KARAÇ ÖCAL - Yozgat Bozok Üniversitesi - Türkiye

Bilimsel kurul unvan ve alfabetik isim sıralamasına göre düzenlenmiştir.

HUKUK DANIŞMANLARI

Av. Fevzi PAPAKÇI
Av. İbrahim DURSUN
Av. Hasan Basri KORUKLUOĞLU
Av. Mehmet AYDIN
Av. Nazmi ARİF
Av. Onur BAYKAN
Av. Rozerin Seda KİP
Av. Yusuf ÇİFCİ

KONGRE PROGRAMI

ULUSLARARASI SPOR VE SOSYAL BİLİMLERE MULTİDİSİPLİNER YAKLAŞIM KONGRESİ

INTERNATIONAL CONGRESS ON MULTIDISCIPLINARY APPROACH TO SPORTS AND SOCIAL SCIENCES

KONFERANS PROGRAMI / CONFERENCE PROGRAM
AÇILIŞ / OPENING

25 KASIM 2021 / 25 NOVEMBER 2021

Açılış Konuşması / Opening Speech
PROF. DR. GÜLTEN HERGÜNER
25 KASIM / NOVEMBER 2021 – SAAT: 09:30 TIME: 09:30 (GMT+3)
Konferans Başkanı (Chair of Conference)

DAVETLİ KONUŞMACILAR / INVITED SPEAKERS
10:00 – 13:00 (GMT+3)

OTURUM BAŞKANI / HEAD OF SESSION
PROF. DR. GÜLTEN HERGÜNER
PROF. DR. GÜLSEN DEMİR
PROF. DR. ÇETİN YAMAN

KEYNOTE SPEAKERS
Assist. Prof. L. Santhosh KUMAR (India)
Raisun MATHEW (India)
Prof. Dr. Mehmet GÜÇLÜ (Turkey)
Prof. Dr. Erdal ZORBA (Turkey)
Prof. Dr. G. Saynur DERMAN (Turkey)
Prof. Dr. Ayhan AYTAÇ (Turkey)
Prof. Dr. Fatih ÇATIKKAŞ (Turkey)
Prof. Dr. Gülsen DEMİR (Turkey)
Prof. Dr. Hayrettin GÜMÜŞDAĞ (Turkey)
Assoc. Prof. Ali Serdar YÜCEL (Turkey)
Prof. Dr. Lale ORTA (Turkey)
Assoc. Prof. Tennur YERLİSU LAPA (Turkey)
Prof. Dr. Ashok JAMMI (India)
Prof. Dr. Mohammad HASAN (Malaysia)
Assoc. Prof. Rab Nawaz LODHI (Pakistan)
Assist. Prof. Rommel TABULA (Thailand)
Tinnakit BHIROMBHAKDI (Taiwan)

KONGRE PROGRAMI

SÖZEL - POSTER OTURUMLAR / ORAL PRESENTATIONS

OTURUM / SESSION : 1
Tarih ve Saat / Date and Time : 25 KASIM 2021 – 13:00 – 24:00 (GMT+3)
Oturum Başkanı (Head of Session) : Prof. Dr. Gülten HERGÜNER
Prof. Dr. Çetin YAMAN
Prof. Dr. Gülsen DEMİR
Prof. Dr. Ayhan AYTAÇ
Prof. Dr. G. Saynur DERMAN
Assoc. Prof. Ali Serdar YÜCEL
Assist. Prof. Sibel YAMAN

13:20	Bayram KAYA, Murat Bekleyiş APAYDIN, Hakan SUNAY	PLATES, YOGA, ZUMBA VE YÜRÜYÜŞ-KOŞU YAPAN KADINLARIN PSİKOLOJİK İYİ OLUŞ HALLERİ VE FİZİKSEL GÖRÜNÜŞ MÜKEMMELLİĞİ İLE ÖZ GÜVEN ARASINDAKİ İLİŞKİ
13:30	Hüseyin GÜMÜŞ, Merve KOYUNCU	ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN ALGILADIKLARI SOSYAL DESTEK DÜZEYLERİNİN FİZİKSEL AKTİVİTEYE KATILIMLARINA ETKİSİ
13:40	Merve KOYUNCU, Hüseyin GÜMÜŞ	ÖZEL GEREKSİNİMLİ ÇOCUKLARA SAHİP AİLELERİN REKREASYON ALANI KATILIM ENGELLERİNİN İNCELENMESİ
13:50	Abdurrahman KIRTEPE, Metin YILDIZ, Muhammed GÜLER	KİCK BOKS SPORCULARININ İLETİŞİM BECERİ DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ
14:20	Ahmet ERDEM, Enes Buğra ÖZ, Mustafa ARICI, Betül GİRGİN, Serdar TUNCER	REKREATİF AMAÇLI DOĞA SPORLARI AKTİVİTELERİNE KATILAN BİREYLERİN SÜRDÜRÜLEBİLİR TÜKETİM YÖNELİMLERİNİN İNCELENMESİ
14:30	Ahmet KOYUNLU, Murat BİLGİÇ, Mustafa ÖZDAL	AŞIRTMALI ABA GÜREŞİ MÜSABAKALARINDA GALİP VE MAĞLUP GÜREŞÇİLERİN ÜST EKSTREMİTE YORGUNLUK DEĞERLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI
14:40	Ahmet KOYUNLU, Murat BİLGİÇ, Mustafa ÖZDAL	AŞIRTMALI ABA GÜREŞİ MÜSABAKALARINDA MÜSABAKA SÜRESİ İLE ÜST EKSTREMİTE YORGUNLUĞU ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ
14:50	Ali Yılmaz, Yalçın Kaya, Semih KARAMAN	GENÇ VOLEYBOLCULARDA MÜSABAKA HATA ORANLARININ BAŞARIYA ETKİSİ
15:20	Anıl TÜRKELİ, Sevinç NAMLI	ALAN BİLGİSİ SINAVI ÖĞRETMENLİK PROGRAMLARINDA UYGULANMALI MI? BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLİĞİ PROGRAMI ÖRNEĞİ

15:30	Atlas AKBAŞ, Gökhan ÇETİNKAYA, Yusuf SOYLU	YARALANMA KAYGISININ TAEKWONDO SPORCULARI ÜZERİNDEKİ ETKİSİNİN DEMOGRAFİK FAKTÖRLERLE DEĞERLENDİRİLMESİ
15:40	Avni Burak BİÇER, Ali ERASLAN, Tekin ÇOLAKOĞLU	PROFESYONEL FUTBOL KULÜPLERİ ALTYAPILARININ ANTRENÖRLER TARAFINDAN DEĞERLENDİRİLMESİ
15:50	Aylin Özge PEKEL, Yasin Nuri ÇAKIR, Nagihan ÇAREDAR, Yekta ŞAHİN, Hacı Ahmet PEKEL	ESPOR ANTRENÖRLERİNİN ESPOR KAVRAMINA YÖNELİK METAFORİK ALGILARI
16:00	Ayşe DEMİR	MUTLULUK İÇİN DANS ET: DANSA KARŞI TUTUM VE MUTLULUK ARASINDAKİ İLİŞKİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ
16:10	Ayşe ÖNAL, Zeki TAŞ, Bijen FİLİZ, Gülten HERGÜNER	BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR DERSİ ÖĞRETİM PROGRAMI KAPSAMINDAKİ DEĞERLERİN UYGULANMASINA YÖNELİK ÖĞRETMEN GÖRÜŞLERİ
16:20	Ayşen İÇKE	CUMHURİYETİN İLK YILLARINDA YURT DIŞINA ÖĞRENCİ GÖNDERME UYGULAMALARI VE BEDEN EĞİTİMİ ALANINDA ÖĞRENİM İÇİN İSVEÇ'E GÖNDERİLEN İLK KUŞAK ÖĞRENCİLERİ "VİLDAN AŞİR SAVAŞIR" İLE "NİZAMETTİN KIRŞAN"
16:30	Azize ERDOĞAN	FUTBOLDA HAYAL ETMENİN YAŞ VE BRANŞ YAŞINA GÖRE İNCELENMESİ
16:40	Bekir ÇAR, Hasan GÜLER, Volkan SURAL, Ersan TOLUKAN	SINIF ÖĞRETMENLERİNİN OYUN VE FİZİKİ ETKİNLİKLER DERSİNE YÖNELİK TUTUMLARININ İNCELENMESİ
16:50	Çiğdem KOŞAR TAŞ, Sibel ÖRK ÖZEL	KÜRESEL İNOVASYON ENDEKSİ ÇERÇEVESİNDE TÜRKİYE
17:00	Damla Deniz DÜZ, Ayla TAŞKIRAN, Reşat SADIK	COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNİN PROFESYONEL KADIN BASKETBOL OYUNCULARINDA BESLENME ALIŞKANLIKLARININ YEME TUTUMU VE DEPRESYON DURUMU ÜZERİNE ETKİLERİ
17:10	Defne ÖCAL KAPLAN	FİZİKSEL AKTİVİTENİN OTİZMLİ ÇOCUKLARDA GÖRÜLEN POSTÜR VE YÜRÜYÜŞ BOZUKLUKLARININ TEDAVİSİNDE ETKİSİ
17:20	Deniz BEDİR, Sevinç NAMLI, Fatih AĞDUMAN, Ekrem GEZER	PANDEMİ DÖNEMİNDE ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN SPORA YÖNELİK TUTUMLARI VE COVID – 19'A YAKALANMA KAYGISININ İNCELENMESİ

17:30	Doğucan ERDOĞAN	KAMU POLİTİKALARI BAĞLAMINDA SOSYAL POLİTİKA VE SAĞLIK POLİTİKALARINDA SOSYAL HİZMETİN ÖNEMİ
17:40	Erdal ARI, Necdet APAYDIN, Hacı Ahmet TAŞPINAR	TÜRK FUTBOL TAKIMLARININ UEFA ORGANİZASYONLARINDAKİ PERFORMANSININ İNCELENMESİ
17:50	Erdem KARTAL, Gülten HERGÜNER	BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLERİNDE DUYGULARIN KARAR VERME VE ÖZ YETERLİK ÜZERİNE ETKİSİ
18:00	Geylan BOSTAN, Hüseyin Hakan KUDAK	ELİT SPORCULARIN COVİD-19 KAYGI DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ: JUDO VE BOKS ÖRNEĞİ
18:10	Hamza ÜSTÜN	GÜZEL SANATLAR EĞİTİMİ ALANINDA GELİŞTİRİLEN ÖLÇEKLERİN İNCELENMESİ
18:20	Hamza ÜSTÜN	P. CLODEMİR TROMPET METODUNUN İNCELENMESİ
18:30	Kiraz YILDIZ PEKER	OKUL YÖNETİCİLERİNİN YÖNETİM TARZLARININ ÖĞRETMENLERİN ÖRGÜTSEL SESSİZLİKLERİNİ YORDAMA DÜZEYİ
18:40	Mehmet Hasan SELÇUK, Yasin KARACA	BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENİ ADAYLARININ OKUL DENEYİMİ DERSİNE İLİŞKİN GÖRÜŞLERİ
18:50	Mehmet YILDIRIM, Sema USLU	SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN ÖZ YETERLİLİK DÜZEYLERİNİN BAZI DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ
19:00	Merve ÖZYILDIRIM, Çetin YAMAN, M.Sibel YAMAN	ÇEVRİMİÇİ EGZERSİZLERİN YETİŞKİN KADINLARIN BİLİNÇLİ FARKINDALIK, MENTAL İYİ OLUŞ VE BEDEN İMAJI ÜZERİNE ETKİSİ
19:10	Murat Bekleyiş APAYDIN, Emin SÜEL, Hacı Ahmet AKKAYA	9 HAFTALIK KUVVET VE DAYANIKLILIK ANTRENMANLARININ KIZ BASKETBOLCULARDA AEROBİK PERFORMANSA ETKİSİNİN ARAŞTIRILMASI
19:20	Murat GENÇ, Zekiye BAŞARAN	SINIF ÖĞRETMENLERİ VE BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİNİN BEDEN EĞİTİMİ VE OYUN DERSİ YETERLİLİKLERİNİN İNCELENMESİ
19:30	Mustafa MUTLU	ERKEN CUMHURİYET DÖNEMİ TÜRK TARİH ÇALIŞMALARINDA TÜRK SPORU
19:40	Oktay İNALKAÇ, M. Sibel YAMAN	BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BİLİMİNİN TARİH ÖNCESİ ÇAĞLARDAN GÜNÜMÜZE GELİŞİM AŞAMASI
19:50	Raşit ASLANDEREN, Serdar TUNCER	SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİNDE ÖĞRENİM GÖREN ÖĞRENCİLERİN FİZİKSEL AKTİVİTE DÜZEYLERİ İLE YALNIZLIK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

20:00	Raşit ASLANDEREN, Yıldırım Gökhan GENCER, İrfan YILDIRIM	ELİT KADIN BASKETBOL OYUNCULARININ EGZERSİZ BAĞIMLILIĞININ İNCELENMESİ
20:10	Müge SARPER KAHVECİ, Gülşah ÇELEBİ	EGZERSİZ VE OPİOİD PEPTİDLER
20:20	Sibel TETİK DÜNDAR	KUVVET ANTRENMANLARININ POST MENOPOZ DÖNEMİNDEKİ KADINLARDA İRİSİN VE MYOSTATİN DÜZEYLERİ ÜZERİNE ETKİSİ
20:30	Sibel ÖRK ÖZEL, Çiğdem KOŞAR TAŞ	GELİR EŞİTSİZLİĞİNİN KÜRESEL CİNSİYET UÇURUMU ENDEKSİ ÜZERİNE ETKİSİ: TÜRKİYE İÇİN BİR UYGULAMA
20:40	Tamer KARADEMİR, Cemil AKSOY, Cengizhan PAKYARDIM	FARKLI BRANŞLARDA GÖREV YAPAN ÖĞRETMENLERİN SAĞLIK YAŞAM BİÇİMİ DAVRANIŞLARININ ARAŞTIRILMASI
20:50	Tamer KARADEMİR, Levent VAR, Cengizhan PAKYARDIM, Suat Mehmet PAKSOY	TÜRK ELİT ERKEK VOLEYBOL SPORCULARINDA SPORTİF SORUNLARLA BAŞA ÇIKMA BECERİLERİ İLE ŞİDDET EĞİLİMİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ
21:00	Tamer KARADEMİR, Mikail TEL, Mert KARADEMİR, Cengizhan PAKYARDIM	18-25 YAŞ MÜSABIK TÜRK TAEKWONDO SPORCULARININ FAİR PLAY ALGILARININ İNCELENMESİ
21:10	Tamer KARADEMİR, Yunus EMRE KARAKAYA, Mert KARADEMİR	ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE E-SPOR BİLGİ DÜZEYİ İLE TEKNOLOJİ KULLANIMINA İLİŞKİN TUTUM ARASINDAKİ İLİŞKİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ
21:20	Tekmil Sezen GÖKSU, Osman Tolga TOGO	COVID 19 SÜRECİNDE YEREL YÖNETİMLERİN SOSYAL MEDYA HESAPLARI ARACILIĞILA EGZERSİZ HİZMETLERİNİN İNCELENMESİ
21:30	Yasemin YALÇIN, Hasanali Kağan KURNAZ, Osman Nuri ALTINER, Kerim AŞIK	YAĞLI GÜREŞLERDE DİNİ VE GELENEKSEL MOTİFLER: GÖKBEL ÖRNEĞİ
21:40	Yiğit Yekta KUKUL, Hasan Birol ÇOTUK	DART ATICILARINDA İÇSEL KONUŞMANIN KALP ATIM HIZI, DİNGİN GÖZ SÜRESİ VE ATIŞ PERFORMANSI ÜZERİNDEKİ ETKİSİNİN İNCELENMESİ

21:50	İsmail KARATAŞ	BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLİĞİ BÖLÜMÜ ÖĞRENCİLERİNİN GÜDÜLENMİŞ TÜKETİCİ YENİLİKÇİLİKLERİ İLE SATIN ALMA DAVRANIŞLARI ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN SPOR ENDÜSTRİSİ BAĞLAMINDA İNCELENMESİ: BAYBURT ÜNİVERSİTESİ ÖRNEĞİ
22:00	Yusuf ÇUHADAR, Çetin YAMAN	BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLERİNİN FİZİKSEL OKURYAZARLIK ALGILARI İLE FİZİKSEL AKTİVİTE DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ
22:10	Yusuf TALUY	TÜRKİYE'DEKİ SIĞINMACI ÇOCUKLARA YÖNELİK GELİŞTİRİLEN SOSYAL POLİTİKALAR; MERSİN ÖRNEĞİ
22:20	Özlem ÖMÜR	TÜRKİYE'DE SPOR VE MÜZİK ORTAK ALANINDA YAPILMIŞ TEZLERİN EĞİLİMLERİNİN İNCELENMESİ
22:30	Şenol GÜVEN, Atakan YAZICI	SPOR BİLİMİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN UZAKTAN EĞİTİM MOTİVASYONLARI ÜZERİNE NİTEL BİR ARAŞTIRMA
22:40	Ebru DURUSOY, Beyza Aslı BİLSEL, Selen AYDÖNER	OLİMPİYATLARDA SÜRDÜRÜLEBİLİRLİK: YEŞİL OYUNLAR
22:50	Oğuzhan AYDEMİR, Nihal Sena ÇETİN	İŞİTME ENGELLİ BİREYLERİN TOPLUMA UYUM SORUNLARI VE GELECEK BEKLENTİLERİNİN BELİRLENMESİ
23:00	Selen AYDÖNER, Beyza Aslı BİLSEL, Ebru DURUSOY	MEVCUT OLANAKLARI İŞLEVSEL KULLANMAK: ALIŞVERİŞ MERKEZİ YÜRÜYÜŞLERİ
23:10	Tamer KARADEMİR, Cemil AKSOY, Cengizhan PAKYARDIM	SPORA YÖNELİK TUTUMUN FARKLI BRANŞLARDAKİ ÖĞRETMENLERE GÖRE DEĞERLENDİRİLMESİ KAHRAMANMARAŞ İLİ ÖRNEĞİ
23:20	Tamer KARADEMİR, Cemil AKSOY, Mert KARADEMİR	BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLERİNİN LİDERLİK STİLLERİNİN FARKLI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ
23:30	Lale ORTA, Gökhan ÇETİNKAYA, Metecan KIZILÇAM	UEFA KADINLAR ŞAMPİYONLAR LİGİ MÜSABAKALARININ ANALİZİ
23:40	Hayrettin GÜMÜŞDAĞ, Alparslan KARTAL	SPORTMENLİK VE ETİK
23:50	Hayrettin GÜMÜŞDAĞ, Alparslan KARTAL	ÇOCUKLARIN FİZİKSEL AKTİVİTELERE KATILIMI ENGELLEYEN FAKTÖRLER

SÖZEL - POSTER OTURUMLAR / ORAL PRESENTATIONS

OTURUM / SESSION : 2
Tarih ve Saat / Date and Time : 25 KASIM 2021 – 13:00 – 24:00 (GMT+3)
Oturum Başkanı (Head of Session) : Prof. Dr. Ashok JAMMI
Prof. Dr. Mohammad HASAN
Assoc. Prof. Ali Serdar YÜCEL
Assoc. Prof. Rab Nawaz LODHI
Assist. Prof. L. Santhosh KUMAR
Assist. Prof. Rommel TABULA
Dr. Yasemin KÜÇÜKÖZKAN

12:40	Diego SOLDADO	SORT OF GROUND SURFACE DURING PLYOMETRIC PREPARING INFLUENCES THE SERIOUSNESS OF ACTIVITY INCITED MUSCLE HARM
12:50	Mauro MERINO	A PORTRAYAL AND CORRELATION OF CARDIORESPIRATORY WELLNESS MEASURES ACCORDING TO THROWING EXECUTION AMONG PROFICIENT BASEBALL PITCHERS
13:00	Nesto DIACOV	IMPACTS OF ACTUAL PREPARING ON PHYSICAL AND MENTAL BOUNDARIES IN PEOPLE WITH PATELLA LIGAMENT MYOPATHY: A DELIBERATE SURVEY AND META-INVESTIGATION
13:10	Bruno WELLS	PLASMA EICOSAPENTAENOIC CORROSIVE IS RELATED WITH MUSCLE STRENGTH AND MUSCLE HARM AFTER EXHAUSTING ACTIVITY
13:20	Vlatko IVANOV	EVALUATION AND CHECK OF CARDIORESPIRATORY WELLNESS IN GROWN-UPS WITH PREHYPERTENSION
13:30	Giuseppe MANARA	IMPACT OF ACTIVITY POWER ON CELL-INTERCEDED INSUSCEPTIBILITY
13:40	Ambrož SLEZÁK	DOES COLD-WATER PERSEVERANCE SWIMMING INFLUENCE ASPIRATORY CAPACITY IN SOLID GROWN-UPS?
13:50	Ron SHOSHAN	CONTEXTUAL INVESTIGATION: PROGRESS TO A VEGGIE LOVER DIET IN A TIP TOP MALE GAELIC FOOTBALL PLAYER
14:00	Chibale NASER	POST FLYWHEEL SQUAT POTENTIATION OF VERTICAL AND FLAT GROUND RESPONSE POWER BOUNDARIES DURING BOUNCES AND COURSE ADJUSTMENTS

14:10	Sina SADIQ	RECOGNIZING SOLID AND APPEALING POWER TIME MEASUREMENTS IN COMPETITORS—CONTEMPLATIONS FOR THE ISOMETRIC MID-THIGH PULL AND COUNTERMOVEMENT BOUNCE
14:20	Mikhail HERSHON	RESEARCHING POTENTIAL IMPACTS FROM A ONE-YEAR MENTOR SCHOOLING SYSTEM
14:30	Fazel PIRDOOST	USE, PRACTICES AND PERSPECTIVES OF SPORTS NOURISHMENT AND STRENGTH AND MOLDING SPECIALISTS TOWARDS TART CHERRY SUPPLEMENTATION
14:40	Esdras STRAUS	IMPACTS OF MOMENTARY SIMULTANEOUS PREPARING END ON THE ENERGY COST OF RUNNING AND NEUROMUSCULAR EXHIBITIONS IN CENTER DISTANCE SPRINTERS
14:50	Michael CROWE	PARALYMPICS AND ITS COMPETITORS FROM THE PERSPECTIVE OF THE NEW YORK TIMES
15:00	Aleksandras STRASAUSKAS	SURVEYING CYCLING SUPPORT IN AUSTRALIA
15:10	Klaus HAEUSSER	SHOULD RESTORATION EXPERTS UTILIZE OUTER CENTER DIRECTIONS WHEN ENGINE LEARNING IS CULTIVATED? AN ORDERLY SURVEY
15:20	Denton ALSTON	A CORRELATION BETWEEN AUSTRALIAN FOOTBALL ASSOCIATION (AFL) WOUNDS IN AUSTRALIAN NATIVE VERSUS NON-NATIVE PLAYERS
15:30	Connor WOOD	INTENSE IMPACTS OF POLYPHENOLS FROM CRANBERRIES AND GRAPE SEEDS ON ENDOTHELIAL CAPACITY AND EXECUTION IN TIP TOP COMPETITORS
15:40	Wayne Stephon Ali LAGMAY	MATERIALS, PLANS AND NORMS UTILIZED IN SKIBOOTS FOR SNOW CAPPED SKIING
15:50	Teoflyos Cherenebereck TEKLILE	A FUNDAMENTAL KINEMATIC STRIDE INVESTIGATION OF A STRONGMAN OCCASION: THE RANCHERS WALK
16:00	Jakov GAVRILOVIĆ	MUSIC IN CROSSFIT—EFFECT ON EXECUTION, PHYSIOLOGICAL, AND MENTAL BOUNDARIES
16:10	Naghi HASHEMPOUR	ABUSE WOUNDS RELATED WITH MOUNTAIN TREKKING: IS SINGLE-SPEED RIDING AN INCLINING ELEMENT?
16:20	Salim KAMOLOV	INTENSE IMPACTS OF VARIOUS ORGANIZATIONS OF LITTLE SIDED AND MOLDED HANDBALL MATCH-UPS ON PULSE REACTIONS IN FEMALE UNDERSTUDIES DURING PE CLASSES
16:30	Ámundi ERNESTSSON	ACTUAL LATENCY FROM THE PERSPECTIVE OF TRANSFORMATIVE MEDICATION

16:40	Artur HLAVÁČEK	IMPACTS OF PERSEVERANCE EXERCISE PREPARING AND CRATAEGUS CONCENTRATE WS 1442 IN PATIENTS WITH CARDIOVASCULAR BREAKDOWN WITH SAFEGUARDED LAUNCH PORTION – A RANDOMIZED CONTROLLED PRELIMINARY
16:50	Dashaud PRINCE	ENGINE ABILITY IMPROVEMENT IN PRESCHOOLERS: HOW COMPELLING ARE MOVEMENT CARDS?
17:00	Pylyp Mykytovych PANCHUK	GET WHEELIN' IN WESTLAWN: MOUNTING A BICYCLING PROJECT IN A LOW-PAY MINORITY METROPOLITAN PEOPLE GROUP
17:10	Manas AKMATOV	INVESTIGATION OF WIND INFORMATION FOR SPORTS EXECUTION PLAN: A CONTEXTUAL ANALYSIS FOR CRUISING SPORTS
17:20	Mazyar BAHADORI	A FIELD INVESTIGATION OF LOW-TOP VERSUS MID-TOP VERSUS HIGH-TOP AMERICAN FOOTBALL SPIKES
17:30	Mahan JALALI	A FACTUAL VIEWPOINT ON RUNNING WITH PROSTHETIC LOWER-APPENDAGES: A BENEFIT OR DETRIMENT?
17:40	Ulan YUSUPOV	PITCH GROUPING INTRICACY AND LONG HAUL PITCHER EXECUTION
17:50	Finlay MASON	THE MOVEMENT OF MALE 100 M RUNNING WITH A LOWER-APPENDAGE REMOVAL
18:00	Mahadaji JAYAVANT	EPIDEMIOLOGICAL SURVEY OF WOUNDS IN RUGBY ASSOCIATION
18:10	Páidí MOYNIHAN	IMPACT OF LEVEL AND DOWNHILL RUNNING ON BREATHING PROFICIENCY
18:20	Soheila HAYAII	THE RELATIONSHIP BETWEEN ANTHROPOMETRIC FACTORS, PRACTICAL DEVELOPMENT SCREEN SCORES AND 100 M FREE-FORM SWIMMING EXECUTION IN YOUTH SWIMMERS
18:30	Zulkipli BIN MERDEKA	THE SLUGGISH YOUTH-REST AND THE IMPACT OF ACTIVITY: AN ACCOUNT AUDIT
18:40	Sidqi EL-DAOUD	AN OUTLINE OF THE RUNNING EXHIBITION OF COMPETITORS WITH LOWER-APPENDAGE REMOVAL AT THE PARALYMPIC GAMES 2004–2012
18:50	Kamyar RAYEGAN	CONNECTION BETWEEN THE ACCELERATING BIOMECHANICS AND STRAIN OF BIKE EDGE DURING SUBMAXIMAL TESTS
19:00	Luiz BAPTISTA	A REVIEW AUDIT FROM 2006 TO 2011 OF LOWER LIMIT WOUNDS IN BADMINTON IN NEW ZEALAND
19:10	Mikk NURME	NEUROMUSCULAR RETRAINING IN FEMALE YOUNG ADULT COMPETITORS: IMPACT ON ATHLETIC

		EXECUTION FILES AND NONCONTACT FOREMOST CRUCIATE TENDON INJURY RATES
19:20	Zlatko PUŠKARIĆ	VIABILITY OF VARIOUS REST SPANS FOLLOWING ENTIRE BODY VIBRATION ON VERTICAL LEAP EXECUTION BETWEEN SCHOOL COMPETITORS AND CASUALLY PREPARED FEMALES
19:30	Pastukh Fyodor (Fedya) ROSTISLAVOVICH	KINEMATICS AND ENERGY OF YOUTH BASEBALL CATCHERS AND PITCHERS
19:40	Bruno MARTÍNEZ	POINT EXPLICIT EXAMINATION OF SIDE-TO-SIDE LOPSIDEDNESS IN THE SHOULDER ROTATORS
19:50	Aliona PRODAN	SUGGESTIONS FOR SELECTING AND HOLDING JU-VENILE YOUNG LADIES IN ONGOING ACTIVITY (PREPARING) EXPLORATION STUDIES
20:00	Ibrahim KRANJEC	TONING IT DOWN WOULD BE IDEAL: THE PHYSIO-LOGICAL REASON FOR TIGHTENING IN PERSEVE-RANCE, STRENGTH, AND POWER COMPETITORS
20:10	Naser TARROKH	THE IMPACT OF IRON WEIGHT SWING BURDEN AND RHYTHM ON PHYSIOLOGICAL, PERCEPTUAL AND MECHANICAL FACTORS
20:20	Robert SIMON	FURTHEST POINT MUSCLE ACTUATION DURING BODYBLADE ACTIVITIES FOLLOWING A MONTH AND A HALF OF MEDIATION ZEROING IN ON THE LUMBOPELVIC-HIP COMPLEX
20:30	Tijani BURNETT	AN EXAMINATION OF CHEST AREA STRENGTH BETWEEN ROCK CLIMBING AND OBSTRUCTION PREPARED MEN
20:40	Nataye Liben KETEMA	ACCOUNTS OF PSYCHOSOCIAL REACTION TO MIC-ROTRAUMA INJURY AMONG MARATHON RUNNERS
20:50	Cortez ACOSTA	ACTUAL WORK AND GASTROINTESTINAL MALIG-NANT GROWTHS: ESSENTIAL AND TERTIARY PRE-VENTIVE IMPACTS AND CONCEIVABLE ORGANIC INSTRUMENTS
21:00	Diego ALBACETE	THE IMPACT OF FOCUSED ENERGY DISCONTINU-OUS EXERCISE ON POWER YIELD FOR THE CHEST AREA
21:10	Setrag JALALYAN	PHYSIOLOGICAL REACTIONS FUNDAMENTAL THE VIEW OF EXERTION DURING MODERATE AND SUBS-TANTIAL FORCE CYCLE ERGOMETRY
21:20	Ignaci SARDÀ	DEPENDABILITY OF THE SINGLE-VISIT FIELD TRIAL OF BASIC SPEED IN PREPARED AND UNDEVELOPED YOUNG PEOPLE
21:30	Gaurav PAL	IS THERE AN EVER-EVOLVING WITHDRAWAL OF PHYSIOLOGICAL ASSURANCES AGAINST EXTREME

		FOCUS EXERCISE-INITIATED WEAKNESS DURING PUBESCENCE?
21:40	Carson GRAHAM	UTILIZING ROWERS' VIEW OF ON-WATER STROKE ACCOMPLISHMENT TO ASSESS SCULLING CATCH PROFICIENCY FACTORS BY MEANS OF A BOAT INSTRUMENTATION FRAMEWORK
21:50	Chirkos Ephraim ARON	AN EXAMINATION BETWEEN LEARNING STYLE INCLINATIONS, SEX, GAME AND ACCOMPLISHMENT IN WORLD CLASS GROUP ACTIVITY COMPETITORS
22:00	Harald SLETTE	IMPACTS OF RESPIRATORY MUSCLE WARM-UP ON FOCUSED ENERGY EXERCISE EXECUTION
22:10	Sasan ASADI	PHYSICAL AND PHYSIOLOGICAL QUALITIES OF JUDO COMPETITORS: AN UPDATE
22:20	Karin CHANPAKDEE	PARALLEL SQUATS FUNDAMENTALLY DIMINISHING RUN TIME IN UNIVERSITY BASEBALL COMPETITORS
22:30	Mauro KIMURA DA SIQUEIRA	AN EXAMINATION BETWEEN CHOCOLATE MILK AND A CRUDE MILK HONEY ARRANGEMENT'S EFFECT ON POSTPONED BEGINNING OF MUSCLE IRRITATION
22:40	Ingmar WALLENBERG	THE AGE IN SWIMMING OF CHAMPIONS IN BIG SHOWDOWNS (1994–2013) AND OLYMPIC GAMES (1992–2012): A CROSS-SECTIONAL INFORMATION INVESTIGATION
22:50	Chi JUNG-MIN	HOW SURE WOULD WE BE ABLE TO BE IN DEMONSTRATING FEMALE SWIMMING EXECUTION IN IMMATURITY?

1.ULUSLARARASI SPOR VE SOSYAL BİLİMLERE MULTİDİSİPLİNER YAKLAŞIM KONGRESİ

DAVETLİ KONUŞMACI

DAVETLİ KONUŞMACI

SOSYOLOJİK AÇIDAN SPOR

Prof. Dr. Hayrettin GÜMÜŞDAĞ

Yozgat Bozok Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

20. yüzyılın ikinci yarısında başlayan teknolojik patlama ve onu izleyen uzay çağı günümüz insanını her yönden etkilemiştir. Ulaşım ve kitle iletişim araçlarındaki gelişme toplumları birbirlerine yaklaştırmış, insanların ve toplumların birbiriyle olan ilişkilerini ve karşılıklı etkileşimi artırmıştır. Bir yandan gelişen teknoloji, spor araç-gereç ve alanlarını daha yüksek performansa uygun hale getirirken, diğer yandan toplumların birbirlerine yaklaşması, artan boş zamanlar ve yükselen refah düzeyi, daha çok sayıda insanın sporla ilgilenmesini sağladı. Bu ilgi artışında elbette ki yükselen performanslar da çok önemli rol oynadı. Bundan 30-40 yıl önce insanlar en önemli spor olaylarını, ya radyodan kısa bir haber olarak, ya da ertesi günkü gazetelerde belki birkaç resimle birlikte şöyle-böyle izleyebiliyorlardı. Bugün ise durum çok değişiktir. Önemli bir futbol maçı veya her hangi bir yarışma için, binlerce insan şehirden şehre, ülkeden ülkeye dolaşmakta, milyonlarca seyirci, oturduğu yerden ve anında aynı yarışmayı takip edebilmektedir. Bütün bunların sonucu olarak spor, politik alanda propaganda, ekonomik alanda ise yeni bir tüketim aracı olarak büyük önem kazandı. Yeni bir yatırım alanı oldu. Bu yeni yatırım ve tüketim alanının başarılı ve kazançlı olabilmesi için toplumların ilgisini sürekli olarak çekmesi gerekliydi. Sosyologlara göre kültürel sistem her ülkede aynı değerleri içerir. Bu kültürel değerler toplumda kişilerin davranışını etkiler ve yönlendirir. Spor, çok faktörlü bir sosyal gerçeklik olarak değerlendirildiğinde onun ekonomiden siyasete hatta kişilik gelişimine kadar geniş bir yelpazede etkili olduğu söylenebilir. Bu bağlamda söz konusu yelpazenin birinci unsuruna sporun ekonomi ile olan ilişkisine atıfta bulunarak söze başlanabilir. Sporla ilgili tüketim ve uygulamalar, bir arz ve talep dönüşümünün aracı olmaktadır. Bu çerçevede topluma sunulan futbol, yüzme, atletizm, tenis, golf vb. aktiviteleri, toplumsal bir ihtiyacı karşılamaya yönelik arz-talep dengesi olarak değerlendirmek gerekir. Söz konusu bu denge içinde arz, "spor ürünlerinin" oluşturulduğu iktisadi bir varlık/mal-hizmet yaratmayı kapsamaktadır. Örneğin Avrupa ülkeleri futbol yarışması ya da dünya futbol kupası'yla ilgili bir maçı ya da röportajı seyretme olanaklarının topluma sunulması bir arz olarak değerlendirilebilir. Spor sosyolojik açıdan ironik olarak değerlendirildiğinde onu, kişiliği oluşturma ve kurallara göre davranış kazanma olarak tasarlamak mümkündür. Spor, yumuşak başlılığa karşı "cesaret", "enerji", "irade" gibi toplumsal değerleri içeren yeni bir eğitim modelini de gündeme getirmektedir. Bu bağlamda sporun yüceltilmesini bir anti-entelektüalizm vurgusuna dayandırarak farklı içerikler kazanan karşıtlıklar aracılığıyla bir muhalefet hareketine benzetmek mümkündür (Bourdieu, 1995: 16-18). Aynı zamanda bir spor alanları ergenlik çağındaki gençleri harekete geçirmenin, kontrol ve meşgul etmenin ekonomik bir yolu olarak görünmektedir. Güzellik yarışmaları, moda sunumları ve hosteslik gibi meslekler kızların fiziksel sermayesi için neyse spor piyasasının da erkek çocukların fiziksel sermayeleri için aynı şey olduğu düşünülebilir (Bourdieu, 1995: 16-18). Benzer şekilde siyasi partiler ve sendikalar için gençliğin sembolik düzeyde ele geçirilmesi sporla daha rasyonel bir seyir izlemektedir. Hatta siyasi partiler ve sendikalar, hedef kitlelerin sürekli ve tam kuşatmasını sağlamak amacıyla hastanelerden okullara kadar geniş kamusal alanlara statlar ve diğer spor kurumları sunmaktadırlar (Cengiz, 2014: 117-135). Spor okulları ve kulüpler bireylerin gerginlikten uzaklaşarak rahatlamalarını sağlayan ortamlardır. Yapılan etkinlikler stresle başa çıkmalarını sağlar. Spor alanlarında bireyler yeni arkadaşlıklar kurarak sosyalleşirler, iletişim becerilerini geliştirirler. Yaşıtlarının bulunduğu ortamda kendilerini sınama, arkadaşlarıyla kıyaslama fırsatını bulurlar. Onların liderlik becerileri gelişir. Bir gruba ait olma duygusunu yaşarlar. Özellikle ergenlik döneminde gencin kabul gördüğü bir ortamda gelişimini sürdürmesi özgüvenini güçlendirir. Yardımlaşma, daya-

nışma, paylaşma, işbirliği gibi değerler gelişir. Turnuvalar, müsabakalar bireylere farklı şehir ve ülkelerde yaşayan sporcularla tanışarak, değişik kültürleri tanımalarına katkı sunar. Bireyler spor sayesinde sağlıklı beslenirler, kendilerinin ve ötekilerin beğendiği bir bedensel görünüm kazanabilirler. Düzenli spor yapanlar, kilo fazlalığı-obezite- vb. sağlık sorunlarıyla uğraşmak zorunda kalmaz ve günlük yaşamlarını planlama, zamanı iyi değerlendirme gibi konularda deneyim kazanırlar. Burada üzerinde durulması gereken bir başka husus, sporun öncelikle bedene dayandığının gözden kaçırılmamasıdır. Zira insan anatomisi spor için öncelikli bir varlık olarak karşımıza çıkmaktadır. Buradan hareketle spor aktivitelerinin planlanmasında ve yerine getirilmesinde vücut tiplerinin belirlenmesi önem kazanmaktadır. Yani bireyin vücut tipi ile yapacağı spor arasında önemli ilişkiler bulunmaktadır (Erdemli, 2000: 5).

1.ULUSLARARASI SPOR VE SOSYAL BİLİMLERE MULTİDİSİPLİNER YAKLAŞIM KONGRESİ

TAM METİN
SÖZEL SUNUMLAR

PANDEMİ DÖNEMİNDE ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN SPORA YÖNELİK TUTUMLARI VE COVID – 19'A YAKALANMA KAYGISININ İNCELENMESİ

[1]Deniz BEDİR, [2]Sevinç NAMLI, [3]Fatih AĞDUMAN, [4]Ekrem GEZER

[1]Erzurum Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum / Türkiye
[2]Erzurum Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum / Türkiye
[3]Atatürk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum / Türkiye
[4]Erzurum Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum / Türkiye

Öz: Bu araştırma, Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin spora yönelik tutumları ve COVID – 19'a yakalanma kaygısının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Çalışmaya 151 erkek (% 62,7), 90 kadın (% 37,3) olmak üzere toplam 241 düzenli spor yapan üniversite öğrencisi (X = 23,73 ± 5,21 yaş) katılmıştır. Tarama modelinde uygulanan çalışmada demografik bilgi formu, "Spora Yönelik Tutum Ölçeği" ve "Sporcuların Yeni Tip Korona virüse Yakalanma Kaygısı Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin istatistiksel analizi JASP 0.15 yazılımı aracılığıyla yapılmıştır. Elde edilen veriler normal dağılım gösterdiğinden istatistiksel analizde parametrik testlerden Bağımsız Örneklem T testi ve Pearson Korelasyon testleri kullanılmıştır. Katılımcılar cinsiyet değişkenine göre gruplandığında, kadın öğrencilerin COVID – 19'a yakalanmayla ilgili bireysel ve toplam kaygı puanlarının erkek öğrencilerden istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek olduğu saptanmıştır ($p < 01$). Yaşa göre ise 26 – 30 yaş aralığında bulunan öğrencilerin COVID – 19'a yakalanma bireysel ve toplam kaygı puanlarının 17 – 25 yaş aralığında bulunan öğrencilerden fazla olduğu görülmüştür ($p < 01$). Takım sporlarıyla ilgilenen öğrencilerin "sporla yaşama" alt boyut ortalama puanları bireysel sporlarla ilgilenen öğrencilerden daha fazlayken, COVID – 19'a yakalanma hususunda bireysel ve toplam kaygı puanlarının daha düşük olduğu tespit edilmiştir ($p < 05$). COVID – 19'a yakalanan öğrencilerin "spora ilgi duyma" ve "sporla yaşama" alt boyut ortalama puanları COVID – 19 geçirmeyen öğrencilerden anlamlı düzeyde daha az olduğu görülmektedir ($p < 05$ Sonuç olarak kadın sporcuların erkeklere, büyük yaş grubundakilerin ise küçük yaş grubundaki bireylere göre COVID – 19'a yakalanma kaygısının daha yüksek olduğu; COVID – 19'a yakalanan bireylerin spora daha az ilgi duyduğu ifade edilebilir.

Anahtar Kelimeler: Salgın, Endişe, Spora İlgi, Koronavirus, Atlet

GİRİŞ

2019 yılında ortaya çıkan ve küresel bazda olumsuz etkileri görülen Covid-19 virüs salgını bireyleri ekonomik, duygusal, sosyal olarak etkilemiştir. Özellikle kapanma dönemlerinde bireyler günlük rutinlerini gerçekleştirememiş, sosyal hayattan izole olarak psikolojik anlamda da zor günler yaşamışlardır. Uzaktan erişimle eğitim ve bazı meslek kolları işleyişlerini yürütürken insan gücü gerektiren, insanın fiziki olarak doğrudan katılımını gerektiren faaliyetlerde olan bireyler oldukça zorlu günler geçirmektedirler. Bunlardan biri de spor branşlarıyla uğraşan profesyonel sporculardır.

Spor, belirli kurallar çerçevesinde yarışma ve rekabete dayalı yapılan fiziksel etkinliklerin profesyonel halidir (Yetim, 2006). Spor fiziksel, psikolojik ve sosyal etkileri olan bir olgudur. Bu nedenle spor yapan bireylere çok yönlü katkısı bulunmaktadır. Mevcut sağlık durumunun korunmasına yardımcı olması ile birlikte metabolik hastalıkların önlenmesinde de yardımcı rol oynamaktadır (Yiyit, 2017; Kafkas vd., 2017). Spor, bireylerin sosyalleşmesini sağlayarak bir guruba ait olma hissi kazandırmakta ve yalnızlık duygularını yok ederek insanların duygusal karamsarlığının yok olmasında etkilidir (Küçük ve Koç,

2004). Özellikle takım sporlarıyla ilgilenen bireylerin etkileşimi artmakta ve sosyalleşmesine daha fazla olanak tanımaktadır. Bu sosyal etkileşimin ne yazık ki Covid-19 salgını ile beraber minimum seviyeye düşmesi sporcuların sağlığı açısından gereklilik arz etmektedir. Takım arkadaşlarından virüs kapma endişesi ile bireylerin spora yönelik tutumlarını da etkilenmektedir.

Tutum kavramı; davranışın şiddetini ve yönünü belirleyen kısaca şekillendiren duyuşsal faktörler olarak açıklanmaktadır (Doydu, Çelen ve Çoknaz, 2013). Tutumların belirleyen etmenler kişinin daha çok yaşantısal sonuçlarından doğabilmektedir. Bununla birlikte başkalarının deneyimlerinden yola çıkarak da belirleyici faktörlerin oluşması gerçekleşebilmektedir. Tutumlar tek yönlü değil, olumlu ve olumsuz tutumlar olarak bilişsel, davranışsal ve duyuşsal tepkilerle ölçülebilmektedir (Tekkurşun Demir ve Cicioğlu, 2019).

Sporda aktif olan bireylerin performanslarında düşüş olmaması için düzenli antrenman yapması gerekmektedir. Covid-19 virüs salgını neticesinde dünya genelinde birçok spor müsabakası ertelenmiş, kapanma dönemlerinde spor tesisleri kapatılmıştır. Dolayısıyla antrenman yapamayan sporcular bir taraftan performanslarının düşmesi, diğer taraftan antrenman yapmak istediklerinde virüs kapma kaygılarını taşımışlardır. Kaygı, kişinin gerçek veya hayali, kaynağı belirsiz bir uyarana karşı verdiği psikolojik tepkidir (Arıkan, 2004). Bir uyaranla karşı karşıya kalındığında kaygı boyutunun yüksek olması kişinin eyleminin negatif yönde sonuçlanması anlamına gelmektedir. Özellikle sporcularda yüksek kaygı performans düşmesine sebep olabilmektedir (Aksoy, 2019; Aksoy, 2021). Bu araştırmanın da amacı aktif spor yapan spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin pandemi döneminde spora yönelik tutumları ve covıd – 19'a yakalanma kaygısının incelenmesidir.

YÖNTEM

Araştırmanın Yöntem ve Modeli

Araştırmanın amacına uygun olarak verilerin toplanması ve çözümlenmesinde nicel araştırma yöntemlerinden tarama modeli kullanılmıştır.

Araştırma Grubu

Çalışmaya 151 erkek (% 62,7), 90 kadın (% 37,3) olmak üzere toplam 241 düzenli spor yapan üniversite öğrencisi (X = 23,73 ± 5,21 yaş) katılmıştır. Katılımcılardan 109 (%54.2)'u bireysel, 132 (%54.78)'si ise takım sporları yaptığı, 66 (%27.4)'sı koronavirüse yakalanmış 175 (%72.6) kişinin ise koronavirüse yakalanmadığı görülmüştür.

Veri Toplama Araçları

Tarama modelinde uygulanan çalışmada araştırmacılar tarafından oluşturulan demografik bilgi formu, katılımcıların spora yönelik tutumlarını belirlemek için "Spora Yönelik Tutum Ölçeği" (SYTÖ) ve koronavirüse yakalanma kaygı düzeylerini belirlemek için "Sporcuların Yeni Tip Koronavirüse Yakalanma Kaygısı Ölçeği" (SYTKYKÖ) kullanılmıştır. Araştırmada kullanılan öz bildirim ölçekleri katılımcılar tarafından Google Forms aracılığıyla 10 – 20 Ekim 2021 tarihleri arasında çevrimiçi olarak yanıtlanmıştır.

Spora Yönelik Tutum Ölçeği (SYTÖ)

Spora yönelik tutum ölçeği Şentürk (2012) tarafından oluşturulan öğrencilerin spora yönelik tutumlarını belirlemeye yönelik 25 maddeden oluşmaktadır. Maddeler içerik bakımından incelendiğinde ise birinci faktörün "spora ilgi duyma", ikinci faktörün "sporla yaşama" ve üçüncü faktörün ise "aktif spor yapma" şeklinde gruplandırılabileceği belirlenmiştir. KMO değeri 0.958 olarak bulunmuştur. Analiz sonucunda Barlett testi anlamlı bulunmuştur (χ^2=8712.629; p<.001). Madde toplam korelasyonuna yönelik sonuçların 0.50 ile 0.74 arasında değiştiği görülmektedir. SYTÖ'nin zamana göre puan değişmezliğine ilişkin olarak güvenirliği test-tekrar test yöntemiyle ölçülmüş, iki uygulama puanlarının karşılaştırılması sonucunda elde edilen korelasyon katsayısı (r= .89) aynı zamanda testi güvenirliğini de vermektedir. Ayrıca bu iki uygulama için ayrı ayrı hesaplanan Cronbach Alfa değerleri sırasıyla, .83 ve .87 olarak bulunmuştur. Yanıtlayıcının kendisine uygun olan beş kutucuktan birini işaretlediği Likert tipi bir ölçektir. Ölçekten alınabilecek minimum puan 25 ve maksimum puan 125'tir. Puanın yüksekliği, spora yönelik tutumun yüksekliğine işaret eder. Ölçekteki tüm maddeler olumlu puanlanırken, hiçbir maddenin puanlamasında tersine çevirme uygulaması yapılmamıştır. Öğrencilerin spor alışkanlıklarına ilişkin olarak spor yönelik tutumlarını ölçecek 5 seçenekli bir Likert ölçeği "1-Asla katılmıyorum", "2- Katılmıyorum", "3-Kararsızım", "4-Katılıyorum" ve "5-Tamamen Katılıyorum" şeklinde derecelendirilmiş bir ölçektir.

Sporcuların Yeni Tip Koronavirüse Yakalanma Kaygısı Ölçeği

Sporcuların Koronavirüse yakalanma kaygısını ölçmek için geliştirilen ölçek Demir ve ark. (2020) tarafından alanyazına kazandırılmıştır. Bireysel kaygı ve sosyalleşme kaygısı olarak adlandırılan iki alt boyutu bulunan ölçek, 5 dereceli likert tipi değerlendirmeye tabi 16 maddeden oluşmaktadır. Bireysel kaygı "korku duyulan bir durum karşısında kaygı ve tedirginlik yaratan duyguların ortaya çıkması" olarak tanımlanırken; sosyalleşme kaygısı ise "korku duyulan vakalarda sosyalleşme durumundan kaygı duyulması ve sosyalleşmeden kaçınma yaşanması" olarak tanımlanmıştır. Ölçekten elde edilen yüksek puanlar, yüksek kaygıyı ifade etmektedir ve "kaygı durumu yükseldikçe psikolojik açıdan sağlıksız olma durumunun arttığı" ifade edilmektedir (Demir vd., 2020).

Verilerin Analizi

Araştırma kapsamında yapılan istatistiksel analizler, SPSS V.22 istatistik paket programı aracılığıyla gerçekleştirilmiştir. Verilerin parametrik testlerin ön şartlarını sağlayıp sağlamadığına Skewness ve Kurtosis (verilerin normal dağılım durumu) ve Levene (varyansların eşitliği) testleri yapılmış ve verilerin normal dağılım gösterdiği görülmüştür. Elde edilen veriler normal dağılım gösterdiğinden istatistiksel analizde parametrik testlerden Bağımsız Örneklem T testi ve Pearson Korelasyon testleri kullanılmıştır.

BULGULAR

Tablo 1. Katılımcıların Cinsiyet Değişkeni Açısından Spora Yönelik Tutum ve Yeni Tip Koronavirüse Yakalanma Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi

	Kategori	Cinsiyet	n	X̄	ss	t	df	p
Spora Yönelik Tutum Ölçeği	Spora İlgi Duyma	Erkek	151	4.158	0.665	0.870	239	0.385
		Kadın	90	4.080	0.690			
	Sporla Yaşama	Erkek	151	4.085	0.689	0.872	239	0.384
		Kadın	90	4.005	0.685			
	Aktif Spor Yapma	Erkek	151	3.974	0.732	0.984	239	0.326
		Kadın	90	3.883	0.626			
	Spor Tutum Toplam	Erkek	151	4.096	0.621	0.988	239	0.324
		Kadın	90	4.015	0.621			
Yeni Tip Koronavirüse Yakalanma Kaygısı Ölçeği	Bireysel Kaygı	Erkek	151	3.383	0.948	-2.224	239	**0.027**
		Kadın	90	3.652	0.829			
	Sosyal Kaygı	Erkek	151	2.922	0.988	-1.458	239	0.146
		Kadın	90	3.116	1.013			
	Kaygı Toplam	Erkek	151	51.821	14.166	-2.160	239	**0.032**
		Kadın	90	55.744	12.694			

Tablo 1 incelendiğinde katılımcıların "Spora Yönelik Tutum Ölçeği" ve "Yeni Tip Koronavirüse Yakalanma Kaygısı Ölçeği" toplam puanları ve alt boyutlarından alınan puanların cinsiyet değişkenine göre gruplandığında, kadın öğrencilerin COVID – 19'a yakalanmayla ilgili bireysel ve toplam kaygı puanlarının erkek öğrencilerden istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek olduğu saptanmıştır ($p < 01$). Katılımcıların spora yönelik tutumları arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede fark olmadığı gözlemlenmiştir ($p > 05$).

Tablo 2. Katılımcıların Yaş Değişkeni Açısından Spora Yönelik Tutum ve Yeni Tip Koronavirüse Yakalanma Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi

	Kategori	Yaş	n	X̄	ss	t	df	p
Spora Yönelik Tutum Ölçeği	Spora İlgi Duyma	17-25	152	4.068	0.737	-1.841	239	0.067
		26-30	89	4.233	0.537			
	Sporla Yaşama	17-25	152	3.994	0.749	-1.809	239	0.072
		26-30	89	4.159	0.555			
	Aktif Spor Yapma	17-25	152	3.910	0.756	-0.889	239	0.375
		26-30	89	3.992	0.573			
	Spor Tutum Toplam	17-25	152	4.012	0.682	-1.756	239	0.080
		26-30	89	4.157	0.490			
Yeni Tip Koronavirüse Yakalanma Kaygısı Ölçeği	Bireysel Kaygı	17-25	152	51.776	13.908	-2.248	239	**0.025**
		26-30	89	55.865	13.125			
	Sosyal Kaygı	17-25	152	3.379	0.908	-2.349	239	**0.020**
		26-30	89	3.662	0.898			
	Kaygı Toplam	17-25	152	2.922	1.010	-1.461	239	0.145
		26-30	89	3.117	0.975			

Tablo 2 incelendiğinde katılımcıların "Spora Yönelik Tutum Ölçeği" ve "Yeni Tip Koronavirüse Yakalanma Kaygısı Ölçeği" toplam puanları ve alt boyutlarından alınan puanların yaşa göre ise 26 – 30 yaş aralığında bulunan öğrencilerin COVID – 19'a yakalanma bireysel ve toplam kaygı puanlarının 17 – 25 yaş aralığında bulunan öğrencilerden fazla olduğu görülmüştür ($p < 01$). Katılımcıların spora yönelik tutumları arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede fark olmadığı gözlemlenmiştir ($p > 05$).

Tablo 3. Katılımcıların Spor Türü Değişkeni Açısından Spora Yönelik Tutum ve Yeni Tip Koronavirüse Yakalanma Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi

	Kategori	Spor Türü	n	X̄	ss	t	df	p
Spora Yönelik Tutum Ölçeği	Spora İlgi Duyma	Bireysel	109	4.038	0.767	-1.905	239	0.058
		Takım	132	4.204	0.577			
	Sporla Yaşama	Bireysel	109	3.943	0.773	-2.317	239	**0.021**
		Takım	132	4.148	0.595			
	Aktif Spor Yapma	Bireysel	109	3.890	0.731	-1.025	239	0.306
		Takım	132	3.982	0.663			
	Spor Tutum Toplam	Bireysel	109	3.980	0.706	-1.967	239	**0.050**
		Takım	132	4.137	0.533			
Yeni Tip Koronavirüse Yakalanma Kaygısı Ölçeği	Bireysel Kaygı	Bireysel	109	3.633	0.962	2.336	239	**0.020**
		Takım	132	3.360	0.854			
	Sosyal Kaygı	Bireysel	109	3.053	1.045	0.832	239	0.406
		Takım	132	2.945	0.962			
	Kaygı Toplam	Bireysel	109	55.229	14.670	2.007	239	0.046
		Takım	132	51.682	12.756			

Takım sporlarıyla ilgilenen öğrencilerin spora yönelik tutum ve sporla yaşama alt boyut ortalama puanları bireysel sporlarla ilgilenen öğrencilerden daha fazlayken, COVID – 19'a yakalanma hususunda bireysel ve toplam kaygı puanlarının daha düşük olduğu tespit edilmiştir ($p < 05$).

Tablo 4. Katılımcıların Covid-19'a Yakalanma Durumu Değişkeni Açısından Spora Yönelik Tutum ve Yeni Tip Koronavirüse Yakalanma Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi

	Kategori	Covid-19'a Yakalanma Durumu	n	X̄	ss	t	df	p
Spora Yönelik Tutum Ölçeği	Spora İlgi Duyma	Evet	175	4.188	0.560	2.229	239	**0.027**
		Hayır	66	3.973	0.896			
	Sporla Yaşama	Evet	175	4.133	0.607	2.913	239	**0.004**
		Hayır	66	3.848	0.836			
	Aktif Spor Yapma	Evet	175	3.961	0.647	0.745	239	0.457
		Hayır	66	3.886	0.809			
	Spor Tutum Toplam	Evet	175	4.120	0.526	2.230	239	**0.027**
		Hayır	66	3.922	0.809			
Yeni Tip Koronavirüse Yakalanma Kaygısı Ölçeği	Bireysel Kaygı	Evet	175	3.534	0.888	1.412	239	0.159
		Hayır	66	3.349	0.969			
	Sosyal Kaygı	Evet	175	3.051	0.988	1.451	239	0.148
		Hayır	66	2.842	1.022			
	Kaygı Toplam	Evet	175	54.131	13.302	1.559	239	0.120
		Hayır	66	51.045	14.710			

COVID – 19'a yakalanan öğrencilerin spora ilgi duyma ve sporla yaşama alt boyutları ve spora yönelik tutum puanlarının ortalamaları COVID – 19 geçirmeyen öğrencilerden anlamlı düzeyde daha fazla olduğu görülmektedir ($p < 05$).

Tablo 5. Spora Yönelik Tutum ve Yeni Tip Koronavirüse Yakalanma Kaygısına Ait Toplam Puan ve Alt Boyut Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

			1	2	3	4	5	6	7
Spora Yönelik Tutum Ölçeği	1. Spora İlgi Duyma	r	—						
		p	—						
	2. Sporla Yasama	r	0.797	—					
		p	**0.000****	—					
	3. Aktif Spor Yapma	r	0.689	0.643	—				
		p	**0.000****	**0.000****	—				
Yeni Tip Koronavirüse Yakalanma Kaygısı Ölçeği	4. Bireysel Kaygı	r	0.253	0.144	0.156	—			
		p	**0.000****	**0.025***	**0.016***	—			
	5. Sosyal Kaygı	r	0.214	0.066	0.127	0.628	—		
		p	**0.000****	0.310	**0.048***	**0.000****	—		
	6. Toplam Kaygı	r	0.263	0.129	0.160	0.959	0.823	—	
		p	**0.000****	**0.045***	**0.013***	**0.000****	**0.000****	—	
	7. Spor Tutum Toplam	r	0.961	0.888	0.828	0.223	0.172	0.225	—
		p	**0.000****	**0.000****	**0.000****	**0.000****	**0.007***	**0.000****	—

Tablo 5 incelendiğinde sosyal kaygı ile sporla yaşama arasında herhangi bir ilişki bulunmamasına rağmen spora yönelik tutum yeni tip koronavirüse yakalanma kaygısına ait diğer tüm toplam puan ve alt boyut puanları arasında pozitif yönde anlamlı düzeyde bir ilişki olduğu görülmektedir.

TARTIŞMA ve SONUÇ

Araştırmada, spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin pandemi döneminde spora yönelik tutumları ve covıd – 19'a yakalanma kaygılarının incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaçla aktif spor yapan spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin cinsiyet, yaş, spor branşı ve daha önce Covid-19 geçirip geçirmediklerine dair değişkenler çerçevesinde spora yönelik tutumları ve virüse yakalanma kaygı düzeyleri tespit edilmeye çalışılmıştır.

Katılımcıların "Spora Yönelik Tutum Ölçeği" ve "Yeni Tip Koronavirüse Yakalanma Kaygısı Ölçeği" toplam puanları ve alt boyutlarından alınan puanların cinsiyet değişkenine göre gruplandığında, kadın öğrencilerin COVID – 19'a yakalanmayla ilgili bireysel ve toplam kaygı puanlarının erkek öğrencilerden yüksek olduğu görülmüştür. Araştırmamızla paralel olarak Yıldız, Nilüfer ve Doğu (2021) Kadın

sporcuların kaygı puanlarının erkek sporcuların kaygı puanlarından daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Katılımcıların spora yönelik tutumlarının cinsiyet değişkenine ilişkin istatistiksel olarak anlamlı derecede fark olmadığı gözlemlenmiştir.

Araştırmanın bir diğer değişkeni olan sporcuların yaş düzeyine göre "Spora Yönelik Tutum Ölçeği" ve "Yeni Tip Koronavirüse Yakalanma Kaygısı Ölçeği" toplam puanları ve alt boyutlarından alınan puanların yaşa göre ise 26 – 30 yaş aralığında bulunan öğrencilerin COVID – 19'a yakalanma bireysel ve toplam kaygı puanlarının 17 – 25 yaş aralığında bulunan öğrencilerden fazla olduğu görülmüştür. Özgün, Türkmen ve Ayhan (2021) yaptıkları çalışma sonucunda araştırıma sonuçlarımızın aksine yeni tip koronavirüse yakalanma kaygısı ile sporcuların yaşları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farka rastlamamışlardır. Bu farkların temel nedeni örneklem farklılığından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Katılımcıların spora yönelik tutumlarının yaş değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı derecede fark olmadığı gözlemlenmiştir. Araştırma sonuçları ile paralel olarak Turhan vd., (2021); Varol, Varol ve Türkmen (2017); Yavuz ve Yücel (2019), sporcular üzerine yaptıkları çalışmalarda spora yönelik tutum ve yaş değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farka rastlamamışlardır.

Sporcuların yaptıkları branşlara göre yapılan analizler sonucunda takım sporlarıyla ilgilenen öğrencilerin spora yönelik tutum ölçeği toplam puanı ve sporla yaşama alt boyut ortalama puanları bireysel sporlarla ilgilenen öğrencilerden daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Özetle takım sporcu ile uğraşan sporcuların spora yönelik olumlu tutumlarının daha fazla olduğu söylenebilir.

COVID – 19'a yakalanma kaygısı takım ve bireysel spor yapma durumuna göre yapılan analizler sonucunda bireysel spor yapan katılımcıların bireysel kaygı alt ölçeğinden aldıkları puan ortalaması takım sporları ile uğraşan katılımcılardan daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu durum takım içerisinde etkileşimin daha fazla olduğu ve bununda bireysel kaygının önüne geçeceği dolayısıyla bireyel sporcuların bireysel kaygıyı daha fazla hissedecekleri sonucunu düşündürmektedir.

Yapılan analizler sonucunda COVID – 19'a yakalanan öğrencilerin spora ilgi duyma ve sporla yaşama alt boyutları ve spora yönelik tutum puanlarının ortalamaları COVID – 19 geçirmeyen öğrencilerden anlamlı düzeyde daha fazla olduğu görülmektedir.

Katılımcıların sosyal kaygı ile sporla yaşama alt boyutları arasında herhangi bir ilişki bulunmamasına rağmen spora yönelik tutum ve yeni tip koronavirüse yakalanma kaygısına ait diğer tüm toplam puan ve alt boyut puanları arasında pozitif yönde anlamlı düzeyde bir ilişki olduğu görülmektedir. Kısaca spora yönelik tutum arttıkça kaygı da o yönde artmaktadır. Buna göre, katılımcılar spor yapmaya karşı istekli olsalar bile virüse yakalanma endişeleri de fazlalaşmaktadır. Bu kaygıları en aza indirerek sporcuların antrenmanlarını daha steril ortamda yapmaları sağlanmalıdır. Ayrıca temas gerektiren sporlarda düzenli ateş ölçümü ve PCR testlerinin alınması, aşı zorunluluğu gibi önlemlerin arttırılması araştırmacıların önerileri arasındadır.

KAYNAKÇA

Aksoy, D. (2019). Spor yaralanmalarinda tedavi sonrasi durumluk ve sürekli kaygi düzeylerinin incelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, *21*(2), 89-96.

Aksoy, H. F. (2021). Sporcularda Optimal Performans Duygu Durumu: Ruminatif Düşünce ve Akıldışı İnançların Rolü Üzerine Bir Çalışma. *Spor Bilimleri Dergisi, 32*(2), 53-63.

Arıkan, G. (2004). Öğrencilerin matematik kaygı düzeyleri ile matematik başarı düzeyleri arasındaki ilişki -İlköğretim II. Kademe- (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). *Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimler Enstitüsü,* Ankara.

Doydu, İ., Çelen, A., Çoknaz, H. (2013). Spor Eğitim Modelinin Öğrencilerin Beden Eğitimi ve Spora Karşı Tutumuna Etkisi, *E-International Journal of Educational Research, 4*(2), 99 110.

Filiz, Z. (2010). Üniversite öğrencilerinin sosyalleşmesinde spora katılımın değerlendirilmesi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 4*(3), 192-203.

Kafkas, M. E., Çınarlı, F. S., Yılmaz, N., Özgür, E. K. E. N., Kızılay, F., Kayapınar, M., & Kafkas, A. Ş. (2017). Egzersiz Alışkanlığı Süresi İle Diyabet Ve Kan Basıncı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 4*(3), 83-89.

Küçük, V. ve Koç, H. (2004). Psiko-Sosyal Gelişim Süreci İçerisinde İnsan ve Spor İlişkisi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi,* 9(1): 211-223.

Özgün, A., Türkmen, M. U., & Ayhan, B. (2021). Sporcuların Covid-19'a Yakalanma Kaygısı ve Spora Bağlılık Durumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi, 7*(1), 298-315.

Şentürk, H. E. (2015). Sportif tutum ölçeği: geliştirilmesi, geçerliliği ve güvenirliği. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 7*(2), 8-18.

Tekkurşun Demir, G., Cicioğlu, H.İ., & İlhan, E. L. (2020). Sporcuların Yeni Tip Koronavirüse (Covid-19) Yakalanma Kaygısı Ölçeği (SYTKYKÖ): Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Journal of Human Sciences, 17*(2), 458-468. doi:10.14687/jhs.v17i2.5988

Turhan, F. H., İnce, U., Aydoğmus, M., & Yalçın, İ. (2021). Spor Yöneticiliği Bölümü Öğrencilerinin Spora Yönelik Tutumları. *İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 8*(2), 19-32.

Varol, R., Varol, S., & Türkmen, M. (2017). Bartın üniversitesinde öğrenim gören öğrencilerin spora yönelik tutumlarının belirlenmesi. *Uluslararası Kültürel ve Sosyal Araştırmalar Dergisi (UKSAD), 3*(2), 316-329.

Yavuz, C., & Yücel, A. S. (2019). Spor Yöneticiliği Bölümü Öğrencilerinin Spora Yönelik Tutumlarının Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi, 18*(72), 2050-2058.

Yetim A. (2006) *Sosyoloji ve Spor*. İstanbul, s. 129-210.

Yıldız, A. B., Nilüfer, Ç. A. T., & Doğu, G. A. (2021). Sporcuların Yeni Tip Koronavirüse (COVID-19) Yakalanma Kaygı Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 26*(4), 453-464.

Yiyit, S. (2017). Spor Etkinliklerine Katılımın Psikolojik Faydaları Üzerine Bir Değerlendirme. *Uluslararası Spor Bilimleri Dergisi. 3(*1): 17-22.

ALAN BİLGİSİ SINAVI ÖĞRETMENLİK PROGRAMLARINDA UYGULANMALI MI? BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLİĞİ PROGRAMI ÖRNEĞİ

Anıl TÜRKELİ[1], Sevinç NAMLI[2]

[1] Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Erzincan / Türkiye
[2] Erzurum Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum / Türkiye

Öz: Bu çalışmada, beden eğitimi ve spor öğretmenliği programlarında 2019 yılı Kamu Personeli Seçme Sınavı ile ilk kez uygulanan öğretmenlik alan bilgisi sınavına ilişkin öğretmen adaylarının görüşlerine başvurulmuştur. Nitel araştırma yöntemlerinden fenomenoloji (olgu bilim) deseni ile tasarlanan çalışma, beden eğitimi ve spor öğretmenliği programından mezun olmuş, 4 kız ve 5 erkek olmak üzere 9 öğretmen adayı ile iki ayrı zaman diliminde yaklaşık dokuz aylık bir zaman aralığında yürütülmüştür. Araştırmanın üçüncü aşaması ise sınav sonrası atanamayan ve bir sonraki sınava giren 3 kız, 4 erkek ile yürütülmüştür. Yarı yapılandırılmış görüşme formu ile katılımcılara sınav öncesi "alan sınavı gerekliliği, uygulanma şekli'' gibi üç soru yöneltilirken sınav sonrası aynı adaylara "soru dağılımı, sınavın genel puanlarına etkisi'' gibi üç soru yöneltilmiştir. Üçüncü aşamada ise ''bir önceki yıla göre sınav zorluğu ve kaynak yeterliliği gibi sorular yöneltilmiştir. Elde edilen veriler içerik analizine tabi tutularak kod ve temalar altında sınıflandırılmıştır. Araştırmada iki farklı kodlayıcılar tarafından güvenilirlik kat sayısı ,89 bulunmuştur. Görüş ayrılığı yaşanan kodlar üzerinde yapılan çalışmalar sonucunda her iki kodlayıcının ortak görüşe vardığı kodlar yazılmıştır. Ayrıca güvenilirliği ve inandırıcılığı arttırmak için araştırmacılar tarafından belirlenen kodlara ve temalara ilişkin katılımcı görüşlerine de yer verilmiştir.Yapılan analiz sonuçlarına göre katılımcıların çoğunun sınavın olması gerektiği fakat sınavın getirilme zaman aralığının kısa olduğunu dile getirmişlerdir. Uygulama sınavı ile girdikleri bölümün alan sınavının da uygulamalı olması gerektiği, çalışma kaynaklarının yetersizliği gibi bulgulara rastlanmıştır. Bunlara ek olarak katılımcıların piyasaya çok sayıda kaynak sürüldüğü fakat bu kaynakların bazılarının içerik bakımından yetersiz olduğunu belirtmişlerdir.

Anahtar Kelimeler: Beden Eğitimi, Öğretmenlik Alan Bilgisi Testi, Öğretmen Adayı

GİRİŞ

Türkiye'de beden eğitimi ve spor öğretmen adayları; üniversitelerin beden eğitimi ve spor, beden eğitimi ve spor öğretmenliği ve beden eğitimi ve spor eğitimi bölümlerinde öğrenim görmektedir. Üniversitelerin bu bölümlerinin müfredatı Yüksek Öğretim Kurumu (YÖK) tarafından belirlenmekte ve tüm üniversitelerde "Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Lisans Programı" dahilinde dersler verilmektedir. Eğitim süresi sekiz dönem olmak üzere toplamda dört yıldır. Eğitim programı içerisinde yer alan dersler; *meslek bilgisi, genel kültür* ve *alan eğitimi* olmak üzere üç bölüme ayrılmaktadır (Namlı, 2019). *Meslek bilgisi* alanında; eğitime giriş ve eğitim psikolojisi, sosyolojisi, felsefesi, öğretim teknolojileri, öğretim ilke ve yöntemleri, eğitimde araştırma yöntemleri, Milli unsurlar, Milli Eğitim sistemi ve okul yönetimi, Türk eğitim tarihi, Türk eğitim tarihi, sınıf yönetimi, eğitimde ahlâk ve etik, ölçme ve değerlendirme, öğretmenlik uygulaması, okullarda rehberlik, özel eğitim ve kaynaştırma ve seçmeli ders, *genel kültür* alanında; milli tarih, Atatürk ilkeleri ve inkılap tarihi, Türk dili, yabancı dil bilişim teknolojileri, bilişim teknolojileri, topluma hizmet uygulamaları ve seçmeli ders ve alan eğitimi alanında ise; beden eğitimi ve sporun temelleri, antrenman bilgisi, sağlık bilgisi ve ilk yardım, beslenme, anatomi, beden eğitimi - spor öğrenme ve öğretim yaklaşımları, öğretim programları, motor gelişim, beceri öğrenimi, egzersiz

fizyolojisi, fiziksel uygunluk, hareket eğitimi, uyarlanmış beden eğitimi ve spor, seçmeli ders, atletizm, cimnastik, takım sporları, ritim eğitimi ve dans, yüzme, doğa sporları, raket sporu, halk oyunları, eğitsel oyunlar ve seçmeli ders gibi dersleri kapsamaktadır.

Bu lisans programlarından mezun olan ve devlet okullarında görev yapmak isteyen öğretmen adaylarının öğretmen atamaları Kamu Personeli Seçme Sınavı (KPSS) ile yapılmaktadır. KPSS ile öğretmen adayları ‘‘genel yetenek-genel kültür’’ , ‘‘eğitim bilimleri’’ ve yalnızca belirlenen bazı branşlarda ‘‘öğretmenlik alan bilgisi testi (ÖABT)’’ olmak üzere toplam üç oturumlu bir sınava tabi tutulmaktadır. Genel Yetenek-Genel Kültür (GYGK) sınavı “Türkçe, matematik, tarih, coğrafya ve temel yurttaşlık bilgisi” derslerini içeren yüz yirmi soruluk bir sınavdan oluşmaktadır. Eğitim bilimleri sınavı ise “gelişim psikolojisi, öğrenme psikolojisi, öğretim ilke ve yöntemleri, ölçme ve değerlendirme, program geliştirme, rehberlik” derslerini içeren seksen soruluk bir sınavdır.

Shulman’a (1987) göre öğretmende profesyonel anlamda bulunması gereken bilgiler branş ve içerik bilgisi, alana özgü ve genel pedagoji bilgisi, öğrencileri tanımaya yönelik bilgi, sınıf yönetimi bilgisi, ulaşılacak hedeflerin ve değerlerin bilgisi şeklinde sınıflandırabilir. Ayrıca Öner (2010) bilgi aktarımı ve öğretme işi için ne tek başına pedagoji bilgisi ne de tek başına sahip olunan branş bilgisi yetmemektedir. Bu yüzden tek başına pedagojik bilgiler ya da alan bilgisi yeterli olmayıp bunların bütünleştirilebildiği bir öğretmen yetiştirme programı ve öğretmenlik ataması sınavı önemli görülmektedir.

ÖSYM tarafından 1 Şubat 2019 tarihinde yapılan duyuruda imzalanan yeni protokole göre 2019 yılında tüm branşlarda soru sayısı yetmiş beşe çıkarılmış ve bu karar nedeniyle test içerikleri ile ağırlıklandırılmaların her branştaki uzman grupları aracılığıyla güncellendiği belirtilmiştir. 2019 yılında alınan karar gereğince iki branş daha eklenerek (beden eğitimi öğretmenliği, imam-hatip lisesi meslek dersleri öğretmenliği) toplam on sekiz branşta öğretmenlik alan bilgisi testi (ÖABT) uygulanmaya başlamıştır.[21] Böylece beden eğitimi bölümlerine yönelik ÖABT ilk kez 2019 yılında uygulanmaya başlamıştır.

Sonuç olarak eğitim bir toplumun gelişimine ve değişimine yön veren en önemli unsurdur. Beden eğitimi ve spor, eğitim sürecinde fiziksel gelişimin yanı sıra düşünme biçimi gelişmiş ve problem çözme becerisine sahip bireyler yetiştirmede önemli bir araç olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu nedenle branşında uzman ve öğretim programlarının amaçlarına hakim olan beden eğitimi öğretmen adaylarının kamu personeli seçme sınavının (KPSS) önemli bir parçası olan öğretmenlik alan bilgisi testi (ÖABT) incelenmesi amaçlanmıştır.

Bu genel amaçlar doğrultusunda;

- Sizce beden eğitimi bölümlerinde alan sınavı olmalı mıydı? Neden?
- 2018 yılının sonlarına doğru gelen (ÖABT) sizce hazırlanmanız için yeterli bir sürede midir? Neden?
- Sizce öğretmenlik alan bilgisi testi (ÖABT) nasıl olmalıdır? Neden?

Soruları sınava giren adaylara sorulmuş ve daha sonra sınav sonucu açıklanan bu adaylara aşağıdaki sorular yöneltilmiştir;

- ÖABT’ye yönelik yeterli sayıda soru çözümlü ve konu anlatımlı materyal bulabildiniz mi? Nasıl?

[21] https://dokuman.osym.gov.tr/pdfdokuman22072019.pdf

- ÖABT sınav sonucunuzu ne yönde etkiledi? Yani ortalama puanınızı yükseltti mi düşürdü mü?
- ÖABT soru dağılımı sizce nasıldı?

Araştırmanın üçüncü bölümünde ise katılımcılardan atanamayan ve bir yıl sonraki sınava giren adaylara şu sorular yöneltilmiştir;

- Sınav zorluğu olarak değerlendirdiğinizde hangi sınav sizce daha zordu? Neden?
- Bu yıl ÖABT'ye yönelik yeterli sayıda soru çözümlü ve konu anlatımlı materyal bulabildiniz mi? Nasıl?

YÖNTEM

Bu araştırmada sosyal bilimlerde sıklıkla başvurulan yöntemlerden biri olan nitel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Nitel araştırmalar; doküman inceleme, gözlemler veya görüşmeler neticesinde veri elde edilen çalışmalardır (Merriam ve Tisdell, 2016). Genel olarak bakıldığında sosyal yapı içerisindeki stabil örüntüyü ölçmeyi amaçladığımız çalışmalarda nicel çalışmaları tercih ederken, daha derinlemesine bilgi istediğimiz çalışmalarda nitel yöntemi tercih etme eğilimi göstermekteyiz. Özünde nicel "ne'' sorusunu sorarken, nicel "nasıl, neden'' sorularına cevap aramaktır (Berg & Lune, 2019). Beden eğitimi ve spor öğretmenliği alanında ilk kez uygulanan alan sınavına yönelik herhangi bir ölçme aracı bulunmaması ve sınava ilişkin görüşlerin derinlemesine incelenmesi amacıyla araştırmacılar tarafından nitel yöntemin kullanılması uygun görülmüştür.

Araştırma Modeli

Bu çalışmada nitel araştırma yöntemlerinden fenomenoloji (olgu bilim) deseni kullanılmıştır. Fenomenoloji, içerisinde yaşadığımız çevredeki tecrübelerimizi, olaylara bakış açımızı, kendi dünyamızdaki bu olay ve olgulara yüklediğimiz anlamı ve zihinlerinde oluşan bilişsel yapıyı ortaya çıkarmayı amaçlamaktadır (Titchen ve Hobson, 2005; Creswell, 2015). Yıldırım ve Şimşek (2006) ise olgu bilimin farkında olduğumuz ama tam anlamıyla kavrayamadığımız olguları derinlemesine inceleme fırsatı sunan bir araştırma deseni olduğunu belirtmektedirler. Tüm bu hususlar göz önüne alındığında beden eğitimi ve spor öğretmenlik mezunu adayların alan bilgisi sınavına ilişkin görüşlerini ve deneyimlerini inceleme fırsatı sunan fenomenoloji (olgu bilim) deseninde bu araştırmanın yürütülmesinin uygun olacağına karar verilmiştir.

Çalışma Grubu 1

Beden eğitimi ve spor öğretmenliği programlarının atamalarında 2019 yılından itibaren alan sınavının gelmesi ile birlikte araştırmacılar ilk kez sınava girecek gönüllü katılım ilkesi çerçevesinde tesadüfi örneklem (Baltacı, 2018) ile 9 katılımcıya ulaşılmıştır. Katılımcılara ilişkin bilgiler tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1. Katılımcı Özellikleri

Katılımcılar	Cinsiyet	Yaş
Defne	Kadın	23
Mila	Kadın	22
Yağmur	Kadın	22
Tuğçe	Kadın	23
Hasan	Erkek	24
Baha	Erkek	23
Burak	Erkek	22
Emir	Erkek	23
Miraç	Erkek	24

Tablo 1'e bakıldığında, araştırmanın çalışma grubunu 4 kadın ve 5erkek olmak üzere toplam 9 öğretmen adayı oluşturmaktadır. Katılımcıların yaş ortalamaları 22,9'dur.

Çalışma Grubu 2

Araştırmanın ilk aşamasına katılan katılımcılardan Baha ve Tuğçe atandıklarından bir sonraki yıl yapılan sınava girmemişlerdir. Dolayısıyla araştırmanın üçüncü aşamasına 3 kız ve 4 erkek katılımcı ile görüşme yapılmıştır.

Araştırma Süreci ve Verilerin Toplanması

Bu araştırmanın ilk iki aşaması yaklaşık dokuz aylık bir süreçte, iki ayrı zaman diliminde toplanan veriler sonucunda yapılmıştır. Araştırmaya katılan öğretmen adaylarından sınava girmeden önce ve sınav sonuçları açıklandıktan sonra veri toplama işlemi gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın üçüncü aşaması ise 1 yıl sonra yapılan ikinci sınava katılan aynı katılımcılar ile yürütülmüştür.

Araştırmada nitel veri yöntemlerinde en sık başvurulan yarı yapılandırılmış görüşme formu aracılığı ile verilen toplanması sağlanmıştır. Bu teknikte araştırmanın belirlenmiş çerçevesinde amaca uygun hazırlanan sorular katılımcılara yöneltilmektedir (Metin, 2015). Yarı yapılandırılmış görüşme formunda ilk etapta 13 soru hazırlanarak alanda üç uzman kişinin (1 ölçme değerlendirme uzmanı, 1 Türk dili uzmanı, 1 beden eğitimi ve spor öğretmeni) görüşü alınmıştır. Alan uzmanlarından gelen dönütler neticesinde benzer veya araştırmanın amacına uymayan üç soru formdan çıkarılarak sekiz soruluk nihai formlar elde edilmiştir. Bu soruların üçü sınav sonrası, üçü sınav sonuçlarının açıklanmasından ve diğer iki soru ise bir sonraki yapılan sınavdan sonra katılımcılara yöneltilmiştir. Katılımcılardan nitelikli bilgi elde edilmesi için gönüllük ilkesine dikkat edilmiş ve uygun gördükleri zaman diliminde görüşmeler yapılmıştır. Görüşmeye başlamadan önce araştırmanın amacına yönelik açıklamalarda bulunulmuş ve görüşmelerin gizli kalacağı belirtilerek katılımcılar ile araştırmacı arasında güven oluşturulmaya çalışılmıştır.

Verilerin Analizi

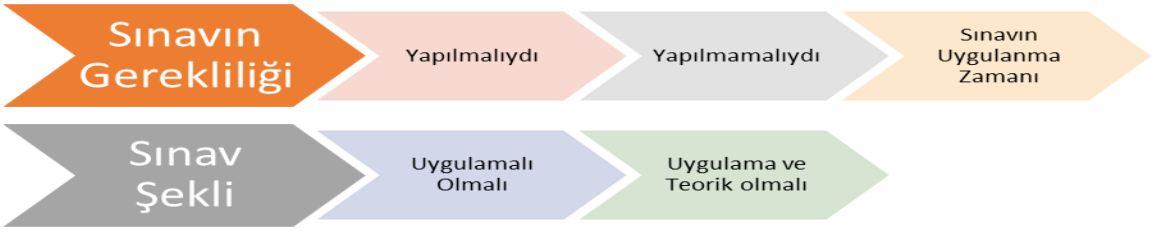
Katılımcılardan doldurulması istenilen yarı yapılandırılmış görüşme formları ile toplanan veriler, gizlilik esasına uygun olarak katılımcı isimleri belirtilmeden katılımcılara takma isimler verilmiştir. Toplanan nitel verilerin analizinde içerik analizi yöntemi kullanılmıştır. Bu yöntem, verilerin kodlar ve temalar boyutlarında düzenlenmesini ve yorumlanmasını sağlayan bir yoldur (Yıldırım ve Şimşek, 2013). Benzerlik ve ilişki olan temaların bu yöntemle sistematik olarak tanımlanması sağlanmaktadır (Altunışık, Coşkun, Bayraktaroğlu ve Yıldırım, 2005).

Güvenilirlik

Sosyal bilimlerde nitel ve nicel araştırma yöntemlerinde güvenilirliği arttırmada çeşitli yöntemler bulunmaktadır. Yıldırım ve Şimşek (2008) nitel araştırmalarda iç ve dış güvenilirlik yönteminin var olduğunu belirtmektedirler. Dış güvenilirlik; kısaca çalışmanın tüm planlanmasının ayrıntılı şekilde betimlenmesidir. İç güvenilirlikte ise; çalışmanın kuramsal çerçevesi dâhilinde belirtilen bilgiler dışına çıkmadan analizler ve yorumlamanın yapılması, farklı bakış açısı ile bakılabilmesi için araştırmaya bir araştırmacının daha dâhil edilmesi, toplanan verilerin güvenilir şekilde korunması, çalışmanın her aşamasında araştırmacının tarafsız olması, katılımcıların görüşü doğrultusunda yönlendirmemesi ve araştırmanın amacına göre örneklem büyüklüğüne dikkat edilmesidir. Bu çalışmada tüm bu hususlara ek olarak güvenilirlik arttırmak için Miles ve Huberman'nın (1994) "güvenirlik=(görüş birliği sayısı)/(toplam görüş birliği+ görüş ayrılığı sayısı)" formülünden yararlanılmıştır. İki farklı kodlayıcılar tarafından güvenilirlik kat sayısı ,89 bulunmuştur. Görüş ayrılığı yaşanan kodlar üzerinde yapılan çalışmalar sonucunda her iki kodlayıcının ortak görüşe vardığı kodlar yazılmıştır. Ayrıca güvenilirliği ve inandırıcılığı arttırmak için araştırmacılar tarafından belirlenen kodlara ve temalara ilişkin katılımcı görüşlerine de yer verilmiştir.

BULGULAR

Kamu personeli seçme sınavına girecek olan aday öğretmenlere beden eğitimi ve spor öğretmenliği programında ilk kez uygulanacak olan alan sınavına ilişkin sorulan sorular neticesinde elde edilen verilere içerik analizi yapılmıştır. Bu analiz neticesinde sınav öncesi yöneltilen sorulara ilişkin " sınav gerekliliği'' ve "sınav şekli'' olmak üzere iki ana tema altında toplanırken, sınav sonrası yöneltilen sorulara ilişkin " çalışma olanakları'', "soru dağılımı'' ve "sınavın puan etkisi'' olmak üzere üç ana temada toplanmıştır.



Şekil 1. Sınav öncesi katılımcılara yöneltilen açık uçlu soruların bulgularına ilişkin sonuçlar

Sınavın Gerekliliği

Beden eğitimi ve spor öğretmenliği adaylarına yöneltilen " Sizce beden eğitimi bölümlerinde alan sınavı olmalı mıydı? Neden? " sorusuna ilişkin alınan cevaplar neticesinde *"sınav gerekliliği"* ana teması oluşturulmuştur. Adayların; sınavın yapılması, yapılmaması ve sınav uygulama zamanına ilişkin görüşleri olduğu tespit edilmiş ve alt temalar bu yönde belirlenmiştir. Bu alt temalardan sınavın yapılması gerektiği yönündeki katılımcı görüşleri şöyledir;

Kesinlikle bizim alanda olması gereken bir sınavdır. Çünkü bizim bölümümüzü bu mesleği gerçekten severek ve sporun içinden gelerek yapmak isteyenlerden çok sırf okumak için okuyanlar var. Bu alan sınavı da bizi diğer bilmeyenlerden ayıran bir sınav olacaktır çünkü sporun içinden gelenler alan sınavında daha başarılı olacaklardır. Ve bu nedenle gereklilik arz etmektedir (Mila).

Beden eğitimi ve spor öğretmenliği programında teorik derslerin yanı sıra uygulamalı derslerin de olması nedeniyle bazı katılımcıların sınavın olmaması yönünde görüşleri olduğu görülmektedir;

Hayır, bizim alanda olmamalıydı. Çünkü BESYO bölümünün alana ihtiyacının olmadığını düşünüyorum. Üstelik beden eğitimi bölümüne getirilmişse bence müzik ve resim öğretmenliğine de getirilmeliydi. Sonuç olarak onlarda yetenek sınavı ile geliyorlar (Hasan).

Alan sınavının beden eğitimi ve spor programlarında uygulanması kadar sınavın zamanı da katılımcılar tarafından eleştirilen bir başka konudur. 2018 Aralık ayında ilan edilen ve Temmuz 2019' da yapılacak olan AOBT sınavı için yedi ay gibi bir çalışma süreleri mevcuttur. Bu sürenin yetersiz geleceğine inanan adayların görüşleri aşağıda verilmiştir;

En başından beri olması gereken bir sınavdı. Eğitim ne kadar önemliyse alan daha fazla önemli alan eğitimi sınavı okulda gördüğümüz derslerin hayatımızda vize final geçmek için değil de artık hayatımıza adım atacağımız önemli bir parça oldu. Fakat sınava 6-7 ay kala alan sınavı getirmek doğru değil. Çalışma planlarımız alt üst oldu. Bir sürü konu var ve bu kadar sürede yetiştirmemiz çok zor. 2020 yılında uygulamaya geçilmesi gerekir (Yağmur).

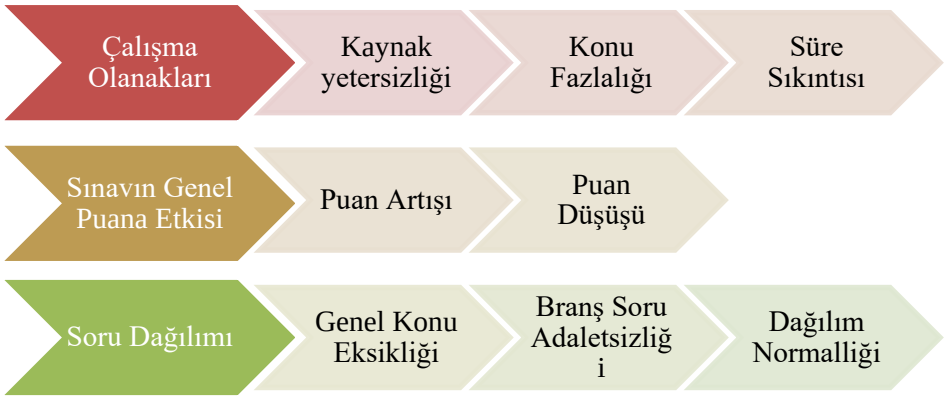
Sınav Şekli

Özel yetenek sınavı ile öğrenci alımı yapan resim, müzik ve beden eğitimi öğretmenliği programları hem teorik hem uygulamalı derslerin bir arada olduğu bölümlerdir. Özellikle beden eğitimi öğretmenliği öğrencilerin fiziksel aktivite içeren dersleri ile öğrencilere bir veya birkaç spor branşında uzmanlık kazandırmayı amaçlamaktadır. Aday öğretmenlerden bazıları bu program içeriğine istinaden sınavın uygulamalı olması gerektiğini savunmaktadırlar. Katılımcıların bu alt temaya ilişkin görüşleri şöyledir;

Herkesin branşına göre uygulamalı olmalı. Özel yetenek sınavı ile bölüme alındığımız gibi yine özel yetenek sınavı ile öğretmenliğe geçiş yapmamız gerekir. Sonuçta öğrencilere dersliklerde değil saha da bilgiler öğreteceğiz (Defne).

Kamu Personeli Seçme Sınavının öğretmenlik alan bilgisi sınavının beden eğitimi ve spor öğretmenliği programından mezun adayların bazıları ise sınavın hem teorik hem uygulamalı olması gerektiği görüşünü belirtmişlerdir;

Herkesin kendi branş ve yardımcı branşına göre konular veya parkur seçilmeli en sonunda ÖABT hakkında bilgi alınıp sınavı bitirmeliler (Hasan).



Şekil 2. Sınav sonrası katılımcılara yöneltilen açık uçlu sorulara ilişkin bulgular

Çalışma olanakları

Sınavın ilk kez uygulanacak olması ve dönem ortasında ilan edilmesi öğretmen adaylarına göre beraberinde birçok sorunu meydana getirmiştir. Bu sorunlar *"kaynak yetersizliği, konu fazlalığı ve süre sıkıntısı"* alt temalarında katılımcı görüşleri ile açıklanmaya çalışılmıştır. Kaynak yetersizliği alt temasına ilişkin katılımcı görüşleri şu şekildedir;

Yeterli sayıda materyal bulamadım bulduğum materyallerin ise birçoğu beden eğitimi akademisyenleri tarafından hazırlanmamıştı konu anlatımları çok kısırdı karşılaştırma yaptığımda ise birçok yanılgıya sebep oldu (Baha).

Dört yıllık eğitim dönemlerinde yaklaşık % 60 meslek bilgisi dersleri alan beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümünden mezun olan adaylar sınavda konu fazlalığına ilişkin beyanda bulunmuşlardır.

Kaynak yetersizliğini geçtim o kadar fazla konu vardı ki hangisine çalışacağımı bilemiyordum. Dolayısıyla kendimce yetiştirebileceğim ve çalışma materyallerine ulaşabileceğim bazı derslere sadece çalıştım. Hepsine yarım yamalak hazırlanmaktansa bir kaçına tam hazırlanmak daha kolay diye düşündüm (Tuğçe).

Kamu Personeli Seçme Sınavı (KPSS) öncesinde adayların en büyük kaygılarından biri sınavın dönem ortasında getirilmiş olması ve sınava kadar çalışma konularını bitirememekti. Sınav sonrası yöneltilen sorularda da bazı adayların kaygılarında haklı çıktığını şu ifadelerde görmekteyiz;

Hiçbir alt yapı hazırlanmadan sınav ilan edildi. Ne hazırlanmış bir materyal vardı ne de bir kaynak. Aralık ayında sınav ilan edildi, ocak ayının sonunda çalışma kitapları piyasaya sürüldü. Alelacele hazırlanmış kaynaklara çalışma fırsatımız çok kısıtlıydı. Kısa zaman aralığında yoğun stres altında çalıştık (Mila).

Sınavın Genel Puana Etkisi

Öğretmenlik alan bilgisi sınavı uygulanan bölümlerin puanları hesaplanırken genel kültür- genel yetenek, eğitim bilimleri ve alan bilgisi olmak üzere üç ayrı sınavdan aldıkları puan ortalamasına göre atamaları yapılmaktadır. Alan bilgisi sınavının genel puanlarına etkisini sorduğumuz katılımcıların puanlarına olumlu yönde katkısına ilişkin görüşleri aşağıda verilmiştir;

Benim puanımı yükseltti. Açıkçası beklemiyordum ama 12 puan arttırdı (Emir).

Çok olmasa bile puanımı arttırdı. Atamalarda 1 puanın bile önemini düşünürsek sevindirici bir sonuç (Baha).

Sınav sonucu açıklanan bazı adayların ise puanlarının düştüğü yöndeki görüşleri şöyledir;

Benim sınavımı olumsuz etkiledi ve genel puanımı düşürdü (Defne).

Negatif yönde etkiledi. Yani puanımı düşürdü (Miraç).

Soru Dağılımı

Katılımcıların genel olarak konu fazlalığını dile getirdikleri beden eğitimi ve spor programlarında alan sınavındaki soru dağılımı ana teması altında "*genel konu eksikliği, branş soru adaletsizliği ve dağılım normalliği''* alt temalarına ilişkin katılımcı görüşleri şöyledir;

Soru dağılımı tabi ki normal değil. En önemli dersler ile önemsiz derslerin soru sayısı hemen hemen aynıydı (Burak).

Bence soru dağılımı berbat derecedeydi çünkü bir beden eğitimi ve spor öğretmenin asıl bileceği derslerin soru dağılımı son derecede azdı (Defne).

Öğretmen adaylarının spor branşlarına yönelik bilgi ölçmek amacıyla sınavda sorulan soruların dağılımına ilişkin görüşlerinden bazıları aşağıda verilmiştir;

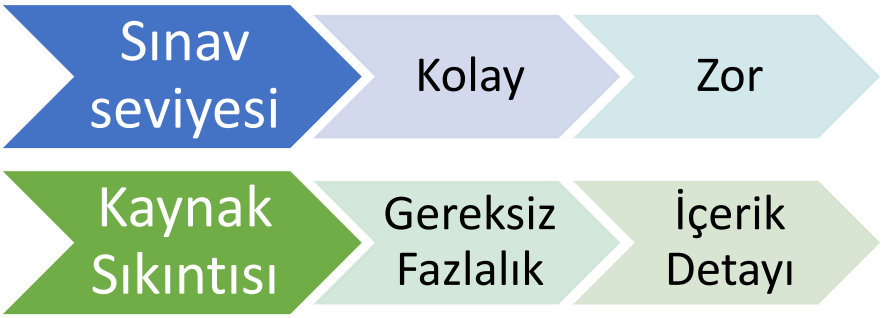
Adaletsiz bir soru dağılımı vardı. Özellikle futbol branşı ağırlıklıydı. Bir bayan olarak bu branştan bu kadar soru olması benim için dezavantajdı (Tuğçe).

Genel soru dağılımı bence iyiydi ama futbol ve atletizm branşlarının ağırlıklı olarak sorulduğunu gördüm. Keşke gördüğümüz her branştan soru sorulsaydı (Yağmur).

Bazı adaylar ise sınavda soru dağılımında sıkıntı bulunmadığı ve dağılımın normalliğinden bahsetmişlerdir;

Sınavda 75 soru vardır. Aslında baktığımızda bana göre hemen her konuda soru var gibiydi (Emir).

Dağılım normaldi. İlk yıl olmasına rağmen sorular iyiydi ve tüm alanı kapsayacak şekilde sorular vardı (Miraç).



Şekil 3. Bir sonraki Sınav sonrası katılımcılara yöneltilen açık uçlu sorulara ilişkin bulgular

Sınav Seviyesi

Araştırmanın üçüncü bölümüne katılan katılımcılara bir önceki yıl (2019) gerçekleştirilen sınav ile bir sonraki yıl gerçekleştirilen (2020) sınav arasındaki farklar sorulduğunda sınavın *''kolay ve zor''* alt temaları tespit edilmiştir. Bu tespitlerin elde edildiği katılımcı görüşleri aşağıdadır;

Sınav bence bu yıl daha kolaydı. Çünkü geçen yıl neye çalışacağımızı bilmiyorduk ve bir sürü bilinmezlikle yola çıkmıştık (Hasan)

Her iki sınavı değerlendirdiğimizde ilk sınav daha kolaydı. Daha genel bilgiler vardı ama bu sınav sanki daha fazla detaylı çalışma gerektiriyordu (Defne)

Kaynak Sıkıntısı

2019'da ilk kez yapılan alan sınavında katılımcıların çoğunluğu yeterli kaynak olmadığından bahsetmişlerdir. 2020 yılında ki sınava hazırlanırken kaynak bulma sıkıntısı çekip çekmediklerine dair sorular soru neticesinde "*kalite ve detay''* alt temaları tespit edilmiştir. Katılımcıların görüşlerinden örnekler aşağıda verilmiştir.

2019 yılında çok fazla seçeneğimiz yoktu. Piyasaya çıkan kaynakları alarak çalışmıştır. Ama bu yıl daha fazla kitap var. Fakat her kitap kaliteli değil ne yazık ki. Bilende bilmeyende yazmış (Emir)

SONUÇ ve TARTIŞMA

Beden eğitimi ve spor öğretmenliği alanında ÖABT ile ilgili duyuru Aralık 2018' de ilan edilip 2019 Temmuz ayında ilk sınav yapılmıştır. Özel yetenek ile öğrenci alan ve uygulamalı derslerin de olduğu beden eğitimi, resim ve müzik öğretmenliği bölümlerinden sadece beden eğitimi ve spor öğretmenliği

bölümünde uygulanmıştır. İlk kez uygulanması ve sınava ilişkin çok fazla bilginin olmaması sınava girecek adaylar için bir sorun olarak ortaya çıkmıştır.

Bu çalışma sonuçları " sınav gerekliliği'' ve "sınav şekli'' olmak üzere iki ana tema altında toplanmış ve sınav sonrası yöneltilen sorulara ilişkin " çalışma olanakları'', "soru dağılımı'' ve "sınavın puan etkisi'' olmak üzere üç ana tema belirlenmiştir. Araştırmanın üçüncü aşamasında ise "Sınav seviyesi ve kaynak sıkıntısı'' temaları bulunmuştur. Öğretmen adaylarının bir kısmı alan sınavının yalnızca uygulamalı olarak yapılmasını gerektiğini dile getirirken diğer katılımcıların sınavın hem teorik hem de uygulamalı olması gerektiği düşüncesi tespit edilmiştir. Ayrıca katılımcı görüşleri neticesinde, sınavın ilk kez uygulanmış olması ve yarı dönemde sınavın ilan edilmesiyle birlikte adaylarda, kaynak yetersizliği, konu fazlalığı ve süre sıkıntısı gibi kaygıların olduğu görülmüştür. Diğer yandan katılımcıların soru dağılımlarına ilişkin görüşleri sonucunda, genel konu eksikliği, branş soru adaletsizliği ve dağılım normalliği gibi unsurların olduğu tespit edilmiştir.

Öğretmen atamalarında merkezi sınavlara olumsuz olarak bakan bireyler, bu sınavları farklı yönleriyle eleştirmektedirler. Bu kişiler merkezi sınavların konu alanı bilgisini ölçebileceğini, ancak öğretmenlik performansını (Dawe, 1984; Cochran-Smith, 2001; Haney, Madaus ve Kreitzer, 1987; Murnane ve ark., 1991; Popham, 1999) ve mesleğe bağlılık, şevk, meslektaşlar arası arkadaşlık ve işbirliği vb. duyuşsal özellikleri ölçemeyeceğini, sınavdan yüksek puan almanın iyi bir öğretmen olunacağının göstergesi olamayacağını (Cross, 1985; Namlı ve ark., 2018; Seeley, 1979; Schlechty ve Vance, 1984; Türkeli, Hazar, Demir ve Namlı, 2017), dolayısıyla bu sınavlarda alınan puanların öğretmen eğitimi programının başarısının bir göstergesi olamayacağını (Cochran-Smith, 2001; Kennedy, 1999; Mitchell ve ark., 2001; Zumwalt ve Craig, 2005) ifade etmektedir.

Erdem ve Soylu (2013) tarafından öğretmen adayları üzerine yapılan araştırmada, katılımcıların çoğu KPSS yerine alan sınavını tercih ettiği ve öğretmen atama kriterlerinde başka faktörlerin de göz önünde bulundurulması gerektiği belirlenmiştir. Öğretmen adayları KPSS'yi yetersiz bulmakta ve dört yıl boyunca aldıkları eğitim kapsamındaki derslere ilişkin bir değerlendirme istediklerini ifade etmişlerdir. Bu düşünceye zıt olarak katılımcılar üniversitede aldıkları eğitimin ezbere dayalı, ders geçme odaklı ve sınav odaklı bir sistemle çalıştıklarını dile getirerek bu durumun alan sınavına hiçbir katkısı olmadığını belirtmişlerdir.

Bu araştırmada elde edilen bulgulardan hareketle;

- Alan sınavının kapsam geçerliğini ve güvenirliğini artırmak amacıyla derslere göre soru dağılımları yeniden ele alınmalıdır.
- Alan sınavına yönelik materyaller katkı sağlayacak düzeyde çoğaltılmalıdır. Fakat bu materyallerin içeriklerinin denetimin yapılması ve daha sonra piyasaya sürülmesi gerekmektedir.
- Beden eğitimi ve spor programları için yapılan alan sınavı soruları branşlara eşit olarak dağıtılmalıdır.
- Üniversitelerde program farklılıkları göz önünde bulundurularak soruların ana (ortak zorunlu) derslerden sorulmasına dikkat edilmelidir.

KAYNAKÇA

Altunışık, R., Coşkun, R., Bayraktaroğlu, S., ve Yıldırım, E. (2005). *Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri.* Adapazarı: Sakarya Kitabevi.

Baltacı, A . (2018). Nitel araştırmalarda örnekleme yöntemleri ve örnek hacmi sorunsalı üzerine kavramsal bir inceleme. *Bitlis Eren Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, *7*(1) , 231-274.

Berg, B. L., ve Lune, H. (2019). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri.* (Çev. Asım ARI). Konya: Eğitim.

Cochran-Smith, M. (2001). The out comes question in teacher education. *Teaching & Teacher Education, 17*(5), 527-546.

Creswell, J. W. (2015). *30 Essential skills for the qualitative researcher*. Sage Publications.

Cross, L. H. (1985). Validation of the NTE tests for certification decisions. *Educational Measurement: Issues and Practice, 4*(3), 7-10

Dawe, H. A. (1984). Teaching: A performing art. *Phi Delta Kappan, 65*(8), 548-552.

Erdem, E. ve Soylu, Y. (2013). Öğretmen adaylarının KPSS ve alan sınavına ilişkin görüşleri. *Çankırı Karatekin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 4*(1): 223-236.

Haney, W, Madaus, G., & Kreitzer, A. (1987). Charms talismanic: Testing teachers for improvement of American education. *Review of Research in Education, 14*(1), 169-238.

Kennedy, M. (1999). *The problem of evidence in teacher education*. In R. A. Roth (Ed.), The role of the university in the preparation of teachers (pp.87-107). London, Falmer Press.

Merriam, S. B., & Tisdell, E. J. (2016). Designing your study and selecting a sample. *Qualitative research: A guide to design and implementation*, 73-104.

Metin, M. (Ed.). (2015). *Kuramdan uygulamaya eğitimde bilimsel araştırma yöntemleri*. Pegem Akademi.

Miles, M, B., & Huberman, A. M. (1994). *Qualitative data analysis: An expanded Sourcebook*. (2nd ed). Thousand Oaks, CA: Sage.

Mitchell, K. J., Robinson, D. Z., Plake, B. S., & Knowles, K. T. (Eds.) (2001). *Testing teacher candidates: The role of licensure tests in improving teacher quality. National Research Council Committee on Assessment and Teacher Quality*. Washington, DC: National Academy.

Murnane, R. J., Singer, J. D., Willett, J. B., Kemple, J. J., & Olsen, R. J. (1991). *Who will teach? Policies that matter*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

Namlı, S. (2019). Examination of physical education and sports undergraduate programs of the bologna process countries (Poland-Turkey Case). *Comparative Professional Pedagogy, 9*(2), 29-39.

Namlı, S., Demir, G. T., Türkeli, A., & Hazar, Z. (2018). Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümünde Öğrenim Gören Öğretmen Adaylarının Mesleki Kaygılarının İncelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 12*(1).

Öner, D. (2010). Öğretmenin bilgisi özel bir bilgi midir? Öğretmek için gereken bilgiye kuramsal bir bakış. *I. Boğaziçi Üniversitesi Eğitim Dergisi, 27*(2), 23- 32.

Popham, W. J. (1999). Educational quality: Why standardized tests don't measure. *Educational Leadership, 56*(6), 8-15.

Schlechty, P. & Vance, V. (1984). The quality/quantity issue in teacher training. *Education Digest.* 49, 30-33.

Seeley, D. S. (1979). Reducing the confrontation over teacher accountability. *Phi Delta Kappan, 61*(4), 248-251

Shulman, L. S. (1987). Knowledge and teaching: Foundations of the new reform. *Harvard Educational Review, 57*(1), 61-77.

Titchen, A., & Hobson, D. (2005). Phenomenology. *Research methods in the social sciences*, 121-130.

Türkeli, A., Hazar, Z., Demir, G. T., & Namlı, S. (2017). Beden eğitimi ve spor alanında pedagojik formasyon alan öğrencilerin öğretmen özyeterlikleri ile mesleğe yönelik tutumlarının incelenmesi. *İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 4*(3), 1-11.

Yıldırım, A. ve Simsek, H. (2008). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Ankara: Seçkin.

Yıldırım, A., & Şimşek, H. (2006). *Qualitative research methods in social sciences*. Ankara: Seckin.

Zumwalt, K. & Craig, E.(2005). *Teacher's characteristics: Research on the indicators of quality* . In M. Cochran Smith & K. Zeichner (Eds.) Studying teacher education: The report of the AERA Panel on Research and Teacher Education (pp. 157-260). Mahwah, NJ, Lawrence Erlbaum.

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE E-SPOR BİLGİ DÜZEYİ İLE TEKNOLOJİ KULLANIMINA İLİŞKİN TUTUM ARASINDAKİ İLİŞKİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

Tamer KARADEMİR[1], Yunus Emre KARAKAYA[2], Mert KARADEMİR[2]

[1]Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Kahramanmaraş / Türkiye
[2]Fırat Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Elazığ / Türkiye
[2]Fırat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Elazığ / Türkiye

Öz: Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinde e-spor bilgi düzeyi ile teknoloji kullanımına ilişkin tutum arasındaki ilişkinin değerlendirilmesidir. Araştırmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın örneklemini Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi'nde rastgele seçilmiş olan farklı bölümlerden yaş ortalaması; 22,05±3,65 olan, 245'i kadın 376'sı erkek olmak üzere toplamda araştırmaya katılmaya gönüllü 621 üniversite öğrencisi oluşturmuştur. Araştırmada veri toplama amacıyla, Yavuz (2005) tarafından geliştirilen "Teknoloji Tutum Ölçeği" ile e-spor bilgi düzeyleri ile ilgili soruların bulunduğu bir anket formu uygulanmıştır. Araştırmada veriler pandemi döneminde sağlık tedbirleri nedeniyle online form aracılığıyla toplanmıştır. Elde edilen verilerin analizinde SPSS paket program kullanılmıştır. Veriler analiz edilmeden önce normallik sınaması Kolmogorov Smirnov testi ile yapılmış dağılımın normal olduğu tespit edilmiştir. Bu doğrultuda ikili karşılaştırmalar için bağımsız örneklem (t-test), çoklu karşılaştırmalar için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmış, iki bağımlı değişken arasındaki ilişki ise, Pearson Korelasyon Katsayısı testi ile değerlendirilmiştir. İstatistiksel anlamlılık derecesi $p<0.05$ olarak kabul edilmiştir. Araştırma bulguları, katılımcıların gelir düzeyi, günlük sosyal medya kullanım süresi ve teknoloji kullanmaya başlama yılı değişkenlerine bağlı olarak, teknoloji kullanımına ilişkin tutumlarında ve e-spor bilgi düzeylerinde istatistiksel açıdan anlamlı derecede farklılık olduğunu göstermiştir. Araştırma sonuçları, araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin teknoloji kullanımına ilişkin tutumlarının olumlu yönde olduğunu ancak e-spor ile ilgili bilgi düzeylerinin yetersiz olduğunu, e-spor bilgi düzeyi ile teknoloji kullanımına ilişkin tutum arasında orta düzeyde ve pozitif yönde doğrusal bir ilişki olduğunu göstermiştir. Buna göre teknoloji kullanımına ilişkin tutumlar pozitif yönde geliştikçe e-spor bilgi düzeylerinin de pozitif yönde gelişmiş olduğu sonucuna varılmıştır.

Anahtar Kelimeler: E-spor, Teknoloji, Teknoloji Kullanımı, Tutum

GİRİŞ ve AMAÇ

Dünyada hızla gelişen teknoloji ortaya yeni sektörler ve kavramlar çıkartmaktadır. E-spor da son yıllarda hayatımıza giren kavramlardan biridir. Net bir tanımı olmamakla beraber Wagner (2006) e-spor'u, insanların bilgi ve iletişim teknolojilerini kullanarak zihinsel ve fiziksel yetenekler geliştiren ve eğiten spor faaliyetleri olarak tanımlamıştır. Hamari ve Sjöblom (2015) ise e-sporu, sporun birincil yönlerinin elektronik sistemler tarafından kolaylaştırılmış biçimi olarak tanımlamaktadır. Elektronik spor hem fiziksel hem zihinsel özelliklere sahip bir spor dalıdır. Geleneksel sporlardan, bireysel ve takım halinde uygulanabilmesi, doğasına özgü araç ve gereci gerektirmesi, dünyanın her yerinden, her yaştan ve cinsiyetten icra edilebilmesi, iklim şartlarının önemsizliği, bir oyuncunun profesyonel seviyede birden fazla oyuna katılabilmesi ile ayrılır. Bununla birlikte e-spor, okçuluktaki gibi reaksiyon zamanı, beyzboldaki gibi refleks hareketleri veya satrançtaki gibi düşünmeyi gerektiren bir spordur (Argan vd, 2006).

Tüm dünyada çok hızlı bir şekilde büyüyen, devasa bütçelere ve takipçi sayısına uluşan, olumlu ve olumsuz yanları bulanan e-spor ülkemiz gençlerini de etki altına almaya başlamıştır ve bu etki giderek

artmaktadır. Ülkemizde Gençlik ve Spor bakanlığı tarafından 2011 yılında Türkiye Dijital Oyunlar Federasyonu (TUDOF) kurulmuştur ve 2013 yılında Gelişmekte Olan Sporlar Federasyonu'na bağlanarak faaliyetlerini sürdürmektedir (TUDOF, 2012

Bilim ve teknolojinin hızla ilerlemesi ile birlikte toplumlar her geçen gün teknolojiye daha çok ihtiyaç duymakta ve teknolojik gereksinimlerini artırmaktadırlar. Her geçen gün yeni bir teknoloji ürünü piyasaya çıkıp hayatı kolaylaştırırken, aynı zamanda yeni gereksinimleri de beraber getirmektedir. İhtiyaç duyulan bir alanda yapılan yenilikler yeni ihtiyaçlara ve bambaşka kullanım alanlarına yönlenmeyi sağlamaktadır. Kaçınılmaz olarak bu yeniliklerin takip edilmesi, yeni teknolojik araç ve gereçlerin kullanımı ve kullanım alanlarının öğrenilmesi gerekmektedir (Üstün ve Akman, 2015). Bu bağlamda e-spor bilgi düzeyinin, teknoloji kullanımına yönelik olumlu tutum göstermekle doğrudan alakalı olduğu fikri savunulabilir. Bu araştırmada, Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi öğrencilerinin e-spor hakkındaki bilgi düzeylerini ve teknoloji kullanımına yönelik tutumlarını incelemeyi amaçlamıştır.

MATERYAL ve YÖNTEM

Araştırmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın örneklemini Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi'nde rastgele seçilmiş olan farklı bölümlerden yaş ortalaması; 22,05±3,65 olan, 245'i kadın 376'sı erkek olmak üzere toplamda araştırmaya katılmaya gönüllü 621 üniversite öğrencisi oluşturmuştur. Araştırmada veri toplama amacıyla, Yavuz (2005) tarafından geliştirilen "Teknoloji Tutum Ölçeği" ile e-spor bilgi düzeyleri ile ilgili sorunun bulunduğu bir anket formu uygulanmıştır. Teknoloji Tutum Ölçeği 5 alt boyutta toplam 19 maddeden oluşmaktadır (Yavuz, 2005). Ölçekten toplam boyutta alınabilecek en düşük puan 19, en yüksek puan ise 95'tir. Araştırmada ölçek toplam puan üzerinden değerlendirilmiştir. Araştırmada veriler pandemi döneminde sağlık tedbirleri nedeniyle online form aracılığıyla toplanmıştır. Elde edilen verilerin analizinde SPSS paket program kullanılmıştır. Veriler analiz edilmeden önce normallik sınaması Kolmogorov Smirnov testi ile yapılmış dağılımın normal olduğu tespit edilmiştir. Bu doğrultuda ikili karşılaştırmalar için bağımsız örneklem (t-test), çoklu karşılaştırmalar için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmış, iki bağımlı değişken arasındaki ilişki ise, Pearson Korelasyon Katsayısı testi ile değerlendirilmiştir. İstatistiksel anlamlılık derecesi $p<0.05$ olarak kabul edilmiştir.

BULGULAR

Araştırma grubundan elde edilen bulgular aşağıdaki tablolarda sunulmuştur.

Tablo 1. Araştırma grubunun cinsiyete göre analiz sonuçları

Teknoloji Tutum Ölçeği Toplam	**Cinsiyet**	**f**	**%**	**Mean**	**SD**	**t**	**p**
	Kadın	245	3,7	75,18	4,15	**-1,075**	**,285**
	Erkek	376	8,4	74,01	3,56		

Tablo 1'de gösterildiği üzere, cinsiyet değişkenine bağlı olarak yapılmış olan analiz sonucunda katılımcıların teknoloji tutumlarında istatistiksel açıdan anlamlı farklılığa rastlanmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 2. Araştırma grubunun günlük sosyal medya kullanım süresi dağılımına göre analiz sonuçları

Teknoloji Tutum Ölçeği	Günlük sosyal medya kullanımı	f	%	Mean	SD	t	p	Fark
Toplam	1 saat veya daha az	51	8,2	65,14	2,15	**5,623**	**,001***	3>1
	1-2 saat	74	11,9	70,23	2,45			
	3-4 saat	264	42,5	75,56	2,99			
	5 saat ve üzeri	232	37,4	73,01	2,48			

Tablo 2'de gösterildiği üzere, günlük sosyal medya kullanım süresine bağlı olarak yapılmış olan analiz sonucunda katılımcıların teknoloji tutumlarında istatistiksel açıdan anlamlı farklılığa rastlanmıştır (p<0,05). Buna göre günlük 3-4 saat sosyal medya kullandığını belirtmiş olanların 1 saat veya daha az sosyal medya kullandığını belirtmiş olanlardan daha yüksek ortalamaya sahip oldukları anlaşılmıştır.

Tablo 3. Araştırma grubunun gelir dağılımına göre analiz sonuçları

Teknoloji Tutum Ölçeği	Ailenize veya kendinize ait gelir durumu nedir?	f	%	Mean	SD	F	p	Fark
Toplam	çok az	23	3,7	71,01	6,52	**3,712**	**,027***	4>1
	az	52	8,4	74,12	4,15			
	orta	465	74,9	75,52	4,03			
	yüksek	81	13,0	77,12	3,85			

Tablo 3'te gösterildiği üzere, gelir durumuna bağlı olarak yapılmış olan analiz sonucunda katılımcıların teknoloji tutumlarında istatistiksel açıdan anlamlı farklılığa rastlanmıştır (p<0,05). Buna göre gelir durumunu yüksek olarak belirtmiş olanların çok az olarak belirtmiş olanlardan daha yüksek ortalamaya sahip oldukları anlaşılmıştır.

Tablo 4. Araştırma grubunun teknoloji kullanmaya başlama yılına göre analiz sonuçları

Teknoloji Tutum Ölçeği Toplam	Teknoloji hangi dönemde daha aktif kullanmaya başladınız?	f	%	Mean	SD	F	p	Fark
	İlkokul döneminde/ çocukluk	180	29,0	82,12	2,22	**5,114**	**,005***	
	Lise döneminde/ gençlik	326	52,5	80,14	3,49			
	Üniversite döneminde/ gençlik-yetişkinlik	115	18,5	76,01	5,45			

Tablo 4'te gösterildiği üzere, teknoloji kullanmaya başlama yılına bağlı olarak yapılmış olan analiz sonucunda katılımcıların teknoloji tutumlarında istatistiksel açıdan anlamlı farklılığa rastlanmıştır ($p<0,05$). Buna göre aktif olarak teknoloji kullanımına ilkokul çağında başladığını belirtmiş olanların üniversite döneminde başladığını belirtmiş olanlardan daha yüksek ortalamaya sahip oldukları anlaşılmıştır.

Tablo 5. Araştırma grubunun e-spor bilgi düzeylerine göre teknolojik tutumlarının istatistiksel analiz sonuçları

Teknoloji Tutum Ölçeği Toplam	E-spor hakkındaki bilgi düzeyiniz nedir?	f	%	Mean	SD	F	p	Fark
	Hiç bilgim yok.	425	68,4	63,69	3,14	6,091	,001*	3>1,2
	Az bilgim var.	123	19,8	74,54	3,58			
	Orta düzeyde	50	8,1	82,01	2,91			
	Çok fazla	23	3,7	83,12	2,74			

Tablo 5'te gösterildiği üzere, e-spor bilgi düzeyine bağlı olarak yapılmış olan analiz sonucunda katılımcıların teknoloji tutumlarında istatistiksel açıdan anlamlı farklılığa rastlanmıştır ($p<0,05$). Buna göre e-spor hakkında orta düzeyde bilgi sahibi olduğunu belirtmiş olanların hiç veya az bilgisi olduğunu belirtmiş olanlardan daha yüksek ortalamaya sahip oldukları anlaşılmıştır.

Tablo 5. Araştırma grubunun e-spor bilgi düzeyi

E-spor hakkındaki bilgi düzeyiniz nedir?	f	%
Hiç bilgim yok.	425	68,4
Az bilgim var.	123	19,8
Orta düzeyde	50	8,1
Çok fazla	23	3,7
Toplam	**621**	**100**

Tablo 5' te gösterildiği üzere, araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin %68,7'ünün e-spor hakkında hiç bilgisi olmadığı, % 19,8'inin az bilgisi olduğu, %8,1 inin orta düzeyde bilgi sahibi olduğu ve %3,7'sinin çok fazla bilgi sahibi oldukları belirlenmiştir. Buna göre araştırma grubunun e-spor bilgi düzeyinin düşük seviyede olduğu anlaşılmıştır.

Tablo 7. Araştırma grubunun "Teknoloji Tutum Ölçeği" toplam puan ortalaması

Teknoloji Tutum Ölçeği Toplam Boyutu	N	Mean	SD
	621	75,32	9,07

Tablo 7'ye göre, araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin teknoloji kullanımına ilişkin tutumlarının olumlu (75,32 ± 9,07) yönde olduğu bulunmuştur.

Tablo 8. Araştırma Grubunun E-Spor Bilgi Düzeyleri İle Teknoloji Tutumları Arasındaki Korelasyon Analiz Sonuçları (Pearson Korelasyon)

Bağımlı Değişkenler	N	1	2	p
E-spor bilgi düzeyi	621	1	,458	,038*
Teknoloji tutumu	621	,458	1	

Tablo 8'de gösterildiği üzere, araştırma grubunun e-spor bilgi düzeyleri ile teknoloji tutumları arasında orta düzeyde ve pozitif yönde doğrusal bir ilişki olduğu ve buna göre teknoloji kullanımına ilişkin tutumlar pozitif yönde geliştikçe e-spor bilgi düzeylerinin de pozitif yönde gelişmiş olduğu belirlenmiştir.

SONUÇ

Araştırma sonuçları, katılımcıların gelir düzeyi, günlük sosyal medya kullanım süresi ve teknoloji kullanmaya başlama yılı değişkenlerine bağlı olarak, teknoloji kullanımına ilişkin tutumlarında ve e-spor bilgi düzeylerinde anlamlı derecede farklılık olduğunu, cinsiyet değişkenine göre ise anlamlı fark olmadığını göstermiştir. Buna göre, orta düzey gelire sahip olanların çok az gelire sahip olanlara günlük 3-4

saat sosyal medya kullananların 1 saat ve daha kısa süre kullananlara, ilkokul döneminde teknoloji kullanmaya başlayanların üniversite döneminde teknoloji kullanmaya başlayanlara kıyasla teknoloji tutumlarının daha olumlu yönde olduğu belirlenmiştir. E-spor bilgi düzeyine göre bakıldığında ise çok fazla bilgi sahibi olduğunu belirtmiş olanların e-spor hakkında hiç veya az bilgi sahibi olduğunu belirtmiş olanlardan teknoloji kullanımına ilişkin tutumlarının daha olumlu yönde olduğu belirlenmiştir. Sonuç olarak, araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin teknoloji kullanımına ilişkin tutumlarının olumlu yönde olduğu ancak e-spor ile ilgili bilgi düzeylerinin düşük düzeyde olduğu, e-spor bilgi düzeyi ile teknoloji kullanımına ilişkin tutum arasında orta düzeyde ve pozitif yönde doğrusal bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Buna göre teknoloji kullanımına ilişkin tutumlar pozitif yönde geliştikçe e-spor bilgi düzeylerinin de pozitif yönde gelişmiş olduğu belirlenmiştir.

KAYNAKÇA

Argan, M., Özer, A., Akın, E. (2006).”Elektronik Spor: Türkiye’deki siber sporcuların tutum ve davranışları”. Spor Yönetimi ve Bilgi Teknolojileri Dergisi. 1(2): 1306-4371.

Hamari, Juho, MaxSjöblom (2015). “What Is eSportsandWhy Do People Watch It?” Internet Research.27(2):211-232.

TUDOF(2012).https://www.tbmm.gov.tr/arastirma_komisyonlari/bilisim_internet/docs/sunumlar/turkiye_dijital_oyunlar_federasyonu.pdf / 24.12.2017.

Üstün A, Akman E. Private School Teachers' Attiitudes And Ideas About The Utilizatıon of Technologıcal Tools in Education (The Example of Samsun Province). Journal of educational sciences, Haziran, 2015; 94-103.

Wagner, Michael (2006).” On The Scientific Relevance of E-Sports”. In Proceedings of the 2006 International Conference on Internet Computing and Conference on Computer Game Development.LasVegas, Nevada: CSREA Press: 437-440.

Yavuz, S. & Coşkun, E. A. (2008). Sınıf Öğretmenliği Öğrencilerinin Eğitimde Teknoloji Kullanımına İlişkin Tutum ve Düşünceleri . Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 34 (34),276-286.

Yavuz, S. (2005). Developing a technology attitude scale for pre-service chemistry teachers. The Turkish Online Journal of Educational Technology – TOJET, 4, 1, 17-25.

18-25 YAŞ MÜSABIK TÜRK TAEKWONDO SPORCULARININ FAİR PLAY ALGILARININ İNCELENMESİ

Tamer KARADEMİR[1], Mikail TEL[2], Mert KARADEMİR[3], Cengizhan PAKYARDIM[4]

[1]Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Kahramanmaraş / Türkiye
[2]Fırat Üniversitesi, Sivrice Meslek Yüksekokulu, Elazığ / Türkiye
[3]Fırat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Elazığ / Türkiye
[4]Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kahramanmaraş / Türkiye

Öz: Bu araştırmanın amacı, 18-25 yaş müsabık Türk Taekwondo sporcularının Fair-Play algılarının incelenmesidir. Araştırma tarama yöntemiyle gerçekleştirilmiş betimsel bir araştırmadır. Araştırmanın örneklem grubunu, 2021 yılı Mart ayında İstanbul ilinde düzenlenen 8. Uluslararası Türkiye Açık Taekwondo Turnuvası'na farklı kategorilerde yarışmacı olarak katılan 74'ü erkek, 41'i kadın toplam 115 müsabık Türk Taekwondo sporcusu oluşturmuştur. Araştırmada elde edilen veriler; kişisel bilgi formunun yanı sıra Vallerand ve ark, (1997) tarafından geliştirilmiş olan ve Balçıkanlı, (2009) tarafından Türkçeye uyarlanan "Çok Boyutlu Sportmenlik Yönelimi Ölçeği" kullanılarak online form aracılığıyla toplanmıştır. Verilerin analizinde SPSS paket program kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık derecesi ($p<0.05$) kabul edilmiştir. Veriler analiz edilmeden önce normallik sınaması Kolmogorov Smirrnov testi ile yapılmış, verilerin normal dağılım göstermediği belirlenmiştir. Bu doğrultuda non-parametrik test yöntemlerinden ikili karşılaştırmalar için Mann Whitney U Testi ve çoklu karşılaştırmalar için Kruscal Wallis H testi kullanılmıştır. Araştırmada elde edilmiş olan bulgular, sporcuların yaş ve cinsiyete göre Fair-Play algılarının benzer özelliklere sahip olduğunu, sporculuk geçmişi yılı ve antrenör tutumu açısından anlamlı farklılık gösterdiğini ortaya koymaktadır. Sonuç olarak, araştırma grubunun Fair-Play algılarının yaş ve cinsiyete özelliklerine göre benzerlik taşıdığı, 5 yıl ve üzeri sporculuk geçmişi olanların rakiplerine daha saygılı oldukları; antrenör tutumuna göre, antrenörü müsabaka sırasında anlayışlı/yapıcı tutum içerisinde olduğunu belirtenlerin, sporda sorumluluklara ve sosyal normlara daha fazla bağlı oldukları sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Spor, Fair Play, Taekwondo

GİRİŞ

Fair Play, rakibe karşı galip gelmekten daha çok rakip ile oynanan oyundan haz almaya dayalı, hakça, dürüst oyun, kurallara uyumlu, rakibe saygılı olma, haksız avantajları kabul etmeme gibi kişiyi diğer bireylerden ayıran bazı özelliklerin farkına varılarak hareket edilmesi, rakibin kazanmış olduğu haksız dezavantajları kendine yönelik avantaja dönüştürmeme ve en önemlisi rakibin oyun içerisinde yakalamış olduğu başarıyı takdir etme duygusudur (Pehlivan, 2004 Akt; Teke, 2018: 15).

Spor içinde, eşitlik, disiplin, haz, hak, hukuk, barış, hoşgörü, sevgi ve saygı gibi insanın karakterine yakışan ve insanı diğer bireylerden ayıran özellikleri içinde barındırmasının dışından insan yaşantısında önemli bir yere sahip olan ve genelde daha ağır basan hüzün, keder, stres gibi yine insan yaşamında önemli olan kavramları içinde barındırdığı için bireylerin hayat mücadelelerini devam ettirdikleri sürece onların hayatlarını önemli ölçüde etkileyen bir kavram olarak varlığını devam ettirmektedir. Fair Play kavramının temelinde ise her şeyden önce insan onuruna gösterilen saygının varlığına vurgu yapılmış, spor dallarının her seviyesinde ve her çeşidinde daima hakkı gözeten ve oynanan oyunlarının dürüstçe

oynanması gerektiğini kendine bir ahlak ilkesi olarak edinen bir kavram olarak kendini bizlere kabul ettirmiştir (Pehlivan, 2004, Akt; Bozdemir, 2017: 51).

Taekwondo sınırsız bir mücadele ve yarışma gerektiren sporudur. Taekwondo'nun başlıca özelliği çıplak el ve ayaklarla rakibe karşı yapılan savunma ve hücum tekniklerini içine almasıdır. Ancak bu sporda bir rakiple dövüşmekten çok insanın kendisiyle mücadelesinin felsefi temeli yatmaktadır. Bu durum, düşünsel dengeyi ve vücut kontrolünün daha iyi gelişmesini sağlamanın bir yoludur (Çatıkkaş, 2003). Bireyin Taewondo'nun temel değerlerine dayanarak hedeflerini belirlemesi, amacına daha derin bir anlam yükler ve tutkuyla bağlılığı ve sürekliliği sağlar. Değerler, hedeflerin belirleneceği rotayı belirler. Taekwondo'nun doğasında başkalarına saygı, uyum, denge, maneviyat, kendini koruma gibi bir dizi temel değerler vardır. Bu değerler diğer Taekwondo sporcuları arasında sağlam bağlar kurulmasına yardımcı olur. Taekwondo'da ahlaki kültüre ağır bir vurgu yapılmaktadır, çünkü bu spor yalnızca sağlıklı bir vücudu ve keskin bir zihni değil, sportmenliği ve ahlaki davranışların mükemmelliğini de teşvik etmektedir. Sporcunun zihni ne kadar disiplinli yetiştirilirse, bilgi ve becerilerini kullanımı o kadar disiplinli ve etkili olacaktır. Eğitim sırasında öğrenci sürekli olarak zihinsel ve fiziksel disiplin geliştirmelidir. Ahlaki kültürle yetiştirilen bir bireyin karakteri ile Taekwondo eğitimi benzersiz bir şekilde bağlantılıdır. Bu bağlantı olmadan, eğitmenin öğrencilere yıkıcı bir güç kazandırmaktan suçlu olacağı açıktır. Bu şekilde sporcular oldukça kolay bir şekilde zorba olabilirler veya bu bilgileri kişisel hedeflerine ulaşmak için bir araç olarak kullanabilirler.

AMAÇ

Bu araştırmanın amacı, 18-25 yaş müsabık Türk Taekwondo sporcularının Fair Play algılarının incelenmesidir.

YÖNTEM

Araştırma tarama yöntemiyle gerçekleştirilmiş betimsel bir araştırmadır. Araştırmanın örneklem grubunu, 2021 yılı Mart ayında İstanbul ilinde düzenlenen 8. Uluslararası Türkiye Açık Taekwondo Turnuvası'na farklı kategorilerde yarışmacı olarak katılan 74'ü erkek, 41'i kadın toplam 115 müsabık Türk Taekwondo sporcusu oluşturmuştur. Araştırmada elde edilen veriler; kişisel bilgi formunun yanı sıra Vallerand ve ark, (1997) tarafından geliştirilmiş olan ve Balçıkanlı, (2010) tarafından Türkçeye uyarlanan "Çok Boyutlu Sportmenlik Yönelimi Ölçeği" kullanılarak online form aracılığıyla toplanmıştır. Ölçek 4 alt faktöre ve 20 maddeye sahiptir (Balçıkanlı, 2010). Verilerin analizinde SPSS paket program kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık derecesi ($p<0,05$) kabul edilmiştir. Veriler analiz edilmeden önce normallik sınaması Kolmogorov Smirrnov testi ile yapılmış, verilerin normal dağılım göstermediği belirlenmiştir. Bu doğrultuda non-parametrik test yöntemlerinden ikili karşılaştırmalar için Mann Whitney U Testi ve çoklu karşılaştırmalar için Kruskal Wallis H testi kullanılmıştır.

BULGULAR

Araştırma grubundan elde edilen bulgular aşağıdaki tablolarda sunulmuştur.

Tablo 1. Araştırma Grubunun Cinsiyet Değişkenine Göre Analiz Sonuçları

Fair- Play	Cinsiyet	N	Mean Rank	Z	p
Sosyal Normlara Uyum	Erkek	74	55,67	-1,307	,178
	Kadın	41	48,01		
Kurallara Ve Yönetime Saygı	Erkek	74	53,67	-,481	,613
	Kadın	41	51,59		
Sporda Sorumluluklara Bağlılık	Erkek	74	53,88	-,587	,601
	Kadın	41	51,22		
Rakibe Saygı	Erkek	74	54,72	-,854	,397
	Kadın	41	49,75		

Araştırma grubunun cinsiyet değişkenine göre Fair Play algılarının benzer özellikler gösterdiği saptanmıştır (p>0,05).

Tablo 2. Araştırma Grubunun Yaş Değişkenine Göre Analiz Sonuçları

Fair- Play	Yaş	N	Mean Rank	X^2	p
Sosyal Normlara Uyum	18-22	65	49,90	4,774	,214
	23-25	50	50,01		
Kurallara Ve Yönetime Saygı	18-22	65	55,13	3,178	,516
	23-25	50	58,17		
Sporda Sorumluluklara Bağlılık	18-22	65	55,19	3,650	,312
	23-25	50	53,22		
Rakibe Saygı	18-22	65	53,13	1,293	,635
	23-25	50	52,22		

Araştırma grubunun yaş değişkenine göre Fair Play algılarının benzer özellik gösterdiği saptanmıştır (p>0,05).

Tablo 3. Araştırma Grubunun Sporculuk Geçmişi Yılı Değişkenine Göre Analiz Sonuçları

Fair- Play	Sporculuk Geçmişi Yılı	N	Mean Rank	X^2	p	Fark U Test
Sosyal Normlara Uyum	1-2 yıl	25	52,13	1,193	,314	-
	3-4 yıl	37	54,40			
	5 yıl ve üzeri	53	49,52			
Kurallara ve Yönetime Saygı	1-2 yıl	25	53,43	,993	,516	-
	3-4 yıl	37	54,91			
	5 yıl ve üzeri	53	51,48			
Sporda Sorumluluklara Bağlılık	1-2 yıl	25	52,25	,798	,669	-
	3-4 yıl	37	54,56			
	5 yıl ve üzeri	53	53,74			
Rakibe Saygı	1-2 yıl	25	55,79	9,154	,009*	3>1,2
	3-4 yıl	37	53,02			
	5 yıl ve üzeri	53	59,85			

***p<0.05**

Araştırma grubunun sporculuk geçmişi yılı değişkenine göre Rakibe Saygı alt boyutunda 5 yıl ve üzeri sporculuk geçmişi olanlar lehine istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu saptanmıştır (p<0.05).

Tablo 5. Araştırma Grubunun Antrenör Tutumu Değişkenine Göre Analiz Sonuçları

Fair- Play	Müsabaka sırasında antrenörünüzün tutumu nasıldır?	N	Mean Rank	X^2	p	Fark U Test
Sosyal Normlara Uyum	1) öfkeli/ sinirli	20	49,29	14,653	,005*	4>1,2,3
	2) gergin/ endişeli	38	49,54			
	3) kayıtsız/ tepkisiz	15	52,15			
	4) anlayışlı/yapıcı	42	56,53			
Kurallara ve Yönetime Saygı	1) öfkeli/ sinirli	20	48,53	3,821	,456	-
	2) gergin/ endişeli	38	47,61			
	3) kayıtsız/ tepkisiz	15	48,35			
	4) anlayışlı/yapıcı	42	55,10			
Sporda Sorumluluklara Bağlılık	1) öfkeli/ sinirli	20	51,14	10,921	,021*	4>1,2,3
	2) gergin/ endişeli	38	50,52			
	3) kayıtsız/ tepkisiz	15	49,92			
	4) anlayışlı/yapıcı	42	55,24			
Rakibe Saygı	1) öfkeli/ sinirli	20	50,10	4,593	,420	-
	2) gergin/ endişeli	38	51,42			
	3) kayıtsız/ tepkisiz	15	52,17			

	4) anla-yışlı/yapıcı	42	56,43			

***p<0.05**

Araştırma grubunun antrenör tutumu değişkenine göre; sosyal normlara uyum ve sporda sorumluklara bağlılık alt boyutlarında müsabaka sırasında antrenörünün anlayışlı/ yapıcı tutum sergilediğini ifade edenler lehine istatistiksel açıdan anlamlı fark olduğu saptanmıştır ($p<0.05$).

SONUÇ

18-25 yaş müsabık Türk Taekwondo sporcuları üzerinde yürütülmüş olan bu çalışmada fair play algılarının ele alınan bazı değişkenler açısından nasıl şekillendiği belirlenmiştir. Bu yönde Taekwondo sporunda fair play kavramına dikkat çekilmek istenmiştir. Araştırma sonucunda, araştırmaya katılan Taekwondo sporcularının Fair Play algılarının cinsiyet ve yaş özelliklerine göre benzer yapıda olduğu, 5 yıl ve üzeri sporculuk geçmişi olanların rakiplerine daha saygılı oldukları, müsabaka sırasında antrenörünün anlayışlı/yapıcı tutum sergilediğini belirtmiş olanların sporda sorumluluklara daha fazla bağlı olmanın yanı sıra sosyal normlara da daha uyumlu oldukları sonucuna ulaşılmıştır.

KAYNAKÇA

Bozdemir, O. (2017). Basketbol Oynayan Farklı Eğitim Kademelerindeki Öğrencilerin Spor Ortamındaki Empati Becerileri İle Fair Play Davranışları Arasındaki İlişki. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Bilim Dalı Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi.

Çatıkkaş, F. (2003). Elit Taekwondocularda Müsabaka Puan Etkinlikleri İle Kan Laktat İlişkisinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, İzmir.

Pehlivan, Z. (2004). Fair Play Kavramının Geliştirilmesinde Okul Sporunun Yeri Ve Önemi. Spormetre Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi, 2(2), 49- 53.

Sezen-Balçıkanlı, G. (2009). *Profesyonel Futbolcuların Fair Play'e Yönelik Davranışları İle Empatik Eğilim Düzeyleri Arasındaki İlişki.* Yayınlanmamış Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Sezen-Balçıkanlı, G. (2010). Çok Boyutlu Sportmenlik Yönelimi Ölçeği'nin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi,15(1),1-10.

Teke, E. (2018). Sporcuların Kişilik Özelliklerinin Fair-Play Davranışına Etkisinin İncelenmesi. Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi.

Vallerand RJ, Briere NM, Blanchard C, Provencher P. (1997). Development and Validation of the Multidimensional Sportspersonship Orientations Scale. *Journal of Sport & Exercise Psychology.* 19(2) 197-206.

TÜRK FUTBOL TAKIMLARININ UEFA ORGANİZASYONLARINDAKİ PERFORMANSININ İNCELENMESİ

Erdal ARI[1], Necdet APAYDIN[1], Hacı Ahmet TAŞPINAR[1]

[1]Ordu Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Ordu / Türkiye

Öz: Bu çalışmanın amacı, 2004-2005 sezonundan itibaren UEFA organizasyonlarına katılan Türk futbol takımlarının performansının incelenmesidir. UEFA Avrupa Ligi'nde müsabakalar 2004-2005 sezonundan itibaren grup usulü ile oynanmaktadır. 2004-2005 sezonu ile 2020-2021 sezonu arasındaki 17 sezonda, UEFA Şampiyonlar Ligi ve Avrupa Ligi organizasyonlarına katılan Türk takımlarının müsabakalarındaki toplam ve maç başına atılan ve yenilen gol sayısı, müsabakalardaki galibiyet, mağlubiyet ve beraberlik sayısı incelenmiştir. UEFA organizasyonlarındaki başarı, üst tura yükselme ve grup sıralamalarının frekans değerleri olarak belirtildi. Veriler UEFA'nın resmi internet sayfasından kaydedilmiştir ve tanımlayıcı (ortalama, standart sapma ve minimum-maksimum) değerler ve frekans değerleri olarak sunulmuştur. Analiz sonuçlarına göre, 2004-2005 sezonundan itibaren, on farklı Türk futbol takımı UEFA organizasyonlarına katılmıştır. Şampiyonlar Ligi'ne katılan Türk takımları, iki kez son 16 takım turuna ve iki kez çeyrek finale yükselmişlerdir. Şampiyonlar Ligi grubunu üçüncü sırada bitiren ve Avrupa Ligi'ne devam eden Türk futbol takımları, dört kez son 32 takım turuna, bir kez de çeyrek finale yükselmişlerdir. Ayrıca, takımlar Avrupa Ligi'nde on kez son 32 takım turuna, beş kez son 16 takım turuna ve bir kez yarı finale yükselmiştir. Şampiyonlar Ligi grup aşamasında, takımlar grubu dokuz kez sonuncu, beş kez üçüncü, üç kez ikinci ve bir kez birinci olarak bitirmişlerdir. Avrupa Ligi gruplarında ise takımlar, grubu dokuz kez birinci, beş kez ikinci, yedi kez üçüncü, yedi kez de dördüncü olarak bitirmişlerdir. Galibiyet sayısı bakımından, en başarılı sezonun Şampiyonlar Ligi'nde 2007-2008 sezonu (7 galibiyet), Avrupa Ligi'nde ise 2016-2017 sezonu (11 galibiyet) olduğu belirlendi. Şampiyonlar Ligi'nde maç başına atılan gol sayısının Avrupa Ligi'nden daha düşük (0,98±0.44 gol, 1,28±0.19 gol, sırasıyla) ve maç başına yenilen gol sayısının (1,99±0,63 gol, 1,41±0,34 gol, sırasıyla) Avrupa Ligi'nden daha yüksek olduğu belirlendi. Turnuvaların kalite farklılığının bu bulgu üzerinde etkili olabileceği söylenebilir. Sonuç olarak, Türk futbol takımlarının UEFA organizasyonlarında başarı istikrarını sağlayamadıkları ifade edilebilir. Başarı istikrarının genç oyuncu gelişimi, rasyonel transfer politikası, profesyonel yönetim ve kurumsallaşma gibi hedeflere odaklanan uzun vadeli planlarla sağlanabileceği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: UEFA, Şampiyonlar Ligi, Avrupa Ligi, Futbol

GİRİŞ ve KURAMSAL ÇERÇEVE

UEFA'nın kulüp takımları düzeyinde düzenlediği 4 turnuva bulunmaktadır. Bu organizasyonlar, UEFA Şampiyonlar Ligi, UEFA Avrupa Ligi, UEFA Konferans Ligi ve UEFA Süper Kupası'dır. Süper Kupa haricinde diğer organizasyonlar, grup ve eleminasyon usulü müsabakalardan oluşmaktadır. UEFA Konferans Ligi ise 2021-2022 sezonu itibariyle oynanmaya başlamıştır. UEFA Şampiyonlar Ligi, UEFA'ya üye ülkelerin yerel liglerinde şampiyon ve ikinci olan takımların katılımıyla düzenlenen kulüpler düzeyindeki en üst organizasyondur. UEFA ülke sıralamasına göre, her ülkeden lig şampiyonu ve ikincisi olmak üzere 1 veya 2 takım turnuvaya katılmaktadır. UEFA Şampiyonlar Ligi'nin grup aşamasında, ön eleme turunu geçen ve direkt olarak turnuvaya katılan takımlardan oluşan toplam 32 takım, 8 grupta mücadele etmektedir. Grupları ilk 2 sırada bitiren takımlar son 16 turuna kalırken, 2021-2022 sezonu

öncesi statüde yapılan değişiklik ile grupları 3. sırada bitiren takımlar UEFA Avrupa Ligi'nde son 16 turuna kalmak için, UEFA Avrupa Ligi gruplarını 2. sırada bitiren takımlar ile play-off müsabakası oynamaktadır. UEFA Avrupa Ligi ise, kulüpler düzeyinde Avrupa'nın en büyük ikinci futbol turnuvasıdır. UEFA'nın verilerine göre, 2016/17 sezonunda UEFA Avrupa Ligi'nde mücadele eden kulüplere 400 milyon Euro'ya yakın para ödülü dağıtılmıştır (Krumer, 2020). UEFA Avrupa Ligi'nde, turnuvaya direkt katılım sağlayan takımların yanı sıra, ön eleme turunu geçen takımlar, ilk aşama olan grup aşamasında mücadele etmektedir. Grup aşamasında 32 takım toplam 8 grupta mücadele etmektedir. 2021-2022 sezonundan önce turnuva statüsünde yapılan değişiklik ile, gruplarını lider tamamlayan 8 takım son 16 turuna yükselmektedir. Gruplarını 2. sırada tamamlayan 8 takım ile Şampiyonlar Ligi gruplarında 3. olan 8 takım arasında oynanacak play-off müsabakaları sonucunda, 8 takım daha son 16 turuna yükselmektedir. UEFA'nın 2021-2022 sezonu itibariyle düzenlemeye başladığı Konferans Ligi'nde ise, 32 takım 8 grupta mücadele etmektedir. Grup birincileri direkt olarak son 16 turuna kalırken, gruplarını 2. sırada bitiren takımlar UEFA Avrupa Ligi'nde gruplarını 3. sırada tamamlayan takımlar ile son 16 turuna kalmak için play-off müsabakaları oynayacaktır. Play-off müsabakaları sonucunda 8 takım UEFA Konferens Ligi'nde son 16 turuna kalacaktır. Türk futbol takımları UEFA'nın düzenlemiş olduğu organizasyonlara, yerel ligdeki başarılarına göre katılım hakkı kazanmaktadır.

Takımların oynayacakları müsabakalara verimli bir hazırlık yapabilmeleri için, müsabaka analizini maksimum düzeyde kullanmaları gerekmektedir. Müsabaka analizi, futbol takımlarına kendilerinin ve rakiplerinin güçlü ve zayıf yönlerini analiz etme imkânı sağlamaktadır. Belirli kriterlere göre elde edilen objektif veriler ışığında yapılan müsabaka analizleri, müsabaka ile ilgili doğru karar vermede antrenörlere önemli katkılar sağlamaktadır (Leser, 2006; Göral ve Saygın, 2012). Futbol takımları, müsabaka analizlerinde teknolojik yeniliklerden yararlanmaya çalışmaktadır. Günümüzde birçok spor branşında yaygın olarak kullanılmakta olan müsabaka ve performans analizi, antrenörlerin ve sporcuların objektif verilerle çalışmalarına yardımcı olmaktadır (Carling, 2016; Carling ve ark., 2005). Yerel liglerin ve uluslararası turnuvaların analiz edilmesi, takımlara müsabaka performansları ile ilgili önemli veriler sağlayabilmektedir. Bu veriler, futbol takımlarının oynayacakları müsabakalara daha kapsamlı ve verimli bir hazırlık yapmalarına yardımcı olabilmektedir.

AMAÇ

Türk futbol takımlarının UEFA organizasyonlarındaki performansı, Türk futbolunun uluslararası düzeydeki başarısını da yansıtmaktadır. Bu nedenle, Türk futbol takımlarının UEFA organizasyonlarındaki performansının, müsabaka parametreleri ile ortaya konulması, Türk futbolunun başarı düzeyi hakkında bilgi verebilecektir. Bu çalışmada, UEFA'nın düzenlemiş olduğu Şampiyonlar Ligi ve Avrupa Ligi organizasyonlarına katılan Türk futbol takımlarının, 2004-2005 ile 2020-2021 sezonları arasında oynadıkları müsabakalardaki, gol sayısı ve müsabaka sonucu parametrelerinin değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

KAPSAM

UEFA Avrupa Ligi'nde son 32 turundan önceki müsabakalar, 2004-2005 sezonundan itibaren grup usulüne göre oynanmaya başlamıştır. Grup usulü ile kulüplerin daha fazla sayıda müsabaka oynamaları mümkün olmuştur. UEFA'nın kulüpler düzeyindeki en üst organizasyonu olan Şampiyonlar Ligi'nde ise, son 16 turundan önceki müsabakalar dörder takımdan oluşan gruplar halinde oynanmaktadır. Bu çalışma kapsamında, Avrupa Ligi'nde grup usulünün uygulanmaya başladığı 2004-2005 sezonundan

itibaren, Türk futbol takımlarının müsabaka parametreleri (atılan ve yenilen gol, galibiyet, beraberlik ve mağlubiyet sayıları) analiz edilmiştir.

YÖNTEM

Araştırma kapsamında, 2004-2005 ile 2020-2021 sezonları arasında (17 sezonda) UEFA'nın düzenlemiş olduğu Şampiyonlar Ligi ve Avrupa Ligi organizasyonlarına katılan 10 Türk futbol takımı analiz edildi. 17 sezon içerisinde her iki organizasyona da katılan 5, sadece Şampiyonlar Ligi'ne katılan 1 ve sadece Avrupa Ligi'ne katılan 4 takımın müsabaka sonuçları incelendi. Şampiyonlar Ligi'nde 120, Avrupa Ligi'nde 218 müsabaka olmak üzere, Türk takımları tarafından oynanan toplam 338 müsabakanın sonuçları belirlenen parametreler açısından değerlendirildi.

2004-2005 ile 2020-2021 sezonları arasında UEFA Şampiyonlar Ligi'ne ve Avrupa Ligi'ne katılan Türk futbol takımlarının oynamış olduğu müsabakalara ilişkin analiz parametreleri incelendi. Türk futbol takımlarının Şampiyonlar Ligi'nde oynadığı 120 ve Avrupa Ligi'nde oynadığı 218 müsabakadan oluşan toplam 338 müsabaka analiz edildi. Analiz kapsamında, oynanan müsabakalardaki atılan ve yenilen gol sayısı, maç başına atılan ve yenilen gol sayısı ile galibiyet, beraberlik ve mağlubiyet sayısı parametreleri incelendi. Analiz parametrelerine ilişkin değerler, UEFA'nın resmi internet sayfasında yer alan müsabaka arşivinden kaydedildi.

Veriler, SPSS istatistik paket programında analiz edildi (IBM V21.0, Armonk NY: IBM Corp.). Veri analizinde, tanımlayıcı istatistikler kullanıldı. Analiz verilerine ilişkin frekans değerleri ve tanımlayıcı değerler (ortalama, standart sapma, minimum ve maksimum değerler) belirlendi. Analiz edilen veriler, frekans ve tanımlayıcı istatistik tabloları şeklinde sunuldu.

BULGULAR:

Tablo 1. 2004-2005 ile 2020 -2021 Sezonları Arasında UEFA Organizasyonlarına Katılan Türk Futbol Takımları

UEFA Şampiyonlar Ligi (n=6)	**UEFA Avrupa Ligi (n=9)**
Fenerbahçe	Beşiktaş
Galatasaray	Fenerbahçe
Beşiktaş	Galatasaray
Bursaspor	Trabzonspor
Trabzonspor	Konyaspor
Başakşehir	Osmanlıspor
	Başakşehir
	Akhisarspor
	Sivasspor

Tablo 1. incelendiğinde, 2004-2005 ile 2020-2021 sezonları arasında 6 Türk futbol takımının UEFA Şampiyonlar Ligi'ne, 9 Türk futbol takımının ise UEFA Avrupa Ligi'ne katıldığı görülmektedir.

Tablo 2. 2004-2005 ile 2020-2021 Sezonları Arasında UEFA Organizasyonlarına Katılan Türk Futbol Takımlarının Grup Aşamasındaki Sıralamalarının Frekans Tablosu

Grup Sıralaması	UEFA Şampiyonlar Ligi	UEFA Avrupa Ligi
1.	1	9
2.	3	5
3.	5	7
4.	9	7

Tablo 2 incelendiğinde, Türk futbol takımlarının Şampiyonlar Ligi'nde sadece 1 kez, Avrupa Ligi'nde ise 9 kez gruplarını lider tamamladığı görülmektedir.

Tablo 3. 2004-2005 ile 2020-2021 Sezonları Arasında UEFA Organizasyonlarına Katılan Türk Futbol Takımlarının Turnuvalardaki Başarılarının Frekans Tablosu

	Seviye	Frekans
UEFA Avrupa Ligi	Son 32*	14
	Son 16	5
	Çeyrek Final**	1
	Yarı Final	1
UEFA Şampiyonlar Ligi	Son 16	2
	Çeyrek Final	2

*Şampiyonlar Ligi gruplarında 3. olarak Avrupa Ligi'ne devam eden takımlar 4 kez, Avrupa Ligi'ne katılan takımlar 10 kez son 32 turuna kalmışlardır.

** Şampiyonlar Ligi gruplarında 3. olarak Avrupa Ligi'nde devam eden takım.

Tablo 3'e göre, Türk futbol takımlarının Avrupa Ligi'nde birer kez çeyrek ve yarı finale yükseldiği, Şampiyonlar Ligi'nde ise 2 kez çeyrek finale yükseldiği görülmektedir.

Tablo 4. 2004-2005 ile 2020-2021 Sezonları Arasında UEFA Organizasyonlarına Katılan Türk Futbol Takımlarının Gol Sayısı ve Müsabaka Sonucu (Galibiyet, Beraberlik ve Mağlubiyet Sayısı) Parametrelerinin Tanımlayıcı Değerleri (n=17 Sezon)

Parametre	UEFA Şampiyonlar Ligi				UEFA Avrupa Ligi			
	X̄	SS	Min.	Maks.	X̄	SS	Min.	Maks.
Atılan Gol	7,18	4,68	1,00	19,00	15,88	7,73	5,00	34,00
Yenilen Gol	13,82	5,38	5,00	29,00	17,82	10,92	6,00	42,00
Maç Başına Atılan Gol	0,98	0,44	0,20	1,70	1,28	0,19	0,92	1,63
Maç Başına Yenilen Gol	1,99	0,63	0,80	3,20	1,41	0,34	0,81	1,91
Galibiyet	1,71	1,96	0,00	7,00	4,65	2,94	1,00	11,00
Mağlubiyet	3,71	1,49	1,00	7,00	5,24	3,78	1,00	14,00
Beraberlik	1,65	1,11	0,00	4,00	2,94	2,16	0,00	8,00

Tablo 4'te yer alan parametrelere ilişkin tanımlayıcı değerler incelendiğinde, Türk futbol takımlarının Şampiyonlar Ligi'nde maç başına atılan gol sayısının Avrupa Ligi'nden daha düşük, maç başına yenilen gol sayısının Avrupa Ligi'nden daha yüksek olduğu görülmektedir. Ayrıca, Avrupa Ligi'ne oranla Şampiyonlar Ligi'nde galibiyet sayısının daha düşük olduğu belirlenmiştir.

Tablo 5. UEFA Şampiyonlar Ligi'ne Katılan Türk Futbol Takımlarının Sezonlara Göre Gol, Galibiyet, Beraberlik ve Mağlubiyet Sayıları (n=17 Sezon)

Sezonlar	Oynanan Maç Sayısı	Atılan Gol	Yenilen Gol	Maç Başına Atılan Gol	Maç Başına Yenilen Gol	Galibiyet Sayısı	Mağlubiyet Sayısı	Beraberlik Sayısı
2004-2005	6	10	13	1,70	2,20	3	3	0
2005-2006	6	7	14	1,20	2,30	1	4	1

2006-2007	6	7	12	1,20	2,00	1	4	1
2007-2008	16	19	29	1,20	1,80	7	7	2
2008-2009	6	4	11	0,70	1,80	0	4	2
2009-2010	6	3	8	0,50	1,30	1	4	1
2010-2011	6	2	16	0,30	2,70	0	5	1
2011-2012	6	3	5	0,50	0,80	1	1	4
2012-2013	10	14	14	1,40	1,40	5	3	2
2013-2014	8	9	17	1,10	2,10	2	4	2
2014-2015	6	4	19	0,70	3,20	0	5	1
2015-2016	6	6	10	1,00	1,70	1	3	2
2016-2017	6	9	14	1,50	2,30	1	1	4
2017-2018	8	12	13	1,50	1,60	4	2	2
2018-2019	6	5	8	0,80	1,30	1	4	1
2019-2020	6	1	14	0,20	2,30	0	4	2
2020-2021	6	7	18	1,20	3,00	1	5	0

Şampiyonlar Ligi'ne katılan Türk takımları sezonlara göre değerlendirildiğinde, en fazla galibiyetin 2007-2008 sezonunda alındığı görülmektedir.

Tablo 6. UEFA Avrupa Ligi'ne Katılan Türk Futbol Takımlarının Sezonlara Göre Gol, Galibiyet, Beraberlik ve Mağlubiyet Sayıları (n=17 Sezon)

Sezonlar	Oynanan Maç Sayısı	Atılan Gol	Yenilen Gol	Maç Başına Atılan Gol	Maç Başına Yenilen Gol	Galibiyet Sayısı	Mağlubiyet Sayısı	Beraberlik Sayısı
2004-2005	6	8	10	1,33	1,67	1	4	1
2005-2006	4	5	6	1,30	1,50	1	1	2
2006-2007	10	14	16	1,40	1,60	2	5	3
2007-2008	6	7	10	1,17	1,67	1	3	2
2008-2009	8	11	8	1,38	1,00	4	2	2
2009-2010	16	24	13	1,50	0,81	9	4	3
2010-2011	8	10	14	1,25	1,75	4	3	1
2011-2012	12	18	20	1,50	1,67	5	7	0
2012-2013	14	18	12	1,29	0,86	8	2	4
2013-2014	8	13	10	1,63	1,25	4	2	2
2014-2015	18	22	22	1,22	1,22	7	7	4
2015-2016	18	21	21	1,17	1,17	6	4	8
2016-2017	28	34	37	1,21	1,32	11	11	6
2017-2018	12	11	14	0,92	1,17	3	4	5
2018-2019	22	23	37	1,05	1,68	5	12	5
2019-2020	22	22	42	1,00	1,91	6	14	2
2020-2021	6	9	11	1,50	1,80	2	4	0

UEFA Avrupa Ligi'ne katılan Türk takımlarının, en fazla galibiyet sayısına 2016-2017 sezonunda ulaştıkları görülmektedir.

SONUÇ

UEFA organizasyonlarındaki başarı açısından değerlendirildiğinde, Türk futbol takımlarının UEFA Şampiyonlar Ligi'nde ikişer kez son 16 turuna ve çeyrek finale yükseldiği, UEFA Avrupa Ligi'nde ise birer kez çeyrek ve yarı finale yükseldiği görülmektedir. Bununla beraber, Türk futbol takımları UEFA Şampiyonlar Ligi gruplarından yalnızca 1 kez lider olarak üst tura çıkarken, UEFA Avrupa Ligi grup-

larından ise 9 kez lider olarak üst tura yükselmiştir. 17 sezonluk periyot değerlendirildiğinde, Türk futbol takımlarının turnuva performanslarında, istikrar olmadığı görülmektedir. Türk futbol takımlarının UEFA Avrupa Ligi'nde daha başarılı bir performans ortaya koyduğu belirlenmiştir. UEFA Şampiyonlar Ligi kalite ve prestij olarak, UEFA'nın kulüpler düzeyinde düzenlemiş olduğu en üst düzey organizasyondur. Bu nedenle, UEFA Şampiyonlar Ligi'nde elde edilen başarı, futbol kulüplerinin Avrupa futbolundaki başarı düzeyini yansıtmaktadır. UEFA Avrupa Ligi ise, kalite ve prestij olarak Şampiyonlar Ligi'nin ardından gelen ikinci sıradaki turnuvadır. Bu bakımdan, Türk futbol takımlarının UEFA Avrupa Ligi'nde daha başarılı olmalarına rağmen, Şampiyonlar Ligi'nde başarı istikrarını sağlayamadığı ve dönemsel başarılar elde ettiği ifade edilebilir.

Türk futbol takımlarının UEFA organizasyonlarında en başarılı oldukları sezonların, 2007-2008 ve 2016-2017 sezonları olduğu belirlenmiştir. Türk futbolu açısından değerlendirildiğinde, Türk milli futbol takımının 2008 ve 2016 yıllarında UEFA tarafından milli takımlar düzeyinde düzenlenen Avrupa Futbol Şampiyonası'na katılım hakkı kazandığı görülmektedir. Bu bakımdan, Türk futbol takımlarının ilgili sezonlarda UEFA organizasyonlarında elde ettikleri başarıların, milli takım düzeyinde elde edilen başarılara da yansıdığı ifade edilebilir. Bu sonuç üzerinde, Türk futbol takımlarındaki Türk oyuncu kalitesinin ve sayısının etkili olabileceği ve bunun milli takım başarısına da yansımış olabileceği söylenebilir.

Mülazımoğlu ve ark. (2020)'nın UEFA Şampiyonlar Ligi'nde 2017-2018 sezonunu çeşitli parametrelere göre incelediği çalışmada, turnuvada toplam 96 maçın oynandığı ve bu müsabakalarda toplam 306 golün atıldığı belirlenmiştir. Çalışmamızın bulguları, 2017-2018 sezonunda UEFA Şampiyonlar Ligi'ne katılan Türk futbol takımının toplam 12 gol attığını göstermektedir. Atılan 12 golün, 2017-2018 sezonunda organizasyonda atılan toplam gol sayısının % 3.92'sini oluşturduğu saptanmıştır. De Faria ve arkadaşları (2020) UEFA Şampiyonlar Ligi'nin 2015-2016 sezonunda 345, 2016-2017 sezonunda ise 379 golün atıldığını belirlemişlerdir. Çalışmamızda, 2015-2016 sezonunda UEFA Şampiyonlar Ligi'ne katılan Türk futbol takımının oynadığı 6 maçta attığı 6 golün, organizasyonda atılan toplam 345 golün % 1.73'ünü oluşturduğu görülmektedir. 2016-2017 sezonunda ise UEFA Şampiyonlar Ligi'ne katılan Türk futbol takımının, oynadığı 6 maçta attığı 9 golün, organizasyonda atılan toplam 379 golün % 2.37'sini oluşturduğu tespit edilmiştir.

Sonuç olarak, UEFA organizasyonlarına katılan Türk futbol takımlarının, istikrarlı bir performans sergileyemedikleri ve dönemsel başarılar elde ettikleri görülmektedir. Türk futbol takımlarının uluslararası organizasyonlarda istikrarlı bir performans ortaya koyabilmeleri için, kurumsallaşmayı ön planda tutan, profesyonel ve rasyonel bir yönetim şeklini benimseyen ve genç oyuncu gelişimine yatırım yapan bir kulüp yapısına sahip olmaları gerektiği ifade edilebilir.

KAYNAKÇA

Carling, C., Williams, A.M., Reilly, T. (2005). Handbook of Soccer Match Analysis. 1nd Ed. USA and Canada: Routledge Printing House.

Carling, C. (2016). Match Evaluation: Systems and Tools. Match Performance and Analysis. Soccer Science. Ed.:Strudwick T. ABD: Human Kinetics.

De Faria, M. V., Fernandes, B. L., De Souza, A., De Oliveira Silva, J. A. (2020). Analysis of the temporal occurrence of goals in Champions League matches between the 2015/2016, 2016/2017, 2017/2018 seasons. *RBFF-Revista Brasileira de Futsal e Futebol*, 12(47), 115-121.

Göral, K., Saygın, Ö. (2012). Birinci ligde yer alan bir futbol takımının sezon performansının incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 9(2), 1017-1031.

Krumer, A. (2020). Testing the effect of kick-off time in the UEFA Europe League. *European Sport Management Quarterly*, 20(2), 225-238.

Leser, R. (2006). Applied video and game analysis in professional soccer. In Proceedings of the 7th World Congress of Performance Analysis of Sport. Szombathely, Hungary.

Mülazımoğlu, O., Zengin, Y.E., Kartoğlan, A. (2020). The Process between the Initiation of an Attack and Scoring Touch in the UEFA Champions League. *Ambient Science,* 7(Sp1):380-384.

SPORA YÖNELİK TUTUMUN FARKLI BRANŞLARDAKİ ÖĞRETMENLERE GÖRE DEĞERLENDİRİLMESİ: KAHRAMANMARAŞ İLİ ÖRNEĞİ

Tamer KARADEMİR[1], Cemil AKSOY[1], Cengizhan PAKYARDIM[2]

[1]Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Kahramanmaraş / Türkiye
[2]Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kahramanmaraş / Türkiye

Öz: Eğitimde önemli bir role sahip olan öğretmenlerin spora yönelik tutumları sporun toplumda yaygınlaştırılması bakımından oldukça önemli görülmektedir. Bu bağlamda araştırmada çeşitli branşlarda görev yapan öğretmenlerin spora yönelik tutumlarının farklı değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma tarama yöntemiyle gerçekleştirilmiş betimsel bir araştırmadır. Araştırmanın örneklemini; Kahramanmaraş ili merkezinden rastgele seçilmiş olan liselerde çeşitli branşlarda görev yapan 92'si erkek 48'i kadın olmak üzere toplamda araştırmaya katılmaya gönüllü 140 öğretmen oluşturmuştur. Araştırmada veri toplama aracı olarak, kişisel bilgi formunun yanı sıra, Şentürk (2014) tarafından geliştirilmiş olan 25 maddelik "Spora Yönelik Tutum Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmada veriler 2020- 2021 eğitim öğretim yılında online form aracılığıyla toplanmıştır. Veriler analiz edilmeden önce normallik sınaması Kolmogorov Smirnov testi ile yapılmış ve verilerin normal dağılmadığı görülmüştür. Bu doğrultuda ikili karşılaştırmalar için Mann-Whitney U ve çoklu karşılaştırmalar için Kruskal Wallis H testleri kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen bulgular, araştırmaya katılan öğretmenlerin spora yönelik tutumlarında, cinsiyet, medeni durum ve spor yapma durumuna göre istatistiksel açıdan anlamlı fark olduğunu, yaş ve mesleki tecrübe değişkenleri açısından yapılan analiz sonucunda ise spora yönelik tutumlarında istatistiksel açıdan anlamlı derecede farklılık görülmediğini ortaya koymuştur. Kahramanmaraş ili örnekleminde farklı branşlarda görev yapan öğretmenlerin spora yönelik tutumlarının farklı değişkenler açısından incelendiği bu araştırmanın sonuçları, araştırmaya katılan öğretmenlerin spora yönelik tutumlarının erkek, spor yapan ve bekar olan öğretmenler lehine istatistiksel açıdan anlamlı derecede farklılaştığını göstermiştir.

Anahtar Kelimeler: *Spor, Öğretmen, Spora Yönelik Tutum*

GİRİŞ ve AMAÇ

Spor, iç ve dış etkenlerle motive edilmiş kişilerin karmaşık bir yapıda olanfiziksel becerilerinin kullanılmasını ya da fiziksel çaba gerektiren rekabete dayalı bir aktivitedir (Coakley,1986). İsteğe bağlı olarak gerçekleştirilen spor, kabul edilen değerler ve normların izlerinin görüldüğü fiziksel hareketler bütünüdür (Voigt, 1998). Spor, kişinin ruh ve beden sağlığının iyileştirilmesini, belirli kurallar dâhilinde rekabete dayananmücadeleyi, heyecanı, yarışmayı ve üstün gelmeyi amaç edinen başarı gücünün arttırılmasına yönelik bireysel açıdan zirveye ulaşması için gereken çabayı göstermektir (Aracı, 1999).

Tutum genel olarak sosyal bilimler alanında incelenen, özel olarak da psikoloji ve sosyoloji alanında incelenen bir kavramdır. Bu kavramın birçok alanda farklı tanımları bulunmaktadır. Tutum kavramı genelde, davranışa yön veren duyumsal ve zihinsel bir süreçtir. Kişinin düşüncelerine yön veren ve hedeflerini belirleyen değerler toplamı olarak ifade edilebilmektedir. Bazı araştırmacılar bilişsel ve duygusal faktörlerin önemsendiği bir tanımı benimserken bazı araştırmacılar ise sadece duygusal yönünü ön plana çıkarmıştır. Böylece inanç, davranış ve duygular arasındaki ilişkilerin araştırılması hususunda bütün teorisyenler aynı görüşe hâkimdir (Atkinson, 1999).

Sporun birleştirici ve sosyalleştirici unsuru ile toplumda spor algısı ve buna karşı geliştirilen tutum derecesinde doğru orantılı olarak artmaktadır. Toplumda sporun genelleştirilmesi ve yaygınlaştırılması sporu fertler arasında ve nesillere kültürel bir unsur olarak aktarmakla düzenli spor alışkanlığı edinmek yakından ilgilidir. Spor aktivitelerine katılım sağlamak genç neslin sağlıklı gelişimine olumlu katkılar sağlamasının dışında sosyal ve duygusal gelişimine de olumlu etkiler sağlamaktadır (Marquis ve Baker, 2015).

Amerikan Ulusal Beden Eğitimi ve Spor Birliği'ne (NASPE) göre spor eğitimi dersinin öncelikli hedefi bireylerin pozitif tutumlar geliştirmesine katkıda bulunmak ve yaşam boyu edinilecek bir fiziksel aktivite alışkanlığı kazandırmaktır. Bu nedenle tutumun, motivasyon ve davranış üçgenini etkileyen en önemli unsurlardan biri olduğu, sporunda bunu tetikleyen ve ivme kazandıran en önemli unsurlardan olduğu söylenebilmektedir (Naspe, 1995).

Sağlıklı yaşam ve mutluluk, daha etkili olabilmek adına bedenen sahip olmak zorunda olduğumuz özellikleri ve alışkanlıkları kazanmaktır. Eğitilmiş kişi düşünen kişidir. Bu beden eğitimi ve spor görmüş kişi içinde geçerlidir Bilim, henüz düşünce kavramına yalnızca zihinsel bir olgu değil, tüm vücudu içine alan bir olgu halinde incelemektedir. Ruhsal ve zihinsel yönü de buna bağlı olarak gelişir. Öğretmen çocuğun gelişimi sırasında çevresinden aldığı öznellikleri öncelikle ve özen göstererek incelemelidir. Onun sağlıklı olması, çalışmalara istek duyması ve çalışmalardan zevk alabilmesi, olumlu bir eğitim için gereklidir. Bu amaçla kişilik;zekâ, karakter ve beden yapısının bir bilesimi olarak düşünülmelidir (Yetim, 2006; Yavaş ve İlhan, 1996). Toplumda sporun yaygınlaştırılması eğitim ilk basamağından itibaren öğretmenlere çeşitli sorumluluklar düşmektedir. Bu noktada öncelikle öğretmenlerin spora yönelik tutumlarının değerlendirilmesi önem arz etmektedir. Bu bağlamda araştırmada spora yönelik tutumun farklı branşlardaki öğretmenlere göre değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

MATERYAL ve YÖNTEM

Bu çalışma, betimsel bir araştırmadır. Kahramanmaraş ili merkezinden rastgele seçilmiş olan liselerde çeşitli branşlarda görev yapan 92'si erkek 48'i kadın olmak üzere toplamda araştırmaya katılmaya gönüllü 140 öğretmen oluşturmuştur. Örneklemin seçiminde rastgele örnekleme yöntemlerinden birisi olan basit tesadüfi örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Araştırmada veri toplama amacıyla anket yöntemi kullanılmıştır. Anket iki bölümden oluşmuştur. Birinci bölümde 7 sorudan oluşan demografik bilgiler yer almaktadır. İkinci bölümde ise 25 sorudan oluşan Spora Yönelik Tutum Ölçeği (SYTÖ) bulunmaktadır. Şentürk (2015) tarafından geliştirilen geçerlik ve güvenilirlik analizlerinin yapıldığı 25 maddelik beşli likert ölçeği kullanılmıştır. "Spora Yönelik Tutum " ölçeği 5'li likert olarak kurgulanan 25 maddeden oluşmaktadır. Ölçekten alınabilecek minimum puan 25 ve maksimum puan 125'tir. Puanın yüksekliği, spora yönelik tutumun yüksekliğini, puanın düşüklüğü ise, spora yönelik tutumun düşüklüğünü ifade etmektedir (9). Araştırmaada kullanılan testler; demografik özelliklerin bulunması için frekans analizi, normallik durumunun tespiti için Kolmogorov- Smirnov normallik testi, farklılık analizleri için ise Mann-Whitney U ve Kruskal Wallis-H testleridir. Mann Whitney- U ve Kruskal Wallis- H testlerinin kullanılmasının nedeni verilerin normal dağılıma sahip olmadıkları (non-parametrik) sonucunun bulunmuş olmasıdır.

BULGULAR

Araştırma grubundan elde edilen bulgular tablolaştırılarak aşağıda sunulmuştur.

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Bulguları

Demografik Özellik	Değişken	N	%
Cinsiyet	Erkek	92	**65,7**
	Kadın	48	**34,3**
	Toplam	140	**100**
Medeni Durum	Evli	121	**86,4**
	Bekâr	19	**13,6**
	Toplam	140	**100**
Yaş	20 – 25 yaş	14	**10,0**
	26 – 30 yaş	27	**19,3**
	31 – 40 yaş	43	**30,7**
	41 ve üzeri yaş	56	**40,0**
	Toplam	140	**100**
Meslekte ÇalışmaYılı	1 – 5 yıl	27	**19,3**
	6 – 10 yıl	56	**40,0**
	11 – 15 yıl	35	**25,0**
	16 – 20 yıl	22	**15,7**
	Toplam	140	**100**
Eğitim Durumu	Lisans	124	**88,6**
	Lisansüstü	16	**11,4**
	Toplam	140	**100**
Spor yapma durumu	Evet	62	**44,3**
	Hayır	78	**55,7**
	Toplam	**140**	**100**

Spora Yönelik Tutum Ölçeği Bulgularının Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi

Araştırmaya katılan öğretmenlerin spora yönelik tutumları; yaş, cinsiyet, medeni durum, spor yapma durumu, mesleki kıdem, eğitim durumu ve öğretmenlik branşı olmak üzere 7 farklı bağımsız değişkene bağlı olarak analiz edilmiştir. Analiz sonuçlarına aşağıda yer verilmiştir.

Tablo 2. Araştırma Grubunun Cinsiyet Değişkenine Göre İstatistiksel Analiz Sonuçları

Spora Yönelik Tutum	Cinsiyet	N	Sıra Ort.	Z	p
SYTÖ Toplam	Erkek	92	79,35	-4,454	,001*
	Kadın	48	65,56		

Tablo 2'de araştırma grubunun cinsiyet değişkeni açısından SYTÖ toplam boyutundan elde ettikleri puanların karşılaştırması verilmektedir. Cinsiyete göre farklılık olup olmadığının belirlenmesi için Mann Whitney U Testi uygulanmış ve farkın istatistiksel açıdan anlamlı olduğu belirlenmiştir. Buna göre erkekler öğretmenler lehine anlamlı farkın oluştuğu görülmüştür ($p<0.05$).

Tablo 3. Araştırma Grubunun Medeni Durum Değişkenine Göre İstatistiksel Analiz Sonuçları

Spora Yönelik Tutum	Medeni Durum	N	Sıra Ort.	Z	p
SYTÖ Toplam	Evli	121	69,17	-3,136	,008*
	Bekar	19	78,13		

Tablo 3'te araştırma grubunun medeni durum değişkeni açısından SYTÖ toplam boyutundan elde ettikleri puanların karşılaştırması verilmektedir. Medeni duruma göre farklılık olup olmadığının belirlenmesi için Mann Whitney U Testi uygulanmıştır. Buna göre yapılan analiz sonucunda bekarlar lehine istatistiksel açıdan anlamlı farklılığa rastlanmıştır ($p<0.05$).

Tablo 4. Araştırma Grubunun Spor Yapma Değişkenine Göre İstatistiksel Analiz Sonuçları

Spora Yönelik Tutum	Spor yapıyor musunuz?	N	Sıra Ort.	Z	p
SYTÖ Toplam	Evet	62	81,64	-4,101	,002*
	Hayır	78	73,27		

*p<0.05

Tablo 4'te araştırma grubunun spor yapma değişkeni açısından SYTÖ toplam boyutundan elde ettikleri puanların karşılaştırması verilmektedir. Spor yapma durumuna göre farklılık olup olmadığının belirlenmesi için Mann Whitney U Testi uygulanmıştır. Buna göre yapılan analiz sonucunda; spor yaptığını belirtmiş olanlar lehine anlamlı farkın olduğu görülmüştür ($p<0.0.5$).

Tablo 5. Araştırma Grubunun Yaş Değişkenine Göre İstatistiksel Analiz Sonuçları

Spora Yönelik Tutum	Yaş Aralığı	N	Sıra Ort.	X^2	p
SYTÖ Toplam	20-25	14	71,56	5,314	,196
	26-30	27	72,18		
	31-40	43	69,96		
	41 ve üzeri	56	70,78		

Tablo 5'de araştırma grubunun yaş değişkeni açısından SYTÖ toplam boyutundan elde ettikleri puanların karşılaştırması verilmektedir. Araştırma grubunun yaşa göre spora yönelik tutum ölçeği toplam boyutundan elde ettikleri puanların karşılaştırılması için Kruskal Wallis H Testi uygulanmıştır. Yaşa bağlı olarak yapılan analiz sonucunda; istatistiksel açıdan anlamlı farklılığa rastlanmamıştır (p>0.05).

Tablo 6. Araştırma Grubunun Mesleki Tecrübe Değişkenine Göre İstatistiksel Analiz Sonuçları

Spora Yönelim Tutum	Mesleki Tecrübe (Yıl)	N	Sıra Ort.	X^2	p
SYTÖ Toplam	1-5 yıl	27	71,85	5,761	,151
	6-10 yıl	56	69,65		
	11-15 yıl	35	72,13		
	16-20 yıl	22	68,93		

Tablo 6'da araştırma grubunun mesleki tecrübe değişkeni açısından SYTÖ toplam boyutundan elde ettikleri puanların karşılaştırması verilmektedir. Araştırma grubunun mesleki tecrübe değişkeni açısından spora yönelik tutum ölçeği toplam boyutundan elde ettikleri puanların karşılaştırılması içinKruskal Wallis Testi uygulanmıştır. Mesleki tecrübeye olarak yapılan analiz sonucunda; istatistiksel açıdan anlamlı farklılığa rastlanmamıştır (p>0.05).

SONUÇ

Bu çalışmada spora yönelik tutumlar farklı branş öğretmenlerinin yaş, cinsiyet, medeni durum, mesleki tecrübe ve spor yapma özelliklerine göre değerlendirilmiştir. Araştırma sonucunda, araştırmaya katılan öğretmenlerin spora yönelik tutum ölçeğinin geneline ilişkin sıra ortalamaları ile yaş değişkeni incelendiğinde; spora yönelik tutum ölçeği toplam boyutu ile yaş değişkeni arasındaki farkın istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı tespit edilmiştir. Buna göre farklı yaş gruplarının spora yönelik tutumu geneldüzeyinin aynı seviyede olduğu anlaşılmaktadır. Budurum tespiti; günümüzde spora katılımın her yaş için istenilen ve beklenen düzeydeolmadığı dolayısıyla da spora yönelik tutumun değişmemesiyle izah edilebilir. Araştırmada, spora yönelik tutum noktasında kadın ve erkek öğretmenler arasında farklılık olduğu, erkeklerin spora yönelik genel tutumu kadınlardan anlamlı derecede daha yüksek olduğu bulunmuştur. Araştırmaya katılan öğretmenlerin spora yönelik tutum ölçeği geneline ilişkin sıra ortalamaları ile medeni durum değişkeni incelendiğinde; bekar öğretmenler lehine farkın istatistiksel açıdan anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Bekârların spora ilgi duyma düzeyinin evlilerden anlamlı derecede daha yüksek olduğu görülmüştür. Buna göre, bekârların kendilerine daha fazla zaman ayırabildikleri, bu zaman içerisinde de spora olan katılımlarının daha fazla olabileceği ve spora dair tutumlarındaki algıların olumlu yönde

gelişmiş olabileceği düşünülmektedir. Araştırma grubunun spora yönelik tutumları spor yapma değişkeni açısından incelendiğinde, spor yaptığını belirtmiş olanlar lehine anlamlı farkın olduğu görülmüştür. Buna göre spor yapanların yapmayanlara göre spora yönelik tutumları yüksek bulunmuştur. Bu durumun nedeninin; aktif olarak spora katılan bireylerde sporun vücuda olan etkilerine dair farkındalığın daha yüksek düzeydeoluşmuş olması ve bu farkındalığın da tutumu geliştirmesinden ötürü olduğu düşünülebilir. Araştırma grubunun eğitim durumu değişkeni açısından SYTÖ toplam boyutundan elde ettikleri puanların karşılaştırmasına bakıldığında eğitim durumuna göre farklılık olup olmadığının belirlenmesi için yapılmış olan test sonucunda istatistiksel açıdan anlamlı farklılığa rastlanmamıştır. Bu doğrultuda bu araştırmada eğitim durumu spora yönelik tutum açısından anlamlı bir farklılık oluşturmayan bir faktör olarak görülmüştür. Ayrıca, mesleki tecrübeye bağlı olarak spora yönelik tutum anlamlı farklılık göstermemiştir.

KAYNAKÇA

Aracı H. Okullarda Beden Eğitimi, Bağırgan Yayın Evi, Ankara, 1999 ss.13.

Atkinson LR, Atkinson CR, Smith EE, Bem JD, Hoeksema-Nolen S. Psikolojiye Giriş, (Çev. Y. Alogan) Arkadaş Yayınları, Ankara, 1999.

Coakley JJ, Sport in society, Issues and Controversies, Collage Publishing,Santa Clara, 1986 ss.17.

Marquis WA, Baker BL. Sport participation of children with or without developmental delay: prediction from child and family factors. Res. Dev. Disabil 2015; 37: 45-54.

Naspe, Moving into the future national physical education standards: a guideto content and assessment, 1995. Erişim adresi,https://www.peacefulplaygrounds.com. Boston Erişim tarihi: 10.08.2021.

Şentürk, H. E. (2015). Sportif tutum ölçeği: geliştirilmesi, geçerliliği ve güvenirliği. CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 7(2) 8-18.

Voigt D. Spor sosyolojisi, Çev. Ayşe Atalay, İstanbul, 1998.

Yavaş M, İlhan A, Beden Eğitimi ve sporda özel öğretim yöntemleri, Melisa Matbaacılık, 1996.

Yetim AA, Sosyoloji ve spor, Morpa Kültür Yayınları, İstanbul, 2006, ss.112.

MUTLULUK İÇİN DANS ET: DANSA KARŞI TUTUM VE MUTLULUK ARASINDAKİ İLİŞKİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

Ayşe DEMİR

İstanbul Ayvansaray Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul / Türkiye

Öz: Bu çalışmanın amacı; dans eğitimi alan bireylerin dansa yönelik tutum ve mutluluk düzeyi ilişkisinin belirlenmesidir. Araştırmaya, İstanbul Esta Dans Akademide çeşitli alanlarda dans eğitimi alan 56'sı (%72,7) kadın ve 21'i (%27,3) erkek olmak üzere toplam 77 birey gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada veri toplama araçları olarak; birinci bölümde bireylerin demografik bilgilerini tanımlamaya yönelik oluşturulan kişisel bilgi formu, ikinci bölümde 39 madde ve 3 alt boyuttan oluşan "Dansa Yönelik Tutum Ölçeği" son bölümde ise 5 madde ve tek alt boyuttan oluşan "Oxford Mutluluk Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmanın veri analizinde; demografik bilgilerin dağılımı frekans analizi, dansa yönelik tutum ölçeği ve mutluluk ölçeklerinin demografik bilgilere göre değişimi bağımsız gruplarda t testi ve tek yönlü varyans analizi ile incelenmiştir. Dansa karşı tutum ölçeği ile mutluluk ölçeği arasındaki ilişkinin belirlenmesi amacıyla korelasyon analizi yapılmış ve pearson korelasyon katsayısı elde edilmiştir. Çalışmada kullanılan ölçeklerin güvenilirlik düzeyinin belirlenmesi için güvenilirlik analizi yapılmış olup analizler %95 güven düzeyinde SPSS 20.0 yazılımı ile yapılmıştır. Araştırma sonucunda; dansa yönelik tutum ölçeğinin alt boyutları motivasyon ve farkındalık cinsiyet ile anlamlı farklılık gösterirken, kaçınma alt boyutu göstermemiştir. Motivasyon alt boyutu ile diğer demografik özellikler arasında anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Kadınların farkındalık ve motivasyon düzeyinin erkeklerden daha yüksek olduğu görülmüştür. Mutluluk ölçeğinde ise demografik özellikler arasında anlamlı bir farklılık olmadığı yalnızca haftalık dans etme süresine göre anlamlı farklılık göstermiştir. Daha uzun süre dans edenlerin daha mutlu olduğu yani dans süresi arttıkça mutluluğun arttığı söylenebilmektedir. Çalışmada dansa karşı tutum ölçeği ile mutluluk arasındaki ilişkiye bakıldığında ise iki değişken arasında herhangi bir ilişki olmadığı sonucuna varılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Dans, Mutluluk, Dans Akademisi

GİRİŞ ve KURAMSAL ÇERÇEVE

İnsanlık tarihi boyunca en etkili iletişim aracı olan dans, beden dilinin en etkili şekilde ortaya yansıtıldığı bir sanat dalıdır (Öztürk & Güntay, 2017). Dans, geçmişten günümüze kadar bütün toplumlarda önemli bir yere sahip olmuştur, bazen bir inancı bir ibadeti ya da simgeyi temsil ederken bazen de sanatsal açıdan toplumda her zaman önemli bir yere sahip olmuştur. Modernleşme ve toplumların birbiri ile tanışması ile alt kültüre özgü birçok dansların ortaya çıkmasına neden olmuştur. Günümüzde internetin ve teknolojinin ilerlemesi ile beraber dans popülerliğini daha da arttıran ve insanlar arasında sosyalleşme açısından da önemli bir yere sahip olmuş ve insanların dans kurslarına talepleri de artmıştır.

Mutluluk, aile, sağlık, içinde bulunulan çevre, uğraş alanı, sağlık ve gelir durumu gibi birçok etmenler ile örtüşmektedir. Bu etmenler yaşam kalitesini belirlemekle birlikte mutluluk düzeylerini de etkilemektedir (Akın & Şentürk, 2012).

Bireylerin günlük yaşamlarında karşılaştıkları stres hem gelecek hedeflerini hem de duygusal çöküntüye de sebebiyet vermektedir. Bundan dolayı bireylerin yaşamlarındaki olumsuzluklardan uzaklaşması için duygusal ve ruhsal olarak tatmin olma ihtiyacı hissederler. Birçok rekreasyonel etkinliklere katılmak da

bireylerin bu ihtiyaçlarını karşılamaya ve bireyin karşılaştığı olumsuzluklardan uzaklaşmasına dolayısıyla bireyin mutlu olmasında da önemli bir yere sahiptir (Güngörmüş, 2007).

Bireyler serbest zaman dilimlerinde farklı faktörlere bağlı olarak birçok aktivitelere katılır ve bunun sonucunda da istediği doyuma ulaşarak mutlu olur. Bu bağlamda dans kursları ve çeşitli dans kategorilerinin oluşması da bireylerin bu aktivitelere katılmasına ve mutlu olmasına katkı sağlamaktadır.

AMAÇ

Bu çalışmanın amacı; Dans eğitimi alan bireylerin dansa yönelik tutum ve mutluluk düzeyi ilişkisinin belirlenmesidir. Ayrıca bireylerin çeşitli demografik değişkenleri ile ölçme araçları ortalama puanlarının karşılaştırılması sonucunda oluşacak fark ve ilişkilerin de ortaya konulması araştırmanın diğer bir amacıdır.

KAPSAM

Çalışmanın evrenini İstanbul Esta Dans Akademide çeşitli alanlarda dans eğitimi alan bireyler oluştururken örneklemi ise Esta Dans Akademiden gönüllü olarak bu çalışmaya katılım sağlayan 56'sı kadın ve 21'i erkek olmak üzere toplam 77 kişiden oluşmaktadır.

YÖNTEM

Bu çalışma, tarama modelinde betimsel bir araştırmadır. Tarama modelleri; geçmişte ya da günümüzde var olan bir durumu olduğu gibi betimlemeyei amaçlayan araştırma yaklaşımlarıdır (Karasar, 2016)

Araştırmada kullanılan veri toplama araçları, birinci bölümde İstanbul Esta Dans Akademiden dans eğitimi alan bireylerin demografik bilgilerini tanımlamaya yönelik oluşturulan kişisel bilgi formu, ikinci bölümde 39 madde ve 3 alt boyuttan oluşan "Dansa Yönelik Tutum Ölçeği" kullanılırken son bölümde ise 5 madde ve tek alt boyuttan oluşan "Oxford Mutluluk Ölçeği" kullanılmıştır.

İstanbul Esta Dans Akademi yöneticilerinden ilgili izinler alındıktan sonra anket formu bu dans akademisi üyelerine çevrimiçi anket formu oluşturularak mail ya da çeşitli online platformlardan gönüllü olarak katılım sağlanmıştır.

Demografik bilgilerin dağılımı frekans analizi, dansa yönelik tutum ölçeği ve mutluluk ölçeklerinin demografik bilgilere göre değişimi bağımsız gruplarda t testi ve tek yönlü varyans analizi ile incelenmiştir. Dansa karşı tutum ölçeği ile mutluluk ölçeği arasındaki ilişkinin belirlenmesi amacıyla korelasyon analizi yapılmış ve pearson korelasyon katsayısı elde edilmiştir. Çalışmada kullanılan ölçeklerin güvenilirlik düzeyinin belirlenmesi için güvenilirlik analizi yapılmış olup analizler %95 güven düzeyinde SPSS 20.0 yazılımı ile yapılmıştır.

BULGULAR

Demografik Bilgilerin Dağılımı

Cinsiyete göre dağılım incelendiğinde erkeklerin oranı %27,3, kadınların oranı %72,7'dir. Yaş gruplarına göre dağılım incelendiğinde; 15-20 yaş grubu kişilerin oranı %14,5, 21-25 yaş grubu kişilerin oranı

%34,2, 26-30 yaş grubu kişilerin oranı %18,4 olup 30+ yaş grubu kişilerin oranı %32,9'dur. Bekar olanların oranı %90,9, evli olanların oranı %9,1'dir. Eğitim düzeyine göre dağılım incelendiğinde lise mezunu olanların oranı %14,5, üniversite mezunu olanların oranı %69,7, yüksek lisans mezunu olanların oranı %15,8'dir. Dans eğitim süresi incelendiğinde; 0-1 yıl süre ile eğitim alanların oranı %14,5, 1-3 yıl süre ile eğitim alanların oranı %55,3, 3-5 yıl süre ile eğitim alanların oranı %13,2, 5 yıldan fazla süre ile eğitim alanların oranı %17,1'dir. Katılımcıların %84,4'ü herhangi bir dans merkezine üye iken %15,6'sı üye değildir. Alınan dans eğitimi türü incelendiğinde; latin dansları eğitimi alanların oranı %24,7, hiphop eğitimi alanların oranı %23,4, tango eğitimi alanların oranı %36,4, diğer dans türlerinde eğitim alanların oranı %15,6'dır. Haftalık dans etme süresi dağılımı incelendiğinde 0-1 saat dans edenlerin oranı %9,5, 2-3 saat dans edenlerin oranı %35,1, 4-7 saat dans edenlerin oranı %39,2, 8-10 saat dans edenlerin oranı %8,1, 10 saatten fazla dans edenlerin oranı %8,1'dir.

Tablo 1. Dansa Yönelik Tutum Ölçeğinin Cinsiyete Göre Değişimi

Cinsiyetiniz?		**N**	**Ortalama**	**Std. Sapma**	**t**	**p**
Farkındalık	Erkek	21	77,76	6,90	-3,964	0,000*
	Kadın	56	83,96	5,80		
Kaçınma	Erkek	21	15,05	3,38	1,377	0,173
	Kadın	56	13,73	3,85		
Motivasyon	Erkek	21	30,05	5,33	-3,815	0,000*
	Kadın	56	34,41	4,11		

*p<0,05

Dansa yönelik tutum ölçeği alt boyutlarının değişimi incelendiğinde farkındalık ve motivasyon alt boyutlarının cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılık gösterirken (p<0,05), kaçınma alt boyutunun anlamlı düzeyde farklılık göstermediği görülmüştür. Kadınların farkındalık ve motivasyon düzeyi erkeklerden anlamlı derecede daha yüksektir.

Tablo 2. Mutluluk Ölçeğinin Cinsiyete Göre Değişimi

Cinsiyetiniz?		**N**	**Ortalama**	**Std. Sapma**	**t**	**p**
Mutluluk Ölçeği	Erkek	21	20,81	3,60	-1,441	0,154
	Kadın	56	22,05	3,29		

Mutluluk ölçeğinin cinsiyete göre değişimi incelendiğinde anlamlı düzeyde farklılık göstermediği görülmüştür (p>0,05). Diğer bir ifade ile erkek ve kadınların mutluluk ölçeği düzeyleri aynı seviyededir.

Tablo 3. Dansa Yönelik Tutum Ölçeğinin Yaş Gruplarına Göre Değişimi

		N	Orta-lama	Std. Sapma	F	p
Farkında-lık	15-20	11	84,73	5,52	1,265	0,293
	21-25	26	83,42	6,16		
	26-30	14	81,43	7,12		
	30+	25	80,76	7,24		
	Total	76	82,37	6,67		
Kaçınma	15-20	11	13,82	5,13	1,070	0,367
	21-25	26	13,96	3,64		
	26-30	14	15,57	3,39		
	30+	25	13,36	3,34		
	Total	76	14,04	3,75		
Motivas-yon	15-20	11	37,00	2,76	3,227	0,027*
	21-25	26	33,50	4,58		
	26-30	14	32,07	5,23		
	30+	25	32,08	5,02		
	Total	76	33,28	4,86		

*p<0,05

Dansa karşı tutum ölçeğinin yaş gruplarına göre değişim incelendiğinde motivasyon alt boyutunun yaş gruplarına göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görülürken (p<0,05), farkındalık ve kaçınma alt boyutlarının yaş gruplarına göre anlamlı düzeyde farklılık göstermediği görülmüştür. Anlamlı farklılık gösteren motivasyon alt boyutu için farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek için yapılan TUKEY testi sonuçlarına göre; 15-20 yaş grubu kişilerin motivasyon düzeyi diğer yaş grubu kişilerden anlamlı derecede daha yüksektir.

Tablo 4. Mutluluk Ölçeğinin Yaş Gruplarına Göre Değişimi

		N	Orta-lama	Std. Sapma	F	p
Mutlu-luk Öl-çeği	15-20	11	22,09	3,18	1,259	0,295
	21-25	26	20,81	2,95		
	26-30	14	22,93	3,17		
	30+	25	21,80	4,00		
	Total	76	21,71	3,42		

Mutluluk ölçeğinin yaş gruplarına göre değişimi incelendiğinde yaş gruplarına göre anlamlı düzeyde farklılık göstermemektedir (p>0,05). Diğer bir ifade ile farklı yaş gruplarının mutluluk ölçeği düzeyi aynıdır.

Tablo 5. Dansa Yönelik Tutum Ölçeğinin Dans Eğitimi Süresine Göre Değişimi

		N	Orta-lama	Std. Sapma	F	p
Farkında-lık	0-1 yıl	11	82,09	7,97	0,8817	0,456
	1-3 yıl	42	81,50	6,56		
	3-5 yıl	10	82,80	8,24		
	5 yıldan fazla	13	84,92	4,39		
	Total	76	82,34	6,70		
Kaçınma	0-1 yıl	11	15,45	5,45	0,8772	0,457
	1-3 yıl	42	14,07	3,65		
	3-5 yıl	10	13,70	2,58		
	5 yıldan fazla	13	13,00	3,14		
	Total	76	14,04	3,75		
Motivas-yon	0-1 yıl	11	30,73	6,20	2,7331	0,049*
	1-3 yıl	42	32,79	4,47		
	3-5 yıl	10	34,30	5,14		
	5 yıldan fazla	13	35,92	3,71		
	Total	76	33,22	4,88		

*p<0,05

Tek yönlü varyans analizi sonuçlarına göre motivasyon alt boyutu dans eğitimi alınan süreye göre anlamlı düzeyde farklılık gösterirken (p<0,05), farkındalık ve kaçınma alt boyutları anlamlı düzeyde farklılık göstermemektedir. Anlamlı farklılık gösteren motivasyon alt boyutu için farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek amacıyla yapılan TUKEY testi sonuçlarına göre 3-5 yıl ve 5 yıldan fazla süre ile dans eğitimi alanların motivasyon düzeyi 0-1 yıl ve 1-3 yıl süre ile dans eğitimi alanlardan anlamlı derecede daha yüksektir.

Tablo 6. Mutluluk Ölçeğinin Dans Eğitimi Süresine Göre Değişimi

		N	Ortalama	Std. Sapma	F	p
Mutluluk Ölçeği	0-1 yıl	11	24,09	4,01	3,9850	0,011
	1-3 yıl	42	21,19	2,53		
	3-5 yıl	10	19,80	5,22		
	5 yıldan fazla	13	22,77	2,62		
	Total	76	21,70	3,42		

Mutluluk ölçeğinin dans eğitimi alma süresine göre değişimi incelendiğinde; anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görülmüştür (p<0,05). Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek için yapılan TUKEY testi sonuçlarına göre; 0-1 yıl süre ile dans eğitimi alanların mutluluk düzeyinin diğer kişilerden anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür.

Tablo 7. Dansa Yönelik Tutum Ölçeğinin Haftalık Dans Süresine Göre Değişimi

		N	Ortalama	Std. Sapma	F	p
Farkında-lık	0-1 saat	7	81,71	8,56	1,671	0,167
	2-3 saat	26	79,77	7,34		
	4-7 saat	29	82,90	6,07		
	8-10 saat	6	85,67	4,68		
	10+	6	85,17	4,49		
	Total	74	82,09	6,75		
Kaçınma	0-1 saat	7	14,57	4,31	1,436	0,231
	2-3 saat	26	15,38	4,33		
	4-7 saat	29	13,31	3,15		
	8-10 saat	6	14,33	3,93		
	10+	6	12,33	2,88		
	Total	74	14,16	3,81		
Motivas-yon	0-1 saat	7	28,29	6,13	4,397	0,003*
	2-3 saat	26	32,08	3,94		
	4-7 saat	29	34,21	4,42		
	8-10 saat	6	35,17	4,07		
	10+	6	37,33	5,61		
	Total	74	33,23	4,91		

*p<0,05

Tek yönlü varyans analizi sonuçlarına göre motivasyon alt boyutu haftalık dans etme süresine göre anlamlı düzeyde farklılık gösterirken (p<0,05), farkındalık ve kaçınma alt boyutları anlamlı farklılık göstermemektedir (p>0,05). Anlamlı farklılık gösteren motivasyon alt boyutu için farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek amaçlı yapılan TUKEY testi sonuçlarına göre; 8-10 saat ve 10 saatten fazla dans edenlerin motivasyon düzeyi 0-1 saat ve 2-3 saat dans edenlerden anlamlı derecede daha fazladır. Ek olarak 10 saatten fazla dans edenlerin motivasyon düzeyi 0-1 saat, 2-3 saat ve 4-7 saat dans edenlerden anlamlı derecede daha yüksektir.

Tablo 8. Mutluluk Ölçeğinin Haftalık Dans Süresine Göre Değişimi

		N	Ortalama	Std. Sapma	F	p
Mutluluk Ölçeği	0-1 saat	7	22,71	5,35	2,052	0,097
	2-3 saat	26	21,88	3,65		
	4-7 saat	29	21,00	2,69		
	8-10 saat	6	24,83	3,31		
	10+	6	20,33	1,75		
	Total	74	21,73	3,45		

Mutluluk ölçeğinin haftalık dans süresine göre değişimi incelendiğinde anlamlı düzeyde farklılık göstermediği görülmüştür (p>0,05). Diğer bir ifade ile haftalık olarak farklı sürelerde dans eden kişilerin mutluluk ölçeği düzeyi aynıdır denilebilir.

Tablo 9. Dansa Karşı Tutum Ölçeği ve Mutluluk Ölçeği Arasındaki İlişki

		Farkında-lık	Kaçınma	Motivas-yon	Mutluluk Ölçeği
Farkında-lık	r	1	-,583**	,697**	,155
	p		,000	,000	,177
Kaçınma	r	-,583**	1	-,389**	,047
	p	,000		,000	,682
Motivas-yon	r	,697**	-,389**	1	,197
	p	,000	,000		,086
Mutluluk Ölçeği	r	,155	,047	,197	1
	p	,177	,682	,086	

Korelasyon analizi sonuçlarına göre; Dansa karşı tutum ölçeği ile mutluluk ölçeği arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunmamaktadır (p>0,05).

SONUÇ

Bu çalışmada dans eğitimi alan bireylerin dansa yönelik tutum ve mutluluk düzeyi ilişkisinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda İstanbul Esta Dans akademide çeşitli alanlarda dans eğitimi alan 77 gönüllü katılımcı üstünde Kişisel Bilgi Formu, Dansa Yönelik Tutum Ölçeği ve Oxford Mutluluk Ölçeği kullanılmıştır. Elde edilen veriler SPSS 20.0 yazılımı ile analiz edilmiş ve sonuçlar elde edilmiştir.

Çalışmada katılımcıların %72,7'sinin kadın, %27,3'ünün erkek olduğu; %14,5'inin 15-20 yaş aralığında, %34,2'sinin 21-25 yaş aralığında, %18,4'ünün 26-30 yaş olduğu, %32,9'unun 30 yaş ve üzerinde olduğu; %90,9'unun bekar, %9,1'inin evli olduğu; %14,5'inin lise mezunu, %69,7'sinin üniversite mezunu, %15,8'inin yüksek lisans mezunu olduğu; %14,5'inin 0-1 yıl, %55,3'ünün 1-3 yıl, %13,2'sinin 3-5 yıldır %17'sinin 5 yıldan fazladır dans eğitimi aldığı; %84,4'ünün dans merkezine üye olduğu, %15,6'sının üye olmadığı; %24,7'sinin latin dansları, %23,4'ünün hiphop, %36,4'ünün tango, benim

%15,6'sının diğer dans türlerinden eğitim aldığı; %9,5'inin haftalık 0-1 saat, %35,1'inin haftalık 2-3 saat, %39,2'sinin haftalık 4-7 saat, %8,1'inin haftalık 8-10 saat ve %8,1'inin haftalık 10 saatten fazla dans ettiği belirlenmiştir.

Dansa yönelik tutum ölçeği ve mutluluk ölçeğinin demografik bileşenlerle ilişkisi incelenmiştir. Buna göre dansa yönelik tutum ölçeğinin alt boyutları olan motivasyon ve farkındalık cinsiyet ile anlamlı farklılık gösterirken, kaçınma alt boyutu göstermemiştir. Motivasyon alt boyutu ile yaş ve dans eğitimi alınan süre, dans türü, haftalık dans etme süresi arasında anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Kadınların farkındalık ve motivasyon düzeyi erkeklerden daha yüksek, 15-20 yaş grubu kişilerin motivasyon düzeyi diğer yaş grubu kişilerden daha yüksek, 5 yıl ve 5 yıldan fazla süre ile dans eğitimi alanların motivasyon düzeyi 0-1 yıl ve 1-3 yıl süre ile dans eğitimi alanlardan daha yüksek bulunmuştur. Literatürde genel olarak kadın ve erkeklerin dansa yönelik tutumlarının aynı olduğu görülmektedir (Yoncalık, 2007; Durhan, 2019). Bu çalışmadaki farklılık kadın örneklemin çalışmada çoğunluğu (%72,7) oluşturmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Öte yandan yaş ve motivasyona bakıldığında yaş grubu daha küçük olanların diğerlerine göre daha yüksek motivasyona sahip olması gençlikleri ve gençliğin verdiği heyecanla ve daha uzun süre dans edenlerin kısa olanlara göre daha motive olmaları da dans ile olan geçmişleri ve uzmanlaştıkça daha hakim olmalarıyla açıklanabilir. Mutluluk ölçeğinde ise mutluluk ile cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim düzeyi, dans eğitimi süresi, dans merkezine üyelik olmak üzere hiçbirisiyle anlamlı bir farklılık olmadığı belirlenmiştir. Mutluluk yalnızca haftalık dans etme süresine ile anlamlı farklılık göstermiştir. Daha uzun süre dans edenlerin daha mutlu olduğu görülmüştür. Yani dans süresi arttıkça mutluluğun arttığı söylenebilmektedir.

KAYNAKÇA

Akın, B. H., & Şentürk, E. (2012). Bireylerin mutluluk düzeylerinin ordinal lojistik regresyon analizi ile incelenmesi. Öneri Dergisi, 10 (37), 183-193.

Durhan, T. A. (2019) Dansa Yönelik Tutum Ölçeği Geliştirme Çalışması. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi, 11*(18), 676-692.

Frömel, K., Stratton, G., Vasendova, J., & Pangrazi, R. P. (2002). Dance as a Fitness Activity the Impact of Teaching Style and Dance Form. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance, 73*(5), 26-30.

Güngörmüş, H. A. (2007). Özel sağlık merkezlerinden hizmet alan bireylerin rekreasyonel egzersize güdüleyen faktörler. (Doktora Tezi). Ankara: Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Karasar, N. (2016). Bilimsel araştırma yöntemi (31. Basım) Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Lesté, A., & Rust, J. (1984). Effects of dance on anxiety. *Perceptual and Motor Skills, 58*(3), 767-772.

Öztürk, S., & Güntay, G. Y. (2017). Bir iletişim formu olarak dansın film anlatısına etkisi: "Chicago örneği". Gümüşhane Üniversitesi İletişim Fakültesi Elektronik Dergisi, 5(2): 1045-1077

Yoncalık, O. (2007). Kültür ve Spor Bağlamında Cinsiyetin" Dans" a Yönelik Tutuma Etkisi (Beden Eğitim ve Spor Alanında Öğrenim Gören Öğrenciler Üzerinde Yapılan Bir Analiz).

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLERİNİN LİDERLİK STİLLERİNİN FARKLI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ

Tamer KARADEMİR[1], Cemil AKSOY[1], Mert KARADEMİR[2]

[1]Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Kahramanmaraş / Türkiye
[1]Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Kahramanmaraş / Türkiye
[2]Elazığ Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Elazığ / Türkiye

Öz: Bu araştırmanın amacı, Beden Eğitimi ve Spor öğretmenlerinin liderlik stillerinin farklı değişkenler açısından incelenmesidir. Araştırmanın örneklemini Kahramanmaraş ve Gaziantep illerinde bulunan rastgele seçilmiş liselerde görev yapan 78'u erkek ve 43'i kadın olmak üzere toplam 121 Beden Eğitim ve Spor Öğretmeni oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama yöntemi olarak anket uygulaması tercih edilmiştir. Araştırmaya gönüllü olarak katılmak isteyenlere anket uygulaması 2020-2021 eğitim-öğretim yılında online form kanalıyla yapılmıştır. Veri toplama aracı olarak Bass ve Avolio (1997) tarafından geliştirilmiş olan, Cemaloğlu (2007) tarafından Türkçeye uyarlanan "Çok Faktörlü Liderlik Ölçeği kullanılmıştır. Veriler analiz edilmeden önce normallik sınaması Kolmogorov Smirnov testi ile yapılmıştır. Verilerin normal dağılmadığı görüldüğünden non-parametrik testlerden Kruskall Wallis H ve Mann Whitney U testleri kullanılmıştır. Araştırma bulguları, katılımcıların liderlik stillerinde, mesleki kıdem değişkenine göre anlamlı olarak farklılaşma görülmezken, cinsiyet, yaş, okul takımı çalıştırma ve görev yapılan eğitim-öğretim kademesi değişkenlerine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar olduğu bulunmuştur ($p<0.05$). Araştırma sonuçları, erkeklerin işlemci liderlik ile liderlik davranış sonuçları stillerini daha fazla tercih ettikleri, 31-40 yaş aralığının liderlik davranış sonuçları ile dönüşümcü liderlik boyutlarında 21-30 ile 41-50 yaş aralığında yer alanlara göre sıra ortalaması olarak geride olduğunu, lise kademesine göre ortaokul kademesinde görev yapanların, liderlik davranış sonuçları ile dönüşümcü liderlik stillerinde daha önde oldukları, okul takımı çalıştıran öğretmenlerin işlemci liderlik stilini daha fazla tercih ettikleri yönündedir.

Anahtar Kelimeler: Beden Eğitimi ve Spor, Liderlik, Liderlik Stilleri

GİRİŞ ve AMAÇ

Liderlik, insan topluluklarının ve örgütlerin bulunduğu her ortamda söz konusu olan, son derece önemli, evrensel, beşeri, ve sosyal bir olgudur. Lider ve liderlik konularında yapılan kapsamlı araştırmalar, incelemeler ve benzeri çalışmalar konuya verilen önemin somut göstergeleridir. Liderlik tanımı yapan yazarların, dünya görüşüne, çalıştıkları alana, bilgi birikimine, vurgu yapmak istedikleri özelliğine bağlı olarak tanımları da çok çeşitlidir. Aslında liderlik ya da diğer adıyla önderlik, anlam bilimsel (semantik) açıdan soyut bir kavram olduğundan, kişi sayısı kadar liderlik/önderlik tanımı vardır ve koşullara, zamana ve durumlara göre farklılık gösterir (Biçer, 2008).

Özdemir'e göre liderlik, belirli bir amacı gerçekleştirmeye yönelik olarak başkalarını yönlendirme ve etkileme sürecidir (Özdemir, 2003). Eren'e (2007) göre ise "birey kendine bir harekete başlamadan önce, bu faaliyeti yalnız başına yaparak hedefe ulaşabilir mi ulaşamaz mı?" sorusunu sormaktadır. Birey yalnız başına ulaşamayacağı bazı gereksinime ve hedeflerini belirlediğinde kendisi ile birlikte hareket etmekten çekinmeyecek kişilerle bir araya gelerek grup oluşturmaya çalışacaktır. Bu gruba yön veren ise lider olarak nitelendirilmektedir (Biçer, 2008).

Tanımlarda da görüldüğü gibi liderlikte etkileme olayı önemlidir. Ayrıca liderlik, grup hedeflerine ulaşma doğrultusunda etkileme sürecini, lider ise bu süreçte insanları etkileyebilen ve yönetsel otoriteye sahip olan kişiyi ifade etmektedir. Liderlik, insanları belirli amaçlara yöneltmeye ikna yeteneği lideri de grup üyelerini bir araya toplayan ve onları grup amaçlarına güdüleyen insandır. Sonuç olarak liderliğin gücü, yönetilen grup tarafından görülen kabulle orantılıdır. Bu kabul de; liderin grubun gereksinimlerini karşılamada etkin olacağı inancı önemli rol oynar. Liderin asıl işlevlerinden biri de kendi gereksinimleri ile grubun gereksinimleri çatıştığında bu çatışmayı olumlu bir şekilde çözebilmesidir (Özdemir, 2003).

Günümüz toplumlarında insanların bir liderden bekledikleri en önemli özelliğin başında güven gelmektedir. Liderine güvenmeyen izleyicilerin, o toplumda veya organizasyonda sürekli yer almaları imkânsızdır. Bu yüzden izleyiciler, kendilerinin emin ellerde olduklarını hissedebilmelidirler. Herhangi bir problem durumda lider, ortaya çıkabilmeli ve sorunlara çözüm üretmelidir. Buradaki başarılarla beraber liderin, izleyiciler nezdindeki yeri de daha sağlamlaşır. İyi bir liderin iletişim becerileri de yüksek olmalıdır. İzleyicilerin ihtiyaçlarını doğru zamanda, doğru bir dil seçimiyle karşılamaya çalışan bir lider her zaman bulunduğu çevreyi etkileme gücüne de sahip olacaktır. Bu açıdan liderin empati yeteneğini de göz ardı etmemek gerekir (Donuk, 2007).

Bu kişiler zaman zaman kişisel karizmalarından kaynaklanan cazibe nedeniyle bir lider olarak kabul edilseler bile, aslında uzun zamanda kendine, kurumuna, örgütüne ve sisteme zarar veren kişilerdir. Hatta böyle liderlik zararlı ve tehlikelidir. Kendini astlarına ve çevreye kabul ettiremeyen, fazla haris, hırslı ve tutkulu kişiler bir süre sonra hırçınlaşarak zor kullanma yoluyla güç ve saygınlık kazanma yoluna gitme eğiliminde olabilir ve zor kullanmayı alışkanlık haline getirebilirler. Dolayısıyla gerçek "liderlerle" "zorbaları" ayırmak gerekir. Literatürü derinlemesine tarayan araştırmacılar başarılı liderlerin genel olarak şu özelliklere sahip olduklarını ortaya koymaktadırlar (Biçer, 2008):

- Güçlü bir başarma arzusu
- Hedeflerin istikrarlı bir biçimde izlenmesi
- Problem çözme ve fikir üretmede yaratıcılık ve zeka
- Kendinden emin olmak
- Olayların davranışsal sonuçlarını kabul etmek
- Kişiler arası strese daha az maruz kalmak
- Belirsizliğe tahammül
- Diğer insanları etkileme yeteneği
- Sosyal ilişkilere şekil verebilme yeteneği.

Larwood ise, etkin bir lider olabilmek için yedi altın anahtar tespit etmiştir. Bunlar (Donuk, 2007):

- Astlara güvenmek
- Bir vizyon geliştirmek
- Soğukkanlı olmak

- Riske atılmak
- Bir uzman olmak
- Karşı çıkmalara izin vermek
- Basitleştirmek

Yukarıdaki tüm bu özellikler, başarılı bir yöneticiyi, etkin ve güçlü bir lider yapabilir. Ancak bu özelliklerin tek bir kişide toplanması mümkünse de, oldukça zordur. Bu takdirde, bir yönetici bu özelliklerden ne kadar fazlasına sahipse başarısı ve etkinliği de o ölçüde fazla olacaktır (Donuk, 2007). Bu araştırmanın amacı, Beden Eğitimi ve Spor öğretmenlerinin liderlik özelliklerinin farklı değişkenler açısından incelenmesidir.

MATERYAL ve YÖNTEM

Kahramanmaraş ve Gaziantep illeri merkezlerinde bulunan ortaokul ve lise eğitim kademelerinde görev yapan Beden Eğitimi ve Spor ve Spor öğretmenlerinin liderlik özelliklerinin incelenmeye çalışıldığı bu araştırma, genel tarama modellerinden tarama modelinde desenlenmiştir. Araştırmanın evrenini; 2020-2021 eğitim öğretim yılı bahar döneminde, Kahramanmaraş ve Gaziantep illerinde resmi ve özel ortaokul ve liselerde görev yapan Beden Eğitimi ve Spor öğretmenleri oluşturmaktadır. 2020-2021 eğitim-öğretim yılı bahar döneminde online olarak Google form üzerinden hazırlanan anket formu bağlantısı üzerinden öğretmenlere gönderilmiştir. Araştırmada veri toplama aracı olarak; Bass ve Avolio (1997) tarafından geliştirilen, Cemaloğlu (2007) tarafından Türkçeye uyarlanan “Çok Faktörlü Liderlik Ölçeği [Multifactor Leadership Questionnaire 5-X Short, (MLQ)]" ve demografik özellikleri sorgulayan “Kişisel Bilgi Formu" kullanılmıştır. Verilerin analizine geçilmeden önce araştırma grubuna uygulanan ölçeklerden elde edilen verilerin normal dağılım gösterip göstermediği tek örneklem Kolmogorov Smirnov testi ile incelenmiş, liderlik algısı ölçeği ile çok faktörlü liderlik ölçeğinin alt boyutlarından elde edilen verilerin normal dağılıma uymadığı tespit edilmiştir. Bu kapsamda verilerin analizinde non-parametrik testlerden Mann Whitney U ve Kruskall Wallis H testleri tercih edilmiştir.

BULGULAR

Bu bölümde araştırma sonucunda elde edilen bulgular çizelgeler halinde sunulmuştur.

Katılımcılara Ait Demografik Bilgiler

Tablo 2. Katılımcıların demografik bilgileri

Bağımsız Değişkenler	**Grup**	**n**	**%**
Cinsiyet	Kadın	43	**35,5**
	Erkek	78	**64,5**
Yaş	21-30	44	**36,4**
	31-40	42	**34,7**
	41-50	35	**28,9**
Öğretim Kademesi	Ortaokul	56	**46,3**
	Lise	65	**53,7**
Mesleki Kıdem	1-5 Yıl	37	**30,6**
	6-10 Yıl	42	**34,7**
	11-15 Yıl	23	**19**
	16-20 Yıl	19	**15,7**
Okul Spor Takımı Çalıştırma	Evet	33	**27,3**
	Hayır	88	**72,7**
Toplam		**121**	**100.0**

Tablo 2'ye göre; araştırmaya katılan okul sporlarında antrenör olarak yer alan Beden Eğitimi ve Spor öğretmenlerinin 43'ü (% 35,5) kadın, 78'i (% 64,5) erkektir. Yaş aralığı olarak öğretmenlerin 44'ü (% 36,4) 21-30 arası, 42'si (% 34,7) 31-40 arası, 35'i (% 28,9) 41-50 arası yaştadır. Öğretim kademesi olarak öğretmenlerin 56'sı (% 46,3) ortaokulda, 65'i (% 53,7) lisede görev yapmaktadır. Öğretmenlerin 37'si (% 30,6) 1-5 yıl, 42'si (% 34,7) 6-10 yıl, 23'ü (% 19) 11-15 yıl ve 19'u (% 15,7) 16-20 yıl arası mesleki kıdeme sahiptir. Okul spor takımı çalıştırma durumuna göre ise, katılımcıların 33'i (% 27,3) takım çalıştırmakta iken 88'i (% 72,7) takım çalıştırmamaktadır.

Bağımsız Değişkenlere İlişkin İstatistiksel Analiz Sonuçları

Tablo 3. Katılımcıların cinsiyet değişkenine göre Mann Whitney U testi sonuçları

Çok faktörlü liderlik ölçeği boyutları	Cinsiyet	n	Sıra Ort.	Z	p
Dönüşümcü Liderlik	Kadın	43	87,72	-1,029	**0,311**
	Erkek	78	89,63		
İşlemci Liderlik	Kadın	43	77,26	-2,662	**,009***
	Erkek	78	91,24		
Liderlik Davranış Sonuçları	Kadın	43	74,65	-2,101	**,014***
	Erkek	**78**	**91,54**		

*p<0,05

Tablo 3 incelendiğinde Beden Eğitimi ve Spor öğretmenlerinin işlemci liderlik stilleri ve liderlik davranış sonuçlarının cinsiyet değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı derecede farklılaştığı tespit edilmiştir (p>0,05). Buna göre erkeklerin işlemci liderlik ve liderlik davranış sonuçları boyutlarında sıra ortalamaları daha yüksek bulunmuştur.

Tablo 4. Katılımcıların yaş değişkenine göre Kruskall Wallis H testi sonuçları

Çok faktörlü liderlik ölçeği boyutları	Yaş Grup	n	Sıra Ort.	χ^2	p	Fark (U Testi)
Dönüşümcü Liderlik	21-30 yaş	44	101,43	14,051	0,02*	**21-30>31-40** **41-50>31-40**
	31-40 yaş	42	85,93			
	41-50 yaş	35	103,51			
İşlemci Liderlik	21-30 yaş	44	96,25	3,524	0,25	-
	31-40 yaş	42	94,36			
	41-50 yaş	35	98,85			
Liderlik Davranış Sonuçları	21-30 yaş	44	99,51	12,537	0,09*	**21-30>31-40** **41-50>31-40**
	31-40 yaş	42	79,74			
	41-50 yaş	**35**	**100,13**			

*p<0,05

Tablo 4'de görüldüğü gibi, Beden Eğitimi ve Spor öğretmenlerinin liderlik stilleri ile yaş grupları arasında anlamlı bir farkın olduğu görülmektedir (p<0,05). Gruplar arasında gözlenen farkın hangi gruplar lehine olduğunu belirlemek üzere grupların ikili kombinasyonları üzerinden Mann Whitney-U testi uygulanmıştır. Bu testler sonucunda dönüşümcü liderlik ve liderlik davranış sonuçları alt boyutlarında 31-40 yaş grubu katılımcılarının sıra ortalamalarının diğer yaş gruplarından daha düşük olduğu belirlenmiştir. Bunun yanında katılımcıların işlemci liderlik stilleri ile yaş grupları arasında anlamlı bir fark gözlenmemiştir (p>0,05).

Tablo 5. Katılımcıların öğretim kademesi değişkenine göre Mann Whitney U testi sonuçları

Çok faktörlü liderlik ölçeği boyutları	**Öğretim**	**n**	**Sıra Ort.**	**Z**	**p**
Dönüşümcü Liderlik	ortaokul	56	94,13	-2,878	**,004***
	lise	65	86,73		
İşlemci Liderlik	ortaokul	56	88,04	-1,302	**0,16**
	lise	65	87,97		
Liderlik Davranış Sonuçları	ortaokul	56	98,61	-2,573	**,007***
	lise	**65**	**91,34**		

*p<0,05

Tablo 5'te gösterildiği üzere, Beden Eğitimi ve Spor öğretmenlerinin dönüşümcü liderlik stilleri ile liderlik davranış sonuçlarının görev yaptıkları öğretim kademesine göre anlamlı olarak farklılaştığı, bu farklılığın ortaokul sıra ortalamalarının daha yüksek olmasından kaynaklandığı belirlenmiştir (p>0,05).

Tablo 6. Katılımcıların mesleki kıdem değişkenine göre Kruskall Wallis H testi sonuçları

Çok faktörlü liderlik ölçeği boyutları	Mesleki Kıdem	n	Sıra Ort.	χ^2	p
Dönüşümcü Liderlik	1-5 yıl	37	90,86	4,432	**0,24**
	6-10 yıl	42	89,91		
	11-15 yıl	23	92,01		
	16-20 yıl	19	93,01		
İşlemci Liderlik	1-5 yıl	37	91,63	3,540	**0,31**
	6-10 yıl	42	89,94		
	11-15 yıl	23	91,52		
	16-20 yıl	19	92,29		
Liderlik Davranış Sonuçları	1-5 yıl	37	92,26	3,754	**0,29**
	6-10 yıl	42	88,99		
	11-15 yıl	23	90,14		
	16-20 yıl	**19**	**91,13**		

Tablo 6'ya bakıldığında, Beden Eğitimi ve Spor öğretmenlerinin liderlik stillerinin mesleki kıdemlerine göre anlamı olarak değişmediği görülmektedir (p>0,05).

Tablo 8. Katılımcıların okul spor takımı çalıştırmalarına göre Mann Whitney U testi sonuçları

Çok faktörlü liderlik ölçeği boyutları	Okul spor takımı çalıştırma	n	Sıra Ort.	Z	p
Dönüşümcü Liderlik	Evet	33	92,44	-0,356	**0,67**
	Hayır	88	91,11		
İşlemci Liderlik	Evet	33	94,17	-1,973	**,042***
	Hayır	88	84,56		
Liderlik Davranış Sonuçları	Evet	33	95,16	-0,925	**0,33**
	Hayır	**88**	**93,55**		

*(p<0,05)

Tablo 8'e göre, Beden Eğitimi ve Spor öğretmenlerinin dönüşümcü liderlik stilleri ve liderlik davranış sonuçlarının okul spor takımı çalıştırma durumlarına bağlı olarak istatistiksel anlamlı olarak şekilde farklılık görülmediği ($p>0,05$), işlemci liderlik stillerin ise okul takımı çalıştıran öğretmenler lehine farklılık gösterdiği belirlenmiştir ($p<0,05$).

SONUÇ

• Araştırmaya katılan Beden Eğitimi ve Spor öğretmenlerinin işlemci liderlik stilleri ve liderlik davranış sonuçlarının cinsiyet değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı derecede farklılaştığı buna göre erkeklerin işlemci liderlik ve liderlik davranış sonuçları boyutlarında sıra ortalamaları daha yüksek bulunmuştur.

• Araştırmaya katılan Beden Eğitimi ve Spor öğretmenlerinin liderlik stilleri ile yaş grupları arasında anlamlı bir farkın olduğu, dönüşümcü liderlik ve liderlik davranış sonuçları alt boyutlarında 31-40 yaş grubu katılımcılarının sıra ortalamalarının diğer yaş gruplarından daha düşük olduğu belirlenmiştir. Araştırmada Beden Eğitimi ve Spor öğretmenlerinin dönüşümcü liderlik stilleri ile liderlik davranış sonuçlarının görev yaptıkları öğretim kademesine göre anlamlı olarak farklılaştığı, bu farklılığın ortaokul sıra ortalamalarının daha yüksek olmasından kaynaklandığı belirlenmiştir.

• Araştırmaya katılan Beden Eğitimi ve Spor öğretmenlerinin liderlik stillerinin mesleki kıdemlerine göre anlamı olarak değişmediği görülmektedir. Dönüşümcü liderlik stilleri ve liderlik davranış sonuçlarının okul spor takımı çalıştırma durumlarına bağlı olarak istatistiksel anlamlı olarak şekilde farklılık görülmediği, işlemci liderlik stillerin ise okul takımı çalıştıran öğretmenler lehine farklılık gösterdiği belirlenmiştir.

KAYNAKÇA

Biçer T. Sporda Toplam Kalite Yönetimi ve Futbol Uygulamaları. Beyaz Yayınları, s.12, 57-58, İstanbul, 2008.

Cemaloğlu N. Okul yöneticilerinin liderlik stilleri ile yıldırma arasındaki ilişki. H.Ü Eğitim Fakültesi Dergisi 2007; 33: 77-87.

Donuk B. Liderlik Ve Spor. Ötüken Yayınları, İstanbul, 2007.

Özdemir E. Liderlik ve etik. Uludağ Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi, 2003; 12:151.

FARKLI BRANŞLARDA GÖREV YAPAN ÖĞRETMENLERİN SAĞLIK YAŞAM BİÇİMİ DAVRANIŞLARININ ARAŞTIRILMASI

Tamer KARADEMİR[1], Cemil AKSOY[1], Cengizhan PAKYARDIM[2]

[1]Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Kahramanmaraş / Türkiye
[1]Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Kahramanmaraş / Türkiye
[2]Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kahramanmaraş / Türkiye

Öz: Bu çalışmanın amacı, farklı branşlarda görev yapan öğretmenlerin sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının araştırılmasıdır. Araştırma tarama yöntemiyle gerçekleştirilmiş betimsel bir araştırmadır. Araştırmaya, Kahramanmaraş ilinde bulunan ortaokul ve liselerde farklı branşlarda görev yapanlar arasından rastgele seçilmiş olan 77'si erkek, 35'i kadın olmak üzere toplamda 112 öğretmen gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada veriler 2020-2021 eğitim öğretim yılında pandemi nedeniyle online form erişim yoluyla toplanmıştır. Araştırmada, veri toplamak için araştırmacılar tarafından geliştirilen kişisel bilgi formunun yanı sıra, öğretmenlerin sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını değerlendirmek amacıyla 52 maddeden oluşan "Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği" kullanılmıştır. Veriler analiz edilmeden önce normallik sınaması Kolmogorov Smirnov testi ile yapılmış ve verilerin normal dağılmadığı görülmüştür. Bu doğrultuda non-parametrik test yöntemlerinden ikili karşılaştırmalar için Mann Whitney U ve çoklu karşılaştırmalar için Kruskal Wallis H testleri kullanılmıştır. Araştırma bulguları, araştırmaya katılan öğretmenlerin sağlıklı yaşam biçimi davranışlarında, medeni durum, yaş, öğretmenlik branşı ve spor yapma durumu değişkenlerine göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılık olduğunu, cinsiyet ve mesleki tecrübe değişkenlerine göre yapılan analiz sonucunda ise anlamlı fark olmadığını göstermektedir. Araştırma sonuçları, katılımcıların sağlıklı yaşam biçimi davranışlarında, bekarlar, 41 ve üzeri yaş grubunda yer alanlar, Beden Eğitimi Öğretmenleri ve spor yaptığını belirtmiş olanlar lehine anlamlı derecede farklılık olduğunu göstermiştir. Araştırma grubunun SYBD ölçeği puan ortalaması ise orta düzeyde bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Sağlıklı Yaşam, Sağlıklı Yaşam Biçimi, Öğretmen

GİRİŞ ve AMAÇ

Sağlık kavramı, tanımı yapanın çalışma ve uzmanlık alanı gibi nedenlere bağlı olarak farklı biçimlerde tanımlanmaktadır. Bunlar arasında, bu güne kadar en çok kabul görmüş ve günümüzde en yaygın şekilde kullanılan sağlık tanımı 1946 yılında Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) tarafından yapılan sağlık tanımıdır. Bu tanıma göre sağlık; "sadece bir hastalığın veya sakatlığın olmayışı değil, aynı zamanda bedenen, ruhen ve sosyal yönden tam bir huzur ve iyilik içinde olmaktır". Bu tanımın modern ve çağdaş olan yönü, hastalığı semptomlar boyutuna sıkıştırmaması ve insanı psikolojik ve sosyal yönüyle bir bütün olarak ele almasıdır (Işıksoluğu, 1997).

Sağlığı geliştirme, sağlığa yönelik herhangi bir davranış ve yaşam durumu için, eğitim, ekonomik, örgütsel ve çevresel desteklerin bileşimi; kişilerin kendi sağlıkları üzerinde kontrollerini arttırmayı ve geliştirmeyi olanaklı kılan bir süreç olarak tanımlanmaktadır (WHO, 2010).

Sağlıklı yaşam davranışları, bireylerin kendisinin ve diğer insanların sağlıklarını koruma ve geliştirme amaçlı uygulamaya çalıştığı bilinçli davranışlardır. Demografik faktörler, bireylerin sağlıklı yaşam davranışlarının şekillenmesinde en önemli unsurlardan biridir. Bireylerin sağlıklı yaşam biçimine dair tutum ve davranışları birçok hastalığın önlenmesinde ya da tedavisinde önemli bir yer tutmaktadır. Çünkü

hastalık, ölüm ve sakatlıkların en aza indirgenebilmesi için bireylerin ve toplumun olumlu sağlıklı yaşama biçimi düzeylerinin artırılması gerekmektedir. Bireyler karşılaşacakları riskler ya da sağlıklı seçenekler konusunda bilgi sahibi olmadıklarından veya değer yargıları, edindikleri bilgi davranış biçimlerini değiştirmeleri için yeterli olmadığından sağlığı bozucu tutum ve davranışlarda bulunabilmektedirler (Bozhüyük, 2012).

Sağlığı geliştirme, sağlık eğitimi ve sağlık davranışlarını da içerisine almaktadır (Güler ve Akın, 2006). Sağlıklı yaşam biçimi davranışları geliştirmenin ilk adımları toplum ve ailede atılır, daha sonra da eğitimle gelişir ve değişir (Yalçınkaya ve ark., 2007). Zira eğitim beşikten mezara devam eden bir olgudur ve okullarda alınan temel sağlık eğitimi ve kazanılan sağlık davranışı çocukları bir ömür boyu etkileyecek sağlık alışkanlığı oluşturmaktadır. Okullarda sağlığı geliştirme için katkı sağlayabilecek en önemli paydaşlardan birisi öğretmenlerdir. Öğretmenlerin sağlıkla ilgili öğrencilerine vereceği bilgiler ve gösterdiği davranışlar sağlıklı nesillerin yetişmesinde önemli bir paya sahip olacaktır. Dolayısıyla, sağlıklı bir toplum oluşmasında öğretmenler hem rol model olmaları hem de diğer bireyleri etkileme güçleri nedeni ile önemli bir grubu oluşturmaktadır. Bu nedenle öğretmenler sağlığı geliştirmenin önemini kavramalı, çevresindeki bireylerin olumlu sağlık davranışı geliştirmesi için motivasyon artırıcı davranışları sergilemelidir.

Bu araştırmanın amacı, toplum öncüsü olarak görülen öğretmenlerin sağlığın koruması ve geliştirilmesi adına uyguladığı sağlıklı yaşam davranışları ve bu davranışları etkileyen faktörlerin incelenmesidir. Çalışma bu anlamda öğretmenlerin sağlıklı yaşam davranışlarının değerlendirilmesi ve bu davranışları etkileyen demografik özelliklerin saptanması amacıyla toplum sağlığı açısından oldukça önemlidir.

MATERYAL ve YÖNTEM

Bu çalışma, betimsel bir araştırmadır. Bu araştırmanın evrenini; 2020-2021 eğitim öğretim yılında Kahramanmaraş ilinde bulunan rastgele seçilmiş olan ortaokul ve liselerde çeşitli branşlarda görev yapan 77'si erkek, 35'i kadın olmak üzere toplamda 112 öğretmen oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama yöntemi olarak iki bölümden oluşan yapılandırılmış bir anket formu kullanılmıştır. Anketin birinci bölümünde; katılımcıların demografik özelliklerine yer verilmiştir. Anketin ikinci bölümünde ise öğretmenlerin sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını değerlendirmeye yönelik 52 maddeden oluşan bir Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği kullanılmıştır. Kullanılan testler; demografik özelliklerin bulunması için frekans analizi, normallik durumunun tespiti için Kolmogorov- Smirnov normallik testi, farklılık analizleri için ise Mann Whitney U ve Kruskal Wallis H testleridir. Bu testlerin kullanılmasının nedeni verilerin normal dağılıma sahip olmadıkları (non-parametrik) sonucunun bulunmuş olmasıdır.

BULGULAR

Araştırma grubundan elde edilen bulgular tablolaştırılarak aşağıda sunulmuştur.

Tablo 1. Sağlıklı yaşam biçimi davranışları ölçeği alt boyutlarının cinsiyet değişkenine göre istatistiksel analiz sonuçları

Sağlık Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği Alt Boyutları	Cinsiyet	N	Sıra Ort.	Z	p
Manevi Gelişim	Erkek	77	81,82	-,472	,608
	Kadın	35	84,56		
Sağlık Sorumluluğu	Erkek	77	81,63	-,562	,543
	Kadın	35	82,27		
Fiziksel Aktivite Ve Egzersiz	Erkek	77	84,01	-1,298	,126
	Kadın	35	75,60		
Beslenme	Erkek	77	76,54	-,604	,513
	Kadın	35	77,43		
Kişilerarası İlişkiler	Erkek	77	88,16	-1,654	,094
	Kadın	35	89,01		
Stres Yönetimi	Erkek	77	81,52	-,626	,453
	Kadın	35	79,24		

Tablo 1'de Cinsiyete göre farklılık olup olmadığının belirlenmesi için Mann Whitney U Testi uygulanmıştır. Buna göre alt boyutların tamamında farkın istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı belirlenmiştir ($p>0.05$).

Tablo 2. Sağlıklı yaşam biçimi davranışları ölçeği alt boyutlarının medeni durum değişkenine göre istatistiksel analiz sonuçları

Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği Alt Boyutları	Medeni Durum	N	Sıra Ort.	Z	p
Manevi Gelişim	Evli	87	86,18	-1,621	,105
	Bekar	25	87,15		
Sağlık Sorumluluğu	Evli	87	85,27	-1,803	,071
	Bekar	25	87,13		
Fiziksel Aktivite Ve Egzersiz	Evli	87	79,26	-2,852	,005*
	Bekar	25	100,10		
Beslenme	Evli	87	89,04	-1,012	,356
	Bekar	25	91,71		
Kişilerarası İlişkiler	Evli	87	84,25	-1,396	,153
	Bekar	25	85,61		
Stres Yönetimi	Evli	87	84,61	-1,413	,152
	Bekar	25	83,63		

*($p<0,05$)

Tablo 2'de Medeni duruma göre farklılık olup olmadığının belirlenmesi için Mann Whitney U Testi uygulanmıştır. Buna göre yapılan analiz sonucunda; fiziksel aktivite ve egzersiz alt boyutunda bekarlar lehine anlamlı fark olduğu ($p<0,05$), ölçeğin diğer alt boyutlarında ise medeni hal değişkeni açısından farklılığa rastlanmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 3. Sağlıklı yaşam biçimi davranışları ölçeği alt boyutlarının spor yapma değişkenine göre istatistiksel analiz sonuçları

Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği Alt Boyutları i	Spor yapıyor musunuz?	N	Sıra Ort.	Z	p
Manevi Gelişim	Evet	51	89,90	-2,835	,006*
	Hayır	61	69,35		
Sağlık Sorumluluğu	Evet	51	89,12	-2,463	,015*
	Hayır	61	70,75		
Fiziksel Aktivite Ve Egzersiz	Evet	51	95,12	-6,036	,001*
	Hayır	61	79,14		
Beslenme	Evet	51	88,25	-2,452	,016*
	Hayır	61	71,39		
Kişilerarası İlişkiler	Evet	51	82,51	-1,252	,205
	Hayır	61	79,61		
Stres Yönetimi	Evet	51	92,17	-4,781	,001*
	Hayır	61	75,34		

*(p<0,05)

Tablo 3'te Spor yapma durumuna göre farklılık olup olmadığının belirlenmesi için Mann Whitney U Testi uygulanmıştır. Buna göre yapılan analiz sonucunda; kişilerarası ilişkiler alt boyutunda farkın istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı (p>0.05) görülürken diğer tüm alt boyutlarda spor yaptığını belirtmiş olanlar lehine anlamlı farkın olduğu görülmüştür (p<0,05).

Tablo 4. Sağlıklı yaşam biçimi davranışları ölçeği alt boyutlarının yaş değişkenine göre istatistiksel analiz sonuçları

Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği Alt Boyutları	Yaş Aralığı	N	Sıra Ort.	X^2	p	Fark U testi
Manevi Gelişim	20-25	18	83,80	1,018	,788	-
	26-30	26	83,61			
	31-40	53	81,94			
	41 ve üzeri	15	82,50			
Sağlık Sorumluluğu	20-25	18	85,65	2,538	,479	-
	26-30	26	84,19			
	31-40	53	87,11			
	41 ve üzeri	15	85,62			
Fiziksel Aktivite Ve Egzersiz	20-25	18	83,85	10,285	,014*	4>3
	26-30	26	83,57			
	31-40	53	82,69			
	41 ve üzeri	15	89,93			
Beslenme	20-25	18	82,95	1,952	,596	-
	26-30	26	82,19			
	31-40	53	84,04			
	41 ve üzeri	15	81,93			
Kişilerarası İlişkiler	20-25	18	87,85	1,991	,558	-
	26-30	26	89,04			
	31-40	53	86,99			
	41 ve üzeri	15	85,87			
Stres Yönetimi	20-25	18	80,64	8,562	,029*	4>1,2,3
	26-30	26	78,85			
	31-40	53	79,41			
	41 ve üzeri	15	99,13			

*p<0.05

Tablo 4'te Yaşa bağlı olarak yapılan analiz sonucunda; fiziksel aktivite ve egzersiz alt boyutu ile stres yönetimi alt boyutunda görülen farkın istatistiksel açıdan anlamlı olduğu bulunmuştur. Buna göre, 41 ve üzeri yaş grubundan yer alanların stres yönetimi alt boyutunda diğer yaş gruplarında yer alanlara kıyasla sıra ortalamaların daha yüksek olduğu ve fiziksel aktivite ve egzersiz alt boyutunda 31-40 yaş grubunda yer alanlardan sıra ortalaması olarak önde oldukları belirlenmiştir. Diğer alt boyutlarda ise farkın anlamlı olmadığı belirlenmiştir.

Tablo 5. Sağlıklı yaşam biçimi davranışları ölçeği alt boyutlarının mesleki tecrübe değişkenine göre istatistiksel analiz sonuçları

Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği Alt Boyutları	Mesleki Tecrübe (Yıl)	N	Sıra Ort.	X^2	p
Manevi Gelişim	1-5 yıl	41	87,62	4,613	,326
	6-10 yıl	32	57,40		
	11-15 yıl	18	73,87		
	16-20 yıl	21	77,56		
Sağlık Sorumluluğu	1-5 yıl	41	86,46	2,296	,574
	6-10 yıl	32	69,10		
	11-15 yıl	18	66,87		
	16-20 yıl	21	72,88		
Fiziksel Aktivite Ve Egzersiz	1-5 yıl	41	88,23	6,007	,095
	6-10 yıl	32	59,54		
	11-15 yıl	18	63,71		
	16-20 yıl	21	75,14		
Beslenme	1-5 yıl	41	81,77	2,152	,725
	6-10 yıl	32	64,12		
	11-15 yıl	18	69,82		
	16-20 yıl	21	73,45		
Kişilerarası İlişkiler	1-5 yıl	41	86,81	3,845	,313
	6-10 yıl	32	65,75		
	11-15 yıl	18	76,61		
	16-20 yıl	21	64,56		
Stres Yönetimi	1-5 yıl	41	86,38	3,189	,427
	6-10 yıl	32	51,60		
	11-15 yıl	18	72,85		
	16-20 yıl	21	73,21		

Tablo 5'te Mesleki tecrübeye bağlı olarak yapılan analiz sonucunda; tüm alt boyutlarda farkın anlamlı olmadığı belirlenmiştir ($p>0.05$).

Tablo 6. Sağlıklı yaşam biçimi davranışları ölçeği toplam puan boyutunun öğretmenlik branşı değişkenine göre istatistiksel analiz sonuçları

SYBDÖ Toplam Boyutu	Branş	N	Sıra ort.	X^2	p	Fark U Testi
	1. Beden Eğitimi ve Spor	19	92,25	10,311	,013*	**1>5,6**
	2. Türkçe	23	86,14			
	3. İngilizce	9	87,14			
	4. Fen bilimleri	9	85,12			
	5. Matematik	8	78,52			
	6. Sosyal Bilgiler	5	79,56			
	7. Teknoloji Tasarım	4	86,23			
	8. Din Kültürü	9	83,93			
	9. Sınıf Öğretmeni	11	84,81			
	10. Müzik	8	86,42			
	11. **Rehberlik**	**7**	**86,25**			

*p<0,05

Tablo 6'da Öğretmenlik branşına bağlı olarak yapılan analiz sonucunda; Beden Eğitimi ve Spor öğretmenleri lehine anlamlı farklılık olduğu görülmüştür (p<0.05). Buna göre Beden Eğitimi ve Spor öğretmenlerinin ölçek toplam boyutunda sahip oldukları sıra ortalamalarının Matematik ve Sosyal Bilgiler öğretmenlerinden daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Tablo 7. Öğretmenlerin SYBDÖ toplam ve alt boyutları puan ortalamaları

SYBDÖ alt boyutları	Ort.
SYBDÖ Toplam	140,46

Tablo 7'ye göre, öğretmenlerin SYBD ölçeği toplam puan ortalaması orta düzeyde bulunmuştur.

SONUÇ

Kahramanmaraş ili örnekleminde öğretmenlerin sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını çeşitli bağımsız değişkenler açısından değerlendirmeyi amaçlayan bu araştırmanın sonuçları aşağıda maddeler halinde belirtilmiştir.

- Öğretmenlerin sağlıklı yaşam biçimi davranışları cinsiyete göre farklılık göstermemektedir. Diğer bir ifade ile erkek ve kadınların sağlıklı yaşam biçimi davranışları birbirine benzerdir.
- Medeni duruma göre ise katılımcıların cevapları arasında farklılık oluştuğu görülmüştür. Katılımcıların sağlıklı yaşam biçimi davranışlarında fiziksel aktivite ve egzersiz bakımından bekâr katılımcılar lehine istatistiksel farklılık oluşturacak biçimde daha olumludur.
- Öğretmenlerin yaşları sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını farklılaştırmaktadır. Katılımcıların sağlıklı yaşam biçimi davranışları fiziksel aktivite ve egzersiz boyutunda 31-40 yaşa göre 41 ve üzeri yaş grubunda yer alanlar lehine, stres yönetimi bakımından diğer yaş gruplarına kıyasla 41 ve üzeri yaş grubunda yer alanlar lehine farklılık oluşturacak biçimde daha olumludur.
- Meslekte çalışma yılı ile öğretmenlerin sağlıklı yaşam biçimi davranışları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Buna göre meslekte çalışma süresi ile sağlıklı yaşam becerileri benzer oranda gelişim gösterdiği söylenebilir.
- Öğretmenlik branşı ile öğretmenlerin sağlıklı yaşam biçimi davranışları arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Öğretmenlik branşına bağlı olarak yapılan analiz sonucunda; SYBDÖ toplam boyutunda Matematik ve Sosyal Bilgiler öğretmenlerine kıyasla Beden Eğitimi ve Spor öğretmenleri lehine anlamlı farklılık olduğu görülmüştür.
- Spor yapıp yapmama durumu ile öğretmenlerin sağlıklı yaşam biçimi davranışları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Buna göre, kişilerarası ilişkiler alt boyutu haricinde diğer tüm alt boyutlarda spor yaptığını belirtmiş olanlar lehine anlamlı farkın olduğu görülmüştür.
- Öğretmenlerin SYBDÖ toplam puan ortalaması orta düzeyde bulunmuştur.

Sonuç olarak, öğretmenlerin sağlıklı yaşam biçimi davranışları medeni durum, yaş, branş ve spor yapma durumu değişkenleri açısından farklılık göstermektedir. Cinsiyet ve mesleki tecrübeye bağlı olarak yapılan değerlendirme de ise, katılımcıların benzer özellikleri yansıttığı görülmüştür.

KAYNAKÇA

Bozhüyük A, Sağlıklı yaşam biçimi ve aile hekimliği. TJFMPC 2012; s.6.

Güler Ç, Akın L, Halk sağlığı temel bilgiler. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Hastaneleri Basımevi, Ankara, 2006.

Işıksoluğu M, Liselerdeki sağlık bilgisi dersine öğretmen yetiştirilmesi, Çağdaş Eğitim Dergisi 1997; 11(1): 4-9.

World Health Organization, The Bangkok Charter for health promotion in a globalized world. Erişim:(http://www.afro.who.int/en/tanzania/tanzaniapublications/cat_view/1501english/1235-divisions-andprogrammes/703-division-of-prevention-a-control-of-non communicable-diseases-dnc/805-healthpromotion-hpr.html?orderby=dmdate_published.

Yalçınkaya M, Özer GÖK F, Karamanoğlu YA. Sağlık çalışanlarında sağlıklı yaşam biçiminin değerlendirilmesi. TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni 2007; 6 (6): 409- 420.

TÜRK ELİT ERKEK VOLEYBOL SPORCULARINDA SPORTİF SORUNLARLA BAŞA ÇIKMA BECERİLERİ İLE ŞİDDET EĞİLİMİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Tamer KARADEMİR[1], Levent VAR[2], Cengizhan PAKYARDIM[3], Suat Mehmet PAKSOY[4]

[1]Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Kahramanmaraş / Türkiye
[2] Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Kırşehir / Türkiye
[3]Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kahramanmaraş / Türkiye
[4]Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kırşehir, Türkiye

Öz: Bu araştırmanın amacı Türk elit erkek voleybol sporcularında sportif sorunlarla başa çıkma becerileri ile şiddet eğilimi arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırmada betimsel yöntem kullanılmış, çalışma örneklemini 2020-2021 Voleybol sezonunda Voleybol Erkekler 1. ve 2. Lig kategorilerinde mücadele eden (yaş ortalaması 21,29±7,60) toplam 224 Türk erkek voleybol sporcusu oluşturmuştur. Araştırmada veriler online anket formu yoluyla elde edilmiştir. Veri toplama aracı olarak, Türkçe uyarlaması Özcan (2017) tarafından yapılan "Sportif Sorunlarla Başa Çıkma Becerileri Envanteri (ACSI-28)" ile Aslan ve Uğraş (2020) tarafından geliştirilmiş olan "Takım Sporu Yapan Sporcularda Şiddet Eğilimi Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin analizinde Pearson Korelâsyon katsayısı ve ANOVA testleri kullanılmıştır. Araştırma bulgularında, Sportif Sorunlarla Başa Çıkma Becerileri Envanteri (ACSI-28) alt boyutlarında oyuncu pozisyonuna bağlı olarak yapılmış olan analiz sonucunda; hedef belirleme/zihinsel hazırlık alt boyutunda, pasör ve pasör çaprazı oyuncuları lehine, zorlukla baş etme alt boyutunda, libero/orta oyuncuları lehine, baskı altında yüksek performans alt boyutunda, pasör çaprazı oyuncuları lehine, kaygıdan uzak olma alt boyutunda ise pasör çaprazı ve libero/orta oyuncuları lehine anlamlı fark olduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$). Sporculuk geçmişi (yıl) değişkenine göre ise, 7 ve üzeri yıl sporculuk geçmişi olanların fiziksel ve sözel şiddet eğilimlerinin daha düşük, güven ve başarı güdüsü, hedef belirleme/zihinsel hazırlık ve baskı altında yüksek performans becerilerinin diğer sporculardan daha yüksek olduğu bulunmuştur. Araştırmaya katılan sporcuların oyun içi pozisyonlarına göre şiddet eğilimlerinin ise benzer düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Sonuç olarak, araştırmaya katılan Türk elit erkek voleybol sporcularının; şiddet eğilim düzeyinin düşük (32,44±9,43), sportif sorunlarla başa çıkma becerilerinin ise orta düzeyde (48,43±9,07) olduğu, şiddet eğilimleri ile sportif sorunlarla başa çıkma becerileri arasında düşük düzeyde ve negatif yönde bir ilişki olduğu ve buna göre sportif sorunlarla başa çıkma becerileri artış gösterdikçe şiddet eğilim düzeyinde düşük düzeyde bir azalış görüldüğü söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Voleybol, Şiddet Eğilimi, Sportif Sorunlarla Başa Çıkma

GİRİŞ

Spor faaliyetlerinde istenilen başarıyı elde etmek için motivasyon, konsantre, odaklanmak, amaç belirlemek, özgüven ve pozitif düşünmek vb. psikolojik becerilerin bilinmesi ile ilerletilmesi, planlı ve düzenli bir zaman dilimi olan zihinsel antrenman ve beceriler sporcular için önem arz etmektedir (Neff, 2010).

Spor faaliyetlerin de sporcunun dikkatini çeken iç ve dış algılara yönelik, yapılan çalışmaya konsantre olabilme, kapasitesinin sürdürebilmesinde önemli bir etkendir (Burton ve Raedeke, 2008). Sporcular idmanlarda ya da yarışma esnasında pek çok iç ve dış dikkat dağıtan etkilerin altında kaldıklarından, bu etkileri farklı mental süzgeçlerden sıyrılarak bireyi pozitif veya negatif yönde etkilemektedir. Ancak

yarışmacı bu olumsuz algıları kontrol altına almayı beceremezse antrenman ve yarışmadaki performansına olumsuz bir şekilde yansıyabilir (Burton ve Raedeke; Williams ve ark., 2003). Ayrıca sporcuların antrenman ve yarışma öncesi konsantrasyon seviyelerinin üst seviyede olması, onların dikkat seviyelerinin de yüksek olduğunu göstermektedir (Williams ve ark., 2003). Buna bağlı olarak dikkat seviyesinin yüksek olması antrenmanda ve yarışmada yapılacak olan hatalı performansların payını azaltmaktadır (Konter, 1995). Konsantrasyon düzeyinin yüksekte tutulması zihinsel ve fiziksel antrenmanın verimini yükseltmektedir (Beşiktaş, 2012). Sporcuların, sportif sorunlarla başa çıkma becerileri, hedef belirleme ve mental hazırlık, zorluklarla baş edebilme yeteneği, güven ve başarı motivasyonu, konsantrasyon, öğrenmeye açık olabilme, baskı altında iyi performans gösterebilme ve endişelerden kurtulma boyutların birleşiminden oluşmaktadır (Bedir ve ark., 2015).

Şiddet eğilimi, kişinin şiddete yönelik duygu, düşünce ve fiillerinden meydana gelmektedir. Şiddet eğilimi bireylerin sadece şiddet içerikli hal ve hareketleri ile sınırlı kalmaz. Şiddete başvurmak kadar, şiddet kullanımını meşru kabul etmek de şiddet eğilimi anlamına gelir (Kocabaşoğlu ve Yavuz, 2000).

Sporda şiddet, agresif davranışların belirli bir spor branşının kurallarına aykırı olarak tasviridir. Sporda şiddeti açıklamak için ortaya koyulan üç teori mevcuttur. Bunlar; biyolojik, sosyal öğrenme ve psikolojik teoridir. Biyolojik teori, şiddetin bir kişinin doğuştan varlığından kaynaklandığını ileri sürerken, psikolojik teori, şiddetin belirli hedeflere ulaşılmamasından kaynaklanan sıkıntıdan kaynaklandığını, sosyal öğrenme teorisinde ise şiddetin taklitten kaynaklandığını belirtmektedir. Sporda şiddetin eski çağlardan beri var olduğu ifade edilirken, sporun ticarileşmesi ile profesyonellik gerektiren bir boyut kazanması ile birlikte yeni formlara büründüğü vurgulanmaktadır (Sekot, 2009).

Araştırmalar, sporda şiddeti teşvik eden birtakım faktörleri ortaya koymaktadır. Bunlar arasında; seyirciler, oyuncular, amigolar ve antrenörler tarafından verilen ipuçları yer almaktadır. Spor ortamlarında seyirciler takımları vasıtasıyla kendilerine güven ve sosyal kimlik kazanırlar. Oyuncular, taraftarlar ve antrenörler arasında grup birliği yaratan bir bağlantı kurarak rakip takımları düşman olarak algılarlar. Diğer takımların düşman olarak algılanması, düşmanlığı teşvik eder. Düşmanlığın destekçileri, azınlıkları, coğrafi bölgeleri ve diğer sosyal sınıfları kapsamaktadır (Abdal-Haqq, 1989).

AMAÇ

Bu araştırmanın amacı Türk elit erkek voleybol sporcularında sportif sorunlarla başa çıkma becerileri ile şiddet eğilimi arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

YÖNTEM

Araştırmada betimsel yöntem kullanılmış, çalışma örneklemini 2020-2021 sezonunda Voleybol Erkekler 1. ve 2. Lig kategorilerinde mücadele eden (yaş ortalaması 21,29±7,60) toplam 224 Türk erkek voleybol sporcusu oluşturmuştur. Araştırmada veriler online anket formu yoluyla elde edilmiştir. Veri toplama aracı olarak, Türkçe uyarlaması Özcan (2017) tarafından yapılan "Sportif Sorunlarla Başa Çıkma Becerileri Envanteri (ACSI-28)" ile Aslan ve Uğraş (2020) tarafından geliştirilmiş olan "Takım Sporu Yapan Sporcularda Şiddet Eğilimi Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin normal dağılım gösterdiği görüldüğünden bağımlı değişkenler arasındaki ilişki Pearson Korelâsyon katsayısı ile değerlendirilmiş, bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkenler üzerindeki etkileri ise ANOVA testi ile test edilmiştir.

BULGULAR

Araştırma grubundan elde edilen bulgular tablolaştırılarak aşağıda sunulmuştur.

Tablo 1. Sportif Sorunlarla Başa Çıkma Becerileri Envanteri (ACSI-28) alt boyutlarında oyuncu pozisyonuna bağlı olarak yapılmış olan analiz sonuçları

ACSI-28	Oyun İçi Pozisyon	n	Mean	SD	F	p	Fark
Zorluklarla Baş Edebilme	1. pasör çaprazı	24	7,75	2,47	2,933	,022*	3>1,2,4,5
	2. pasör	28	7,28	1,69			
	3. libero/orta	36	8,22	1,19			
	4. orta	38	7,68	1,47			
	5. smaçör	98	7,16	1,71			
Konsantrasyon	1. pasör çaprazı	24	8,50	1,74	2,258	,064	-
	2. pasör	28	7,92	1,74			
	3. libero/orta	36	8,00	1,94			
	4. orta	38	7,21	1,56			
	5. smaçör	98	7,75	1,70			
Öğrenmeye Açık Olabilme	1. pasör çaprazı	24	7,75	2,28	1,274	,281	-
	2. pasör	28	7,64	2,05			
	3. libero/orta	36	7,27	1,64			
	4. orta	38	7,05	1,20			
	5. smaçör	98	7,06	1,67			
Güven ve Başarı Motivasyonu	1. pasör çaprazı	24	6,33	2,05	1,568	,184	-
	2. pasör	28	6,78	1,77			
	3. libero/orta	36	6,50	1,23			
	4. orta	38	6,05	1,45			
	5. smaçör	98	6,06	1,52			

Hedef Belirleme ve Mental Hazırlık	1. pasör çaprazı	24	8,75	1,51	2,528	,042*	1>4,5 2>4,5
	2. pasör	28	8,92	2,67			
	3. libero/orta	36	8,27	2,02			
	4. orta	38	7,63	2,32			
	5. smaçör	98	7,83	2,02			
Baskı Altında İyi Performans Gösterebilme	1. pasör çaprazı	24	7,00	1,50	3,112	,016*	1>5
	2. pasör	28	6,42	1,91			
	3. libero/orta	36	6,88	1,34			
	4. orta	38	6,21	1,37			
	5. smaçör	98	6,08	1,48			
Endişelerden Kurtulmak	1. pasör çaprazı	24	5,58	1,69	4,397	,002*	1>4,5 3>4,5
	2. pasör	28	4,57	1,75			
	3. libero/orta	36	5,11	1,38			
	4. orta	38	4,36	1,28			
	5. smaçör	96	4,39	1,41			

*($p<0,05$)

Tablo 1'de gösterildiği üzere, Sportif Sorunlarla Başa Çıkma Becerileri Envanteri (ACSI-28) alt boyutlarında oyuncu pozisyonuna bağlı olarak yapılmış olan analiz sonucunda; hedef belirleme/zihinsel hazırlık alt boyutunda, pasör ve pasör çaprazı oyuncuları lehine, zorlukla baş etme alt boyutunda, libero/orta oyuncuları lehine, baskı altında yüksek performans alt boyutunda, pasör çaprazı oyuncuları lehine, kaygıdan uzak olma alt boyutunda ise pasör çaprazı ve libero/orta oyuncuları lehine anlamlı fark olduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$).

Tablo 2. Sportif Sorunlarla Başa Çıkma Becerileri Envanteri (ACSI-28) alt boyutlarında sporculuk geçmişine bağlı olarak yapılmış olan analiz sonuçları

ACSI-28	Sporculuk Geçmişi (yıl)	n	Mean	SD	F	p	Fark
Zorluklarla Baş Edebilme	1-3 yıl	30	7,40	1,42	1,261	,285	-
	4-6 yıl	74	7,27	2,08			
	7 ve üzeri yıl	120	7,66	1,54			
Konsantrasyon	1-3 yıl	30	8,20	1,82	1,318	,270	-
	4-6 yıl	74	7,59	1,64			
	7 ve üzeri yıl	120	7,83	1,78			
Öğrenmeye Açık Olabilme	1-3 yıl	30	7,13	2,19	,246	,782	-
	4-6 yıl	74	7,16	1,68			
	7 ve üzeri yıl	120	7,31	1,65			
Güven ve Başarı Motivasyonu	1-3 yıl	30	5,80	1,44	7,402	,001*	3>1,2
	4-6 yıl	74	5,83	1,48			
	7 ve üzeri yıl	120	6,61	1,57			
Hedef Belirleme ve Mental Hazırlık	1-3 yıl	30	7,33	2,08	6,899	,001*	3>1,2
	4-6 yıl	74	7,64	2,13			
	7 ve üzeri yıl	120	8,58	2,07			
Baskı Altında İyi Performans Gösterebilme	1-3 yıl	30	6,20	1,29	9,758	,001*	3>1,2
	4-6 yıl	74	5,81	1,68			
	7 ve üzeri yıl	120	6,76	1,38			
Endişelerden Kurtulmak	1-3 yıl	30	4,26	1,31	1,456	,236	-
	4-6 yıl	74	4,61	1,68			
	7 ve üzeri yıl	120	4,78	1,44			

Tablo 2'de görüldüğü üzere, Sportif Sorunlarla Başa Çıkma Becerileri Envanteri (ACSI-28) alt boyutlarında sporculuk geçmişine bağlı olarak yapılmış olan analiz sonucunda; 7 ve üzeri yıl sporculuk geçmişi olanların, güven ve başarı güdüsü, hedef belirleme/zihinsel hazırlık ve baskı altında yüksek performans becerilerinin diğer sporculardan daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Tablo 3. Takım Sporu Yapan Sporcularda Şiddet Eğilimi Ölçeği alt boyutlarında sporcuların oyun içi pozisyonlarına bağlı olarak yapılmış olan analiz sonuçları

Şiddet Eğilimi Ölçeği	Oyun İçi Pozisyon	n	Mean	SD	F	p
Fiziksel şiddet	1. pasör çaprazı	24	18,58	6,58	2,113	,080
	2. pasör	28	16,28	5,48		
	3. libero/orta	36	15,50	4,62		
	4. orta	38	15,36	4,81		
	5. smaçör	98	17,14	5,04		
Sözlü şiddet	1. pasör çaprazı	24	9,41	4,67	1,078	,369
	2. pasör	28	10,61	6,09		
	3. libero/orta	36	9,27	3,73		
	4. orta	38	8,52	2,28		
	5. smaçör	98	9,44	3,67		
Duygusal şiddet	1. pasör çaprazı	24	6,36	2,96	1,147	,335
	2. pasör	28	7,21	3,17		
	3. libero/orta	36	6,16	2,48		
	4. orta	38	6,05	2,55		
	5. smaçör	98	6,75	2,44		

Tablo 3'te gösterildiği üzere, araştırmaya katılan sporcuların oyun içi pozisyonlarına göre şiddet eğilimlerinin ise benzer düzeyde olduğu tespit edilmiştir (p>0,05).

Tablo 4. Takım Sporu Yapan Sporcularda Şiddet Eğilimi Ölçeği alt boyutlarında sporculuk geçmişine bağlı olarak yapılmış olan analiz sonuçları

Şiddet Eğilimi Ölçeği	Sporculuk Geçmişi (yıl)	n	Mean	SD	F	p	Fark
Fiziksel Şiddet	1-3 yıl	30	16,33	5,49	6,099	,003*	3<1,2
	4-6 yıl	74	18,29	5,28			
	7 ve üzeri yıl	120	15,66	4,92			
Sözlü Şiddet	1-3 yıl	30	9,06	4,09	3,192	,043*	3<1,2
	4-6 yıl	70	10,37	5,03			
	7 ve üzeri yıl	118	8,89	3,06			
Duygusal Şiddet	1-3 yıl	30	7,26	1,87	2,089	,126	-
	4-6 yıl	72	6,75	2,59			
	7 ve üzeri yıl	118	6,25	2,78			

*(p<0.05)

Tablo 4'te gösterildiği üzere, araştırmaya katılan sporcuların sporculuk geçmişi (yıl) değişkenine göre 7 ve üzeri yıl sporculuk geçmişi olanların fiziksel ve sözel şiddet eğilimlerinin daha düşük olduğu belirlenmiştir.

Tablo 5. Araştırmaya Katılan Türk Elit Erkek Voleybol Sporcularının; Takım Sporu Yapan Sporcularda Şiddet Eğilimi Ölçeği Toplam Puan Ortalaması

Takım Sporu Yapan Sporcularda Şiddet Eğilimi Ölçeği Toplam	N	Mean	SD
	214	32,44	9,43

Tablo 5'te görüleceği üzere, araştırmaya katılan Türk elit erkek voleybol sporcularının; şiddet eğilim düzeyinin düşük (32,44±9,43) olduğu bulunmuştur.

Tablo 6. Araştırmaya katılan Türk elit erkek voleybol sporcularının Sportif Sorunlarla Başa Çıkma Becerileri Envanteri (ACSI-28) Toplam Puan Ortalamaları

ACSI-28 Toplam	N	Mean	SD
	222	48,43	9,07

Tablo 6'da görüleceği üzere, araştırmaya katılan Türk elit erkek voleybol sporcularının sportif sorunlarla başa çıkma becerilerinin orta düzeyde (48,43±9,07) olduğu bulunmuştur.

Tablo 7. Araştırma Grubunun Sportif Sorunlarla Başa Çıkma Becerileri ile Şiddet Eğilim Düzeyleri Arasındaki Korelasyon Analiz Sonuçları

Bağımlı Değişkenler	N	Şiddet Eğilimi	SSBÇB	p
Şiddet Eğilimi	214	1	-,181	,008*
SSBÇB	214	-,181	1	

Tablo 7'de gösterildiği üzere, araştırma grubunun şiddet eğilim düzeyi ile sportif sorunlarla başa çıkma becerileri arasında düşük düzeyde ve negatif yönde bir ilişki olduğu ve buna göre sportif sorunlarla başa çıkma becerileri artış gösterdikçe şiddet eğilim düzeyinde düşük düzeyde bir azalış görüldüğü belirlenmiştir.

SONUÇ

Sonuç olarak, Sportif Sorunlarla Başa Çıkma Becerileri Envanteri (ACSI-28) alt boyutlarında oyuncu pozisyonuna bağlı olarak yapılmış olan analiz sonucunda; hedef belirleme/zihinsel hazırlık alt boyutunda, pasör ve pasör çaprazı oyuncuları lehine, zorlukla baş etme alt boyutunda, libero/orta oyuncuları lehine, baskı altında yüksek performans alt boyutunda, pasör çaprazı oyuncuları lehine, kaygıdan uzak olma alt boyutunda ise pasör çaprazı ve libero/orta oyuncuları lehine anlamlı fark olduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$). Sporculuk geçmişi (yıl) değişkenine göre ise, 7 ve üzeri yıl sporculuk geçmişi olanların fiziksel ve sözel şiddet eğilimlerinin daha düşük, güven ve başarı güdüsü, hedef belirleme/zihinsel hazırlık ve baskı altında yüksek performans becerilerinin diğer sporculardan daha yüksek olduğu bulunmuştur. Araştırmaya katılan sporcuların oyun içi pozisyonlarına göre şiddet eğilimlerinin ise benzer düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Sonuç olarak, araştırmaya katılan Türk elit erkek voleybol sporcularının; şiddet eğilim düzeyinin düşük (32,44±9,43), sportif sorunlarla başa çıkma becerilerinin ise orta düzeyde (48,43±9,07) olduğu, şiddet eğilimleri ile sportif sorunlarla başa çıkma becerileri arasında düşük düzeyde ve negatif yönde bir ilişki olduğu ve buna göre sportif sorunlarla başa çıkma becerileri artış gösterdikçe şiddet eğilim düzeyinde düşük düzeyde bir azalış görüldüğü söylenebilir.

KAYNAKÇA

Abdal-Haqq I. Violence in Sports. ERIC Digest 1-89. Source: ERIC Clearing house on Teacher Education Washington DC. 1989.

Bedir, D., Erhan, S. E., Güler, M. Ş. ve Ağduman, F. (2015). Sporcuların Psikolojik Becerilerini Değerlendirme Ölçeğinin Türkçe Geçerlilik Güvenirlik Çalışması. Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 17(1), 59-71.

Beşiktaş, Y. (2012). Sporda Zihinde Canlandırmak. İstanbul: Beyaz Yayınları.

Burton, D. ve Raedeke, T. D. (2008). Sport psychology for coaches. Human Kinetics.

Kocabaşoğlu T, Yavuz S. Biyolojik sosyolojik ve psikolojik açıdan şiddet. Sökmen Yayınları İstanbul, 2000.

Konter, E. (1995). Sporda Motivasyon. İzmir: Saray Medikal Yayıncılık.

Neff, R. (2010). Mental Training for Athletes and Other Performers. Erişim adresi: www.Mentaltraininginc.com.

Sekot A. Violence in sports. European Journal for Sport and Society 2009; 6(1): 37-49.

Weinberg, R. ve Gould, D. (2003). Foundations of sport and exercise psychology. USA: Human Kinetics.

Williams, J. M., Zinsser, N. ve Bunker, L. (2006). Cognitive techniques for building confidence and enhancing performance. Applied sport psychology: Personal growth to peak performance, 5, 349-381.

PLATES, YOGA, ZUMBA VE YÜRÜYÜŞ-KOŞU YAPAN KADINLARIN PSİKOLOJİK İYİ OLUŞ HALLERİ VE FİZİKSEL GÖRÜNÜŞ MÜKEMMELLİĞİ İLE ÖZ GÜVEN ARASINDAKİ İLİŞKİ

Bayram KAYA[1], Murat Bekleyiş APAYDIN[2], Hakan SUNAY[3]

[1]Kırşehir Halk Eğitim Müdürlüğü, Kırşehir / Türkiye
[2]Kayseri Büyükşehir Belediyesi, Spor A.Ş. Kayseri / Türkiye
[3]Ankara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara / Türkiye

Öz: Mükemmelliyetçilik; Hatasız yüksek standartlara ulaşma çabası veya bu standartlara ulaşma olarak tanımlanabilir. Fiziksel mükemmelliğe ulaşan kişilerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin de yüksek olacağı ön görülmektedir. Psikolojik iyi olma kavramı ilk olarak Bradburn tarafından ortaya atılmıştır. Fiziksel ve psikolojik açıdan kendisini mükemmel hisseden kişinin öz güven düzeyi de yüksek olacaktır. Bu bilgilere göre çalışmanın amacı Plates, Yoga, Zumba ve Yürüyüş-Koşu Yapan Kadınların Psikolojik İyi Oluş Halleri ve Fiziksel Görünüş Mükemmelliği ile Öz Güven Arasındaki İlişkiyi çeşitli değişkenlere göre incelemektir. Betimsel tarama modeli uygulanmıştır. Araştırma için hazırlanan kişisel bilgi formu; eğitim durumu, yaş durumu, medeni durum, aylık gelir, egzersiz çeşidi ve egzersiz yaptığı süre olmak üzere 6 adet değişkenden oluşmaktadır. İkinci bölümde fiziksel mükemmelliyetçiliğini ölçmek için Yang ve Stoeber (2012) tarafından geliştirilen Kolsallayan (2017) tarafından Türkçe uyarlanan 12 maddeden oluşan "Fiziksel Görünüş Mükemmeliyetçiliği Ölçeği" uygulanmıştır. 5'li likert tipindeki ölçek iki alt boyuttan oluşmaktadır. Üçüncü bölüm de ise Diener ve ark. (2009) tarafından geliştirilen ve Telef (2013) tarafından Türkçeye uyarlanan 8 maddeden ve 7'li likert tipinden oluşan "Psikolojik İyi Oluş Ölçeği" uygulanmıştır. Dördüncü bölümde katılımcıların öz güvenini ölçmek için, Akın (2007) tarafından geliştirilen 5'li likert tipi, 33 maddeden ve 2 alt boyuttan oluşan "Öz Güven Ölçeği" uygulanmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu; Kırşehir İlinde Plates, Yoga, Zumba ve Yürüyüş-Koşu egzersizi yapan gönüllü 404 kadından oluşmaktadır. Uygulanan kişisel bilgi formuyla beraber ölçeklerden ve alt boyutlarından alınan puanlar frekans, yüzde, aritmetik ortalama, ikili değişkenlerde bağımsız örneklem t testi, çoklu değişkenlerde One-Way ANOVA testi uygulanmıştır. Fiziksel Görünüş Mükemmeliyetçiliği boyutu, Kusurlu Olmaktan Endişelenme, Mükemmeliyetçilik İçin Umut alt boyutları, Psikoloji boyutu, Öz Güven boyutu, İç Özgüven ve Dış Özgüven alt boyutları ile eğitim durumu değişkeni arasında fark anlamlı bulunmuştur. Fiziksel Görünüş Mükemmeliyetçiliği boyutu, Kusurlu Olmaktan Endişelenme, Mükemmeliyetçilik İçin Umut alt boyutları ve Psikolojik iyi oluş boyutu ile yaş durumu değişkeni arasında fark anlamlı bulunmuştur. Medeni Durum değişkeni ile Fiziksel Görünüş Mükemmeliyetçiliği boyutu ve tüm alt boyutları ile Psikolojik İyi Oluş boyutu arasında fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Fiziksel Görünüş Mükemmelliyetçiliği boyutu ve Kusurlu Olmaktan Endişelenme ile Mükemmeliyetçilik İçin Umut alt boyutları, Psikolojik İyi Oluş boyutu, Öz Güven boyutu ve İç Özgüven alt boyutu ile Aylık Gelir değişkeni arasında fark anlamlı bulunmuştur. Uzun süre fiziksel aktivitelere katılan katılımcıların iyi bir fiziğe sahip olması ve psikolojik yönden güçlü olması, bunun sonucu olarak öz güven seviyesinin yüksek bulunması beklenen bir durum olarak değerlendirilmektedir.

***Anahtar Kelimeler**:* Fiziksel iyi oluş, Fiziksel Görünüş, Öz Güven

GİRİŞ

Mükemmeliyetçilik; Hatasız yüksek standartlara ulaşma çabası veya bu standartlara ulaşma olarak tanımlanabilir (Hewitt, Flett, 1991). Stoeber (2018)' e göre mükemmeliyetçilik kusursuzluk için çabalamak ve bireyin davranışlarına dönük aşırı kritik değerlendirmelerle birlikte çok yüksek performans standartlarına sahip olmasıyla karakterize edilen kişilik eğilimleridir. Son yıllarda önemli konu olmaya başlayan fiziksel görünüş mükemmeliyetçiliği, erkeklerde kaslı vücut yapısına sahip olma kadınlarda ise ince vücut yapısına sahip olma isteğini ortaya çıkarmıştır. Bu isteği etkileyen faktör ise kişinin psikolojik durumu olduğu düşünülmektedir. Kişiler hem fiziksel hem de psikolojik yönden mükemmel olma ihtiyacı hissederler. Fiziksel mükemmelliğe ulaşan kişilerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin de yüksek olacağı ön görülmektedir.

Psikolojik iyi olma kavramı ilk olarak Bradburn tarafından ortaya atılmıştır (Norman,1969). Psikolojik iyi olma duygusal olan olumlu duyguların bir bütünlük içerisinde bireysel ve sosyal yaşamda en iyi etkinliklerle kendisini gösterir (Antaramian, Huebner, Hills ve Valois, 2010). Psikolojik iyi oluş; yaşamı anlamlandırma, kişisel gelişim ve diğer insanlarla anlamlı ilişkiler kurma ve bunları yönetebilmedir (Keyes, Shmotkin, ve RRyff, 2002).

MATERYAL ve YÖNTEM

Araştırmamızda betimsel tarama modeli uygulanmıştır. Araştırma öncesi katılımcılara çalışmanın amacı belirtilmiş olup için hazırlanan kişisel bilgi formu; eğitim durumu, yaş durumu, medeni durum, aylık gelir, egzersiz çeşidi ve egzersiz yaptığı süre olmak üzere 6 adet değişkenden oluşmaktadır. Ölçeğin ikinci bölümde fiziksel mükemmeliyetçiliğini ölçmek için Yang ve Stoeber (2012) tarafından geliştirilen Kolsallayan (2017) tarafından Türkçe uyarlanan 12 maddeden oluşan "Fiziksel Görünüş Mükemmeliyetçiliği Ölçeği" uygulanmıştır. 5'li likert tipindeki ölçek iki alt boyuttan oluşmaktadır. Üçüncü bölüm de ise Diener ve ark. (1985) tarafından geliştirilen ve Telef (2013) tarafından Türkçeye uyarlanan 8 maddeden ve 7'li likert tipinden oluşan "Psikolojik İyi Oluş Ölçeği" uygulanmıştır. Dördüncü bölümde katılımcıların öz güvenini ölçmek için, Akın (2007) tarafından geliştirilen 5'li likert tipi, 33 maddeden ve 2 alt boyuttan oluşan "Öz Güven Ölçeği" uygulanmıştır. Çalışmanın örneklem grubu Kırşehir İlinde Plates, Yoga, Zumba ve Yürüyüş-Koşu egzersiz faaliyetlerine katılım gösteren gönüllü 404 kadın bireylerden oluşmaktadır.

BULGULAR

		N	$\bar{X}$	SD	F	P*	Tukey
FİZİKSEL GÖRÜNÜŞ MÜKEMMELİYET-ÇİLİĞİ	Plates	184	3,1963	1,13918	17,376	,000	Plates, Yürüyüş-Koşu, Zumba
	Yürüyüş-Koşu	89	3,7471	1,26234			
	Zumba	57	3,9152	,89903			
	Yoga	74	2,7030	,28990			Yoga
Kusurlu Olmaktan Endişelenme	Plates	184	2,8559	1,15506	35,004	,000	Plates, Yürüyüş-Koşu, Zumba
	Yürüyüş-Koşu	89	3,6521	1,07413			
	Zumba	57	3,6545	,74368			
	Yoga	74	2,1013	,27032			Yoga
Mükemmellik İçin Umut	Plates	184	3,6728	1,38289	3,888	,009	Zumba
	Yürüyüş-Koşu	89	3,6728	1,38289			Plates, Yoga
	Zumba	57	3,8800	1,53691			
	Yoga	74	3,5455	,55304			
PSİKOLOJİK İYİ OLUŞ	Plates	184	4,5121	1,72791	36,471	,000	Yürüyüş-Koşu, Yoga
	Yürüyüş-Koşu	89	5,6985	,75797			
	Zumba	57	3,6659	,86236			
	Yoga	74	5,7500	,74536			Plates
ÖZ GÜVEN	Plates	184	3,5753	,67674	2,776	,041	Yoga,
	Yürüyüş-Koşu	89	3,5087	,40842			Yürüyüş-Koşu,
	Zumba	57	3,5048	,41047			
	Yoga	74	3,7679	,389933			
İç Özgüven	Plates	184	3,5753	,67674			Yoga,

	Yürüyüş-Koşu	89	3,5087	,40842	2,776	,041	Yürüyüş-Koşu
	Zumba	57	3,5048	,41047			
	Yoga	74	3,7679	,38993			
Dış Özgüven	Plates	184	5,2736	,70369			
	Yürüyüş-Koşu	89	5,1412	,42850	1,186	,315	
	Zumba	57	5,3225	,378862			
	Yoga	74	5,6170	,44244			

Fiziksel aktivite çeşidi değişkeni ile Fiziksel Görünüş Mükemmeliyetçiliği boyutu ve alt boyutları, Psikolojik İyi Oluş Boyutu ve Özgüven Boyutu, İç Özgüven Alt Boyutu arasında fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Fiziksel aktivite çeşidi değişkeni ile Dış Özgüven Alt Boyutu arasında fark anlamlı bulunamamıştır. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu görmek için yapılan Tukey testinde Fiziksel Görünüş Mükemmeliyetçiliği boyutu ve Kusurlu Olmaktan Endişelenme alt boyutunda Plates, Yürüyüş-Koşu, Zumba katılımcılar ile Yoga katılımcılar arasında Plates, Yürüyüş-Koşu, Zumba katılımcıların lehine fark anlamlı bulunmuştur. Mükemmellik İçin Umut alt boyutunda Zumba ile Plates, Yoga katılımcıları arasında zumba lehine fark anlamlı bulunmuştur. Psikolojik İyi Oluş boyutunda Yürüyüş-Koşu, Yoga ile Plates katılımcıları arasında Yürüyüş-Koşu, Yoga katılımcıların lehine fark anlamlı bulunmuştur. Öz Güven boyutunda ve İç Öz güven alt boyutunda Yoga ile Yürüyüş-Koşu katılımları arasında Yoga lehine fark anlamlı olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

SONUÇ

Plates, Yoga, Zumba ve Yürüyüş-Koşu gibi aktivitelere katılım gösteren Kadınların Psikolojik İyi Oluş Halleri ve Fiziksel Görünüş Mükemmelliği ile Öz Güven Arasındaki İlişkinin incelendiği bu çalışmada; Egzersiz çeşidi değişkeni ile Fiziksel Görünüş Mükemmeliyetçiliği boyutu ve alt boyutları, Psikolojik İyi Oluş Boyutu ve Özgüven Boyutu, İç Özgüven Alt Boyutu arasında fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Fiziksel aktivite çeşidi değişkeni ile Dış Özgüven Alt Boyutu arasında fark anlamlı bulunamamıştır. Yapılan aktiviteler kadınların fiziksel, zihinsel ve ruhsal yönden gelişmesine katkı sağlayan aktiviteler olması bu sonucun çıkmasında etkili olduğu düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

Akın, A, (2007). "Özgüven Ölçeğinin Geliştirilmesi ve Psikometrik Özellikleri" Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 2:165-175.

Antaramian, S.P., Huebner, E.S., Hills, K.J., Valois, R.F. (2010). A dual-factor model of mental health: Toward amore comprehensive understanding of youth functioning. *Am J Orthopsychiat, 80*(4), 462-472.

Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. Journal of Personality Assessment, 49, 71-75

Hewitt PL, Flett GL. Perfectionism in the self and social contexts: conceptualization, assessment, and association with psychopathology. Journal of personality and social psychology 1991;60(3):456-470.

Keyes CLM, Shmotkin D, Ryff CD. Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. Journal of Personality and Social Psychology 2002; 82:1007–1022

Kolsallayan, A. (2017). Egzersiz katılımcılarının fiziksel görünüş mükemmeliyetçiliği ve psikolojik iyi oluş düzeylerinin egzersize katılım güdüsüne etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sporda Psiko-Sosyal Alanlar Anabilim Dalı, İzmir

Stoeber, J. (2018). *The Psychology of Perfectionism: An Introduction.* In J. Stoeber (Ed.), The Psychology of Perfectionism: Theory, Research, Applications, Routledge: London.

Telef, B. B. (2013). Psikolojik İyi Oluş Ölçeği: Türkçeye Uyarlama, Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 28 (28-3), 374-384.

Yang, H., & Stoeber, J. (2012). The Physical Appearance Perfectionism Scale: Development and preliminary validation. Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment, 34(1), 69-83.

KÜRESEL İNOVASYON ENDEKSİ ÇERÇEVESİNDE TÜRKİYE

Çiğdem KOŞAR TAŞ[1], Sibel ÖRK ÖZEL[2]

[1]Çukurova Üniversitesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, Ekonometri Bölümü, Adana / Türkiye
[2]Çukurova Üniversitesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, Ekonometri Bölümü, Adana / Türkiye

Öz: İnovasyon, kısaca yenilik anlamına gelmekte olup teknolojik alanlarda yeni fikirlerin, yöntemlerin ve buluşların uygulanarak toplumsal, kültürel ve ekonomik alanlarda kullanılması şeklinde tanımlanabilir. Son yıllarda teknolojik gelişmelerle birlikte inovasyon kavramı da dünya gündemine hızla yerleşmiş olup sıklıkla kullanılmaktadır. Bu doğrultuda, birtakım kuruluşlar tarafından uluslararası düzeyde kabul gören ve inovasyonu temsilen çeşitli göstergeleri içeren bazı endeksler oluşturulmuştur. Bu endekslerden bir tanesi de Küresel İnovasyon Endeksi'dir (Global Innovation Index-KİE). Küresel İnovasyon Endeksi, Birleşmiş Milletler'in (BM) İsviçre merkezli kuruluşu Dünya Fikri Mülkiyet Örgütü (World Intellectual Property Organization-WIPO) tarafından 2007 yılından bu yana yıllık olarak yayınlanmaktadır. Bu endeks, ülkelerin inovasyon yatırımlarının belirlenmesinde ve ilgili politikaların geliştirilmesinde ülkelere yol göstermektedir. Tüm bölgelerden ve gelir gruplarından onlarca ülke, inovasyon politikalarının inşasında bu endeksten faydalanmaktadır. 132 ülke için ortaya konulan bu endekste, girdi alt endeksine ait 5 adet ana gösterge ve çıktı alt endeksine ait 2 adet ana gösterge olmak üzere toplam 7 adet ana gösterge bulunmaktadır. Bu alt endekslere ait ana göstergelerin her birinde 3'er adet alt gösterge mevcuttur. Dolayısıyla bu endeks toplamda 21 adet göstergeden oluşmaktadır. Bu çalışmada, ana endeks, alt endeksler ve göstergeler bağlamında Türkiye'nin 2017-2021 dönemi incelenmiştir. Ele alınan dönem çerçevesinde Türkiye'nin inovasyondaki başarısı ve diğer ülkelere göre mevcut durumu teorik olarak ortaya konmuştur. Bu doğrultuda, ülkemizin durumu değerlendirilerek geliştirilecek olan politikalarla ilgili önerilerde bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: İnovasyon, Küresel İnovasyon Endeksi, Türkiye

GİRİŞ

İnovasyon, kısaca yenilik anlamına gelmekte olup teknolojik alanlarda yeni fikirlerin ve yöntemlerin uygulanarak toplumsal, kültürel ve ekonomik alanlarda kullanılması şeklinde tanımlanabilir. İnovasyon kavram olarak, hem bir süreci (yenilemeyi) hem de bir sonucu (yeniliği) ifade etmektedir. (Baş, 2020: 2).

İnovasyon, üretim aşamasında kullanılan teknolojik bilgiler, yeni bilgi veya bilgi kombinasyonları olarak ifade edilebilmektedir. Hem makro hem de mikro düzeyde ekonomik büyüme ve başarının önemli bir unsuru haline gelen inovasyon, son yıllarda ülkelerin üzerinde durduğu kavramların başında gelmektedir. İnovasyon kavramı, uluslararası rekabette avantaj sağlaması, refah artışı, sürdürülebilir kalkınma ve istihdam artışında önemli bir rol oynaması sebebiyle ülkeler için oldukça önemlidir. (Akt., Hancıoğlu, 2017).

Bu doğrultuda, birtakım kuruluşlar tarafından uluslararası düzeyde kabul gören ve inovasyonu temsilen çeşitli göstergeleri içeren bazı endeksler oluşturulmuştur. Bu endekslerden bir tanesi de Küresel İnovasyon Endeksi'dir (Global Innovation Index-KİE). KİE, ülkelerin inovasyon yatırımlarının belirlenmesinde ve ilgili politikaların geliştirilmesinde ülkelere yol göstermektedir. Tüm bölgelerden ve gelir gruplarından onlarca ülke, inovasyon politikalarının inşasında bu endeksten faydalanmaktadır.

Literatürde KİE üzerine yapılan çalışmaların sayısı diğer endeksler üzerine yapılan çalışmalardan daha kısıtlıdır. Bu çalışmalardan bazıları aşağıda özetlenmiştir.

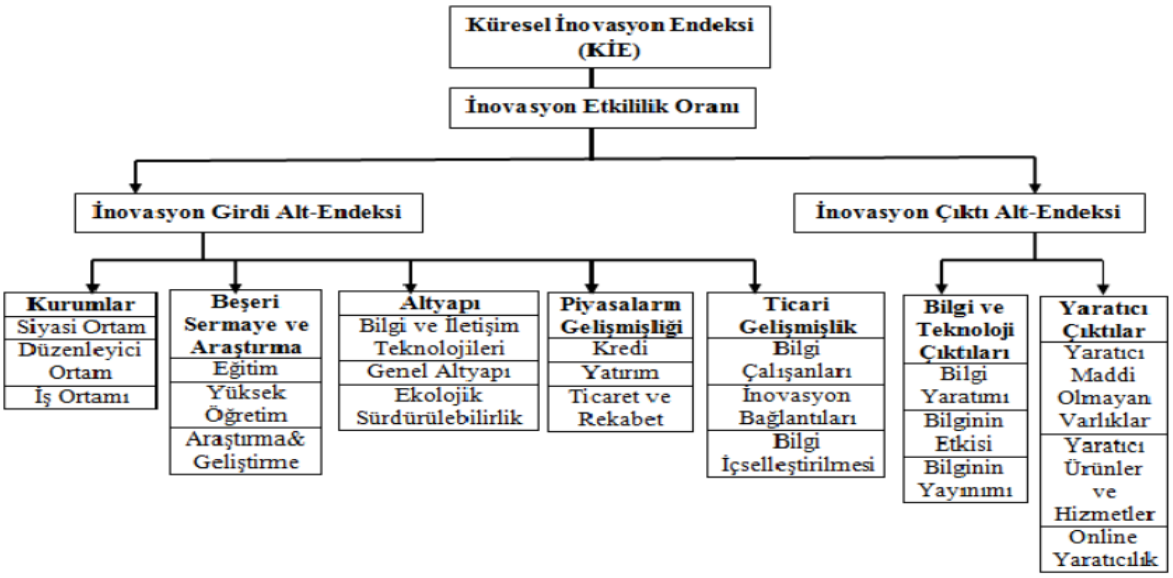
Hancıoğlu (2016) çalışmasında OECD ülkelerinde 2011-2015 dönemine ait Küresel İnovasyon Endeksini oluşturan inovasyon girdi ve çıktı alt endeksi değişken kümeleri arasındaki ilişkiyi kanonik korelasyon analizi ile belirlemiştir. Ay Türkmen ve Aynaoğlu (2017) çalışmalarında Küresel Rekabet Endeksi (KRE) ile KİE arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Bu doğrultuda KİE sıralamasında 2009 yılında ilk 30'daki 29 ülkenin KRE parametrelerinin KİE üzerinde nasıl bir etkiye sahip olduğu regresyon analizi ile tespit edilmeye çalışılmıştır. Çalışmada her iki endekse ilişkin 2009-2017 yılları arasındaki verileri kullanılmıştır. Hancıoğlu (2017) Küresel İnovasyon Endeksi'ni oluşturan göstergeler arasındaki ilişkiyi çoklu regresyon analizi ile incelemiştir. Yapılan analizde OECD ülkelerinin 2011-2015 dönemine ait Küresel İnovasyon Endeks verileri kullanılmıştır.Gürtuna ve Polat (2020) çalışmasında, 2018 yılına ait KİE raporunda yer alan inovasyon girdi ve çıktı alt endeksi ana göstergelerinin her birine ait 3 alt başlıktaki göstergeleri dikkate alarak toplam 21 değişken kullanmış ve 126 ülkeye ait verileri kümeleme analizi ile incelenmiştir.

AMAÇ

Çalışmanın amacı KİE endeksi, bu endekse ait alt endeksler ve göstergeler bağlamında Türkiye'nin 2017-2021 dönemini inceleyerek ele alınan dönem çerçevesinde Türkiye'nin inovasyondaki başarısını ve diğer ülkelere göre mevcut durumunu teorik olarak ortaya koymak ve bu doğrultuda, ülkemizin durumunu değerlendirerek geliştirilecek olan politikalarla ilgili önerilerde bulunmaktır.

KÜRESEL İNOVASYON ENDEKSİ

KİE, Dünya Fikri Mülkiyet Örgütü (World Intellectual Property Organization-WIPO), Cornell Üniversitesi ve INSEAD işbirliği tarafından 2007 yılından bu yana yıllık olarak yayınlanmakta ve dünya ekonomilerini inovasyon yeteneklerine göre sıralamaktadır. 2017 yılında 127, 2018 yılında 126, 2019 yılında 129, 2020 yılında 131 ve son olarak 2021 yılında 132 ülke için ortaya konulan bu endekste, girdi alt endeksine ait 5 adet ana gösterge ve çıktı alt endeksine ait 2 adet ana gösterge olmak üzere toplam 7 adet ana gösterge bulunmaktadır. Bu alt endekslere ait ana göstergelerin her birinde 3'er adet alt gösterge mevcuttur. Dolayısıyla bu endeks toplamda 21 adet göstergeden oluşmaktadır. Şekil 1'de KİE'nin genel yapısına yer verilmiştir.



Şekil 1. Küresel İnovasyon Endeksi'nin (KİE) Yapısı

Kaynak: Cornell University vd., 2015: 9'dan akt. Hancıoğlu, 2017: 354.

İnovasyon girdi alt endeksi, inovatif faaliyetlere olanak tanıyan ve ulusal ekonominin unsurlarını içeren Kurumlar, Beşeri Sermaye ve Araştırma, Altyapı, Piyasaların Gelişmişliği ve Ticari Gelişmişlik değerlerinin ortalaması alınarak; İnovasyon çıktı alt endeksi, ekonomideki inovasyon faaliyetleri sonucunda ortaya çıkan Bilgi ve Teknoloji Çıktıları ve Yaratıcı Çıktılar değerlerinin ortalaması alınarak hesaplanmaktadır. İnovasyon Girdi Alt Endeksi ile İnovasyon Çıktı Alt Endeksi'nin ortalaması alınarak 0 ile 100 arasında değer alabilen KİE elde edilir (Hancıoğlu, 2017: 354).

MATERYAL ve YÖNTEM

Çalışmada Türkiye'nin KİE değerleri ve sıralamaları, İnovasyon Girdi Alt Endeks değerleri ve sıralamaları ve İnovasyon Çıktı Alt Endeks değerleri ve sıralamaları kullanılmış ve bu bağlamda 2017-2021 dönemi içindeki değişim incelenmiştir. Endekse ait veriler WIPO'nun veri tabanından elde edilmiştir. Analizde nicel tabloların yanı sıra grafiksel gösterimlerden de faydalanılmıştır.

BULGULAR

Tablo 1. 2017 Yılına İlişkin KİE ve Alt Endekslerine Göre Türkiye'nin 127 Ülke Arasındaki Durumu

	Türkiye Değeri	Türkiye'nin Sıralaması	Ülkeler Genelinde Ortalama Değer	Ülkeler Genelinde En Düşük Değer	Ülkeler Genelinde En Yüksek Değer
Küresel İnovasyon Endeksi	38,9	43	37,12	15,64	67,69
Inovasyon Girdi Alt Endeksi	42,3	68	45,09	22,38	72,25
Inovasyon Çıktı Alt Endeksi	35,5	36	29,14	8,02	65,78

Tablo 2. 2018 Yılına İlişkin KİE ve Alt Endekslerine Göre Türkiye'nin 126 Ülke Arasındaki Durumu

	Türkiye Değeri	Türkiye'nin Sıralaması	Ülkeler Genelinde Ortalama Değer	Ülkeler Genelinde En Düşük Değer	Ülkeler Genelinde En Yüksek Değer
Küresel İnovasyon Endeksi	37,42	50	36,67	15,04	68,40
Inovasyon Girdi Alt Endeksi	42,64	62	44,84	22,18	74,23
Inovasyon Çıktı Alt Endeksi	32,19	43	28,50	9,96	67,13

Tablo 1 ve Tablo 2'de yer alan 2017 ve 2018 yıllarına ait KİE skorlarına göre Türkiye'nin durumu incelendiğinde Türkiye'nin endeks skorlarının ortalamadan çok az farklı olduğu görülmektedir. Genel sıralamaları incelendiğinde ise tüm ülkelerin inovasyon performansları düşünüldüğünde ortalamaların

üzerinde yer aldığı görülmektedir. Bu skoru olumlu ya da olumsuz yönde etkileyen faktörleri belirlemek amacıyla inovasyon girdi ve çıktı alt endekslerine bakılabilir. Bu değerlere ve sıralamalara bakıldığında anılan yıllar için Türkiye'nin inovasyon girdi alt endeksi performansının çıktı alt endeksi performansına göre daha düşük olduğu görülmektedir. İnovasyon girdi alt endeksi değerlerine bakıldığında ülkelerin ortalama değerlerinden daha düşük olduğu ve sıralamada da gerilerde yer aldığı görülmektedir. Inovasyon çıktı alt endeksine bakıldığında ise ortalamaların ülkelerin genel ortalamalarından daha yüksek olduğu ve sıralama olarak da nispeten iyi bir sırada yer aldığı düşünülebilmektedir.

Tablo 3. 2019 Yılına İlişkin KİE ve Alt Endekslerine Göre Türkiye'nin 129 Ülke Arasındaki Durumu

	Türkiye Değeri	**Türkiye'nin Sıralaması**	**Ülkeler Genelinde Ortalama Değer**	**Ülkeler Genelinde En Düşük Değer**	**Ülkeler Genelinde En Yüksek Değer**
Küresel İnovasyon Endeksi	36,45	49	36,31	14,49	67,24
Inovasyon Girdi Alt Endeksi	45,26	56	45,35	22,53	72,15
Inovasyon Çıktı Alt Endeksi	28,64	49	27,27	6,44	63,45

Tablo 4. 2020 Yılına İlişkin KİE ve Alt Endekslerine Göre Türkiye'nin 131 Ülke Arasındaki Durumu

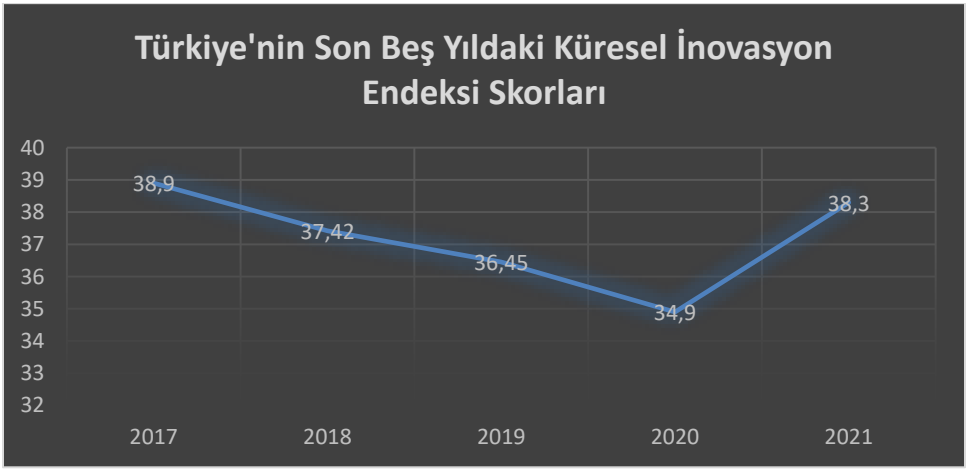
	Türkiye Değeri	Türkiye'nin Sıralaması	Ülkeler Genelinde Ortalama Değer	Ülkeler Genelinde En Düşük Değer	Ülkeler Genelinde En Yüksek Değer
Küresel İnovasyon Endeksi	34,90	51	33,86	13,56	66,08
Inovasyon Girdi Alt Endeksi	44,36	52	43,34	19,85	70,20
Inovasyon Çıktı Alt Endeksi	25,44	53	24,38	6,47	62,75

Tablo 5. 2021 Yılına İlişkin KİE ve Alt Endekslerine Göre Türkiye'nin 132 Ülke Arasındaki Durumu

	Türkiye Değeri	Türkiye'nin Sıralaması	Ülkeler Genelinde Ortalama Değer	Ülkeler Genelinde En Düşük Değer	Ülkeler Genelinde En Yüksek Değer
Küresel İnovasyon Endeksi	38,3	41	34,29	15,0	65,5
Inovasyon Girdi Alt Endeksi	-	45	-	-	-
Inovasyon Çıktı Alt Endeksi	-	41	-	-	-

Tablo 3, Tablo 4 ve Tablo5'te yer alan 2019, 2020 ve 2021 yıllarına ait KİE skorlarına göre Türkiye'nin durumu incelendiğinde Türkiye'nin endeks skorlarının yıllar geçtikçe ortalamanın daha da üzerine çıktığı görülmektedir. Genel sıralamaları incelendiğinde ise tüm ülkelerin inovasyon performansları düşünüldüğünde ortalamaların üzerinde yer aldığı görülmektedir. Özellikle 2021 yılında son beş yılın en iyi sıralamasına yükseldiği görülmektedir. İnovasyon girdi ve çıktı alt endeks sıralamalarına bakıldığında

son üç yılda girdi endeks performansı ile çıktı endeks performansı arasındaki uçurumun kapandığı ve benzer seviyelere geldiği görülmektedir.



Şekil 2. Türkiye'nin Son Beş yıllık KİE Skorları



Şekil 3. Türkiye'nin Son Beş yıllık KİE Sıralaması

Şekil 2 ve Şekil 3'te yer alan Türkiye için 2017-2021 dönemi KİE skorları incelendiğinde 2017 yılından 2020 yılına gidildikçe inovasyon performansının düşüş sergilediği ancak sıralamalar bazında incelendiğinde 2021 yılında son beş yılın en iyi seviyesine geldiği gözlemlenmektedir.



Şekil 4. Türkiye'nin Son Beş yıllık İnovasyon Girdi ve Çıktı Alt Endeksleri Sıralamaları

Şekil 4'te yer alan Türkiye'nin son beş yıldaki inovasyon girdi alt endeksi sıralamalarına bakıldığında günümüze doğru sürekli bir iyileşme trendinde olduğu görülmektedir. Çıktı alt endeksi sıralamalarına bakıldığında ise 2017 yılında en iyi düzeyde olduğu ancak 2020 yılına gidildikçe bir gerilemenin söz konusu olduğu görülmektedir. 2021 yılında ise çıktı alt endeksi sıramasının tekrar yükselişe geçtiği görülmektedir.

SONUÇ

Ülkenin inovasyon performansının artması için inovasyon süreçlerinin desteklenmesi ve bu alanda gerekli yatırımların yapılması, bu yatırımlara işlerlik kazandırabilecek politikaların uygulanması gerekmektedir. Türkiye'de bilim-teknoloji-inovasyon süreçlerinin bütünsel bağlamda ele alınarak değerlendirilmesi arzu edilen inovasyon performansına ulaşılmasında etkili olabilecektir (Hancıoğlu, 2017: 363-364).

Türkiye için 2017-2021 dönemi KİE skorları incelendiğinde 2017 yılından 2020 yılına gidildikçe inovasyon performansının düşüş sergilediği ancak sıralamalar bazında incelendiğinde 2021 yılında son beş yılın en iyi seviyesine geldiği gözlemlenmektedir.

Türkiye'nin son beş yıldaki inovasyon girdi alt endeksi sıralamalarına bakıldığında günümüze doğru sürekli bir iyileşme trendinde olduğu görülmektedir. Çıktı alt endeksi sıralamalarına bakıldığında ise 2017 yılında en iyi düzeyde olduğu ancak 2020 yılına gidildikçe bir gerilemenin söz konusu olduğu görülmektedir. 2021 yılında ise çıktı alt endeksi sıramasının tekrar yükselişe geçtiği görülmektedir.

2017-2021 dönemleri için inovasyon girdi ve çıktı alt endeksleri kaşılaştırıldığında Türkiye'nin inovasyon çıktı alt endeksinin inovasyon girdi alt endeksine göre daha iyi durumda olduğu da anlaşılmaktadır. Bu durumda bilgi ve teknolojinin yaratımı ve kullanımının ve yaratıcılık çıktılarının nispeten tatmin edici düzeyde olduğu ifade edilebilmektedir. Ancak kurumlar, beşeri sermaye ve araştırma faaliyetlerinden eğitim ve Ar-Ge faaliyetleri, altyapı, piyasaların gelişmişliği ve ticari gelişmişlik alanlarında ise görece daha kötü durumda olduğu dolayısıyla da özellikle bu alanlarda gerekli yatırımların yapılması,

birtakım politikaların geliştirilmesi ve bu alanlardaki süreçlerin desteklenmesi ülkemizin inovasyon performansını artıracaktır.

KAYNAKÇA

Ay Türkmen, M., Aynaoğlu, Y., (2017). Küresel Rekabet Endeksi Göstergelerinin Küresel İnovasyon Endeksi Üzerindeki Etkisi, *BMIJ,* 5(4): 257-282.

Baş, D., (2020). Küresel İnovasyon Endeksi, https://www.zucder.org.tr/bilgi-bankasi/faq/kuresel-inovasyon-endeksi/ (Erişim Tarihi: 22.11.2021).

Cornell University, INSEAD, WIPO, (2015). *The Global Innovation Index 2015: Effective Innovation Policies for Development*, Fontainebleau, Ithaca and Geneva.

Cornell University, INSEAD, WIPO, (2017). *The Global Innovation Index 2017: Innovation Feeding the World*, Fontainebleau, Ithaca and Geneva.

Cornell University, INSEAD, WIPO, (2018). *The Global Innovation Index 2018: Energizing the World with Innovation,* Fontainebleau, Ithaca and Geneva.

Cornell University, INSEAD, WIPO, (2019). *The Global Innovation Index 2019: Creating Healthy Lives—The Future of Medical Innovation*, Fontainebleau, Ithaca and Geneva.

Cornell University, INSEAD, WIPO, (2020). *The Global Innovation Index 2020: Who Will Finance Innovation?*, Fontainebleau, Ithaca and Geneva.

Cornell University, INSEAD, WIPO, (2021). *The Global Innovation Index 2021: Tracking Innovation through the COVID-19 Crisis,* Fontainebleau, Ithaca and Geneva.

Gürtuna, F., Polat, U., (2020). Küresel İnovasyon Endeksi Verilerinin Kümeleme Analizi ile Değerlendirilmesi. *Çukurova Üniversitesi Mühendislik-Mimarlık Fakültesi Dergisi,* 35(2): 551-566 .

Hancıoğlu, Y., (2016). Küresel İnovasyon Endeksini Oluşturan İnovasyon Girdi ve Çıktı Göstergeleri Arasındaki İlişkinin Kanonik Korelasyon Analizi ile İncelenmesi: OECD Örneği. *Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi,* 16(4): 131-157.

Hancıoğlu, Y., (2017). Küresel İnovasyon Endeksi Göstergeleri Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi,* 9 (20): 352-365 .

GELİR EŞİTSİZLİĞİNİN KÜRESEL CİNSİYET UÇURUMU ENDEKSİ ÜZERİNE ETKİSİ: TÜRKİYE İÇİN BİR UYGULAMA

Sibel ÖRK ÖZEL[1], Çiğdem KOŞAR TAŞ[2]

[1]Çukurova Üniversitesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, Ekonometri Bölümü, Adana / Türkiye
[2]Çukurova Üniversitesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, Ekonometri Bölümü, Adana / Türkiye

Öz: Cinsiyet eşitsizliği, bireylerin cinsiyetlerine yönelik olarak ortaya konan eşit olmayan davranışları ve uygulamaları ifade eden bir kavramdır. Özellikle son yıllarda çeşitli kuruluşlar tarafından ortaya konan ve cinsiyet eşitsizliğini farklı yaklaşımlarla ele alan endeksler bulunmaktadır. Küresel cinsiyet uçurumu endeksi (Global Gender Gap Index-GGGI) de cinsiyet eşitliğini ölçmek amacıyla tasarlanmış bir endekstir. İlk olarak 2006 yılında dünya ekonomik forumu tarafından oluşturulan bu endeks, yıllık olarak yayımlanmaktadır. Sonuncusu 2021 yılında ortaya konan endeks 156 ülkeyi kapsamaktadır. Bu doğrultuda çalışmada cinsiyet eşitsizliği için bu endeks ele alınarak gelir eşitsizliğinin cinsiyet eşitsizliğine sebep olup olmadığı araştırılmak istenmiştir. Bu amaçla çalışmada gelir eşitsizliğini temsilen seçilen GINI katsayısının küresel cinsiyet eşitsizliğini temsilen seçilen GGGI üzerine etkisi Türkiye için incelenmiştir. 2006-2020 yılları arasındaki dönemi kapsayan çalışmada GINI katsayısı değerleri TÜİK veri tabanından ve GGGI katsayısı değerleri Dünya Bankası veri tabanından alınmıştır. İlk olarak genelleştirilmiş Dickey Fuller (ADF) ve Phillips-Perron (PP) birim kök testleri ile değişkenlerin durağanlık düzeylerine karar verilmiş ve hem sabit hem de sabit ve trendde I(1) olduklarına karar verilen tüm değişkenler için eşbütünleşme ilişkisinin varlığı sınanmıştır. Bu sınama için Johansen eşbütünleşme testine başvurulmuştur. Johansen eşbütünleşme testi sonucunda GINI katsayısı ile GGGI katsayısı arasında negatif yönlü uzun dönemli bir ilişkinin olduğu saptanmıştır. Yani gelir eşitsizliği arttıkça küresel cinsiyet uçurumu da artmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Küresel Cinsiyet Uçurumu Endeksi, Gelir Eşitsizliği, GINI Endeksi, Johansen Eşbütünleşme Testi

GİRİŞ ve KURAMSAL ÇERÇEVE

Eşitlik, bir bireyin tüm yeteneklerini tam anlamıyla ve özgürce geliştirebilecekleri toplumsal bir ortamın yaratılması ve bu ortamın önündeki tüm siyasal ve toplumsal engellerin ortadan kaldırılması şeklinde ifade edilebilmektedir (Demirgöz Bal, 2014, s. 16).

Eşitsizlik ise önlenebilir bir farklılık olmakla birlikte önlenebilir olması nedeniyle hem gereksiz hem de adil olmayan farklılıktır. Bundan dolayı kadın ve erkek arasındaki biyolojik, fizyolojik ve genetik özelikler sebebiyle ortaya çıkan farklılıklar eşitsizlik çerçevesinde ele alınmamaktadır. Ancak toplumsal cinsiyet eşitsizliği farklı boyutlardaki iktidar ilişkilerinin bir sonucu olarak toplumun kadınlara ve erkeklere ilişkin algısından ortaya çıkmaktadır. Bu bağlamda cinsiyet eşitsizliği, kadının medeni, kültürel, sosyal, ekonomik ve politik alanlardaki insan hak ve özgürlüklerinin kullanılmasını engellemeyi amaçlayan veya engelleyen ve cinsiyete bağlı yapılan herhangi bir ayrım anlamını taşımaktadır (Demirgöz Bal, 2014, s. 16).

Cinsiyet eşitliğini ölçmek için küresel cinsiyet uçurumu endeksi (Global Gender Gap Index-GGGI) kullanılmaktadır. Dünya Bankası (2021) tanımına göre küresel cinsiyet uçurumu (farkı) endeksi, erkekler

ve kadınlar arasındaki farkı dört temel kategoride (alt endeksler) ve bunları oluşturan 14 farklı göstergede incelenmektedir. Alt endeksler, ekonomik katılım ve fırsat, eğitimde başarı, sağlık ve hayatta kalma ve politik güçlendirmedir. Endeks 0 ile 1 arasında değer almaktadır. 0'a yaklaştıkça eşitsizlik artarken 1'e yaklaştıkça eşitlik artmaktadır. 156 ülkeyi kapsayan endeks ilk olarak 2006 yılında hesaplanmaya başlanmış ve o günden bu güne kadar her yıl endeks değeri açıklanmıştır.

Ekonomik manada eşitsizlik ise gelir eşitsizliğidir. Politika yapıcıları ekonomi için en nihayetinde toplumdaki tüm kişilerin ekonomik refah seviyesini yükseltmek amacı ile politikalar uygularlar. Ekonomi seviyesi artarken de gelir dağılımında meydana gelen değişimler takip edilmektedir. Gelir dağılımındaki eşitsizliklerin azaltılması da bu bağlamda dikkat edilmesi gereken bir husustur (Çalışkan, 2010, s. 90-92).

Bir ülkede gelir eşitsizliğini ortaya koymaktaki amaç gelir dağılımındaki değişimi ve diğer ülkeler karşısındaki o ülkenin durumu değerlendirmek ve yoksullar ile zenginler arasındaki farkı göstererek devleti gelir eşitsizliğini azaltıcı politikalara teşvik etmektir. Bireysel gelir eşitsizliğini ölçmek maksadıyla bir takım ölçüm yöntemleri geliştirilmiştir. Değişim katsayısı, değişim aralığı, yüzdelik dilimleme yöntemi, Lorenz eğrisi ve GINI katsayısı, gelir eşitsizliğini ölçmek maksadıyla kullanılan başlıca ölçme yöntemleridir. Literatürde en yaygın olarak kullanılan yöntemler ise Lorenz eğrisi, GINI katsayısı ve yüzdelik dilimleme yöntemidir (Çalışkan, 2010, s. 97). Çalışmada bu yöntemlerden GINI katsayısı kullanılmıştır.

GINI katsayısı, Lorenz eğrisindeki 45 derecelik mutlak eşitlik doğrusuyla Lorenz eğrisi arasında kalan alanın, mutlak eşitlik doğrusunun altında kalan üçgenin alanına oranlanması ile hesaplanmaktadır. (Akt. Çalışkan, 2010, s. 99). Bu katsayısı 0 ile 1 arasında değer almakta olup Katsayının artması gelir eşitsizliğinin artmasına, azalması ise gelir eşitsizliğinin azalmasına işaret etmektedir (Çalışkan, 2010, s. 99).

Literatür incelendiğinde yoksulluk ve gelir eşitsizliği ilişkisi ile ilgili çalışmaların sıklıkla yapıldığı görülmektedir. Benzer şekilde farklı faktörlerin cinsiyet eşitsizliği üzerine etkisini inceleyen çalışmalara da sıklıkla rastlanılmaktadır. Ancak gelir eşitsizliği ile cinsiyet eşitsizliği ilişkisini mevcut çalışmadaki şekli ile ele alan çalışma olmasa da ilişkiyi konu alan çalışmalar az sayıda olmakla birlikte literatürde mevcuttur.

Kaya ve Şenesen (2011) çalışmalarında Türkiye'de gelir bölüşümü eşitsizliğine cinsiyet ayrımının katkısını, GINI katsayısının ayrıştırılması yöntemi ile belirlemeye çalışmışlardır. Bu bağlamda çalışmada, 2005 Hanehalkı Bütçe Anketi verileri kullanılarak, GINI değeri ilk olarak kişisel gelir bölüşümündeki cinsiyet farklılıklarını, daha sonra emek piyasasında cinsiyete göre ücret ayrımcılığını ayrıştırmışlardır. Son olarak da farklı gelir bileşenlerinin bölüşümündeki kadın-erkek farklılıklarını belirlemek amacı ile ayrıştırılmıştır.

Mayda ve Vurkun (2018) çalışmalarında gelir dağılımı eşitsizliğinin, bireyler arası boyutuyla toplumsal cinsiyet bağlamında değerlendirmişlerdir. Ayrıca bu eşitsizliğin pekiştiricileri incelenmiştir. Hem Türkiye hem de Dünya için istatistiksel veriler ile ele alınan durum irdelenmiştir. Ayrıca toplumsal cinsiyete dayalı bireyler arası gelir eşitsizliğini azaltmak ve giderebilmek için önerilerde bulunulmuştur.

Turgut (2019) çalışmasında Türkiye'deki gelir eşitsizliğinin toplumsal cinsiyet, kadının istihdamı ve kadın yoksulluğu açısından bir değerlendirilmesini yapmıştır.

Kılınç (2020) çalışmasında, çalışmanın analiz edilen modeline ait bulgularını ve analizin teorik yaklaşımına ait toplumsal cinsiyetçi bakış açısını sorgulamıştır.

ÇALIŞMANIN AMACI

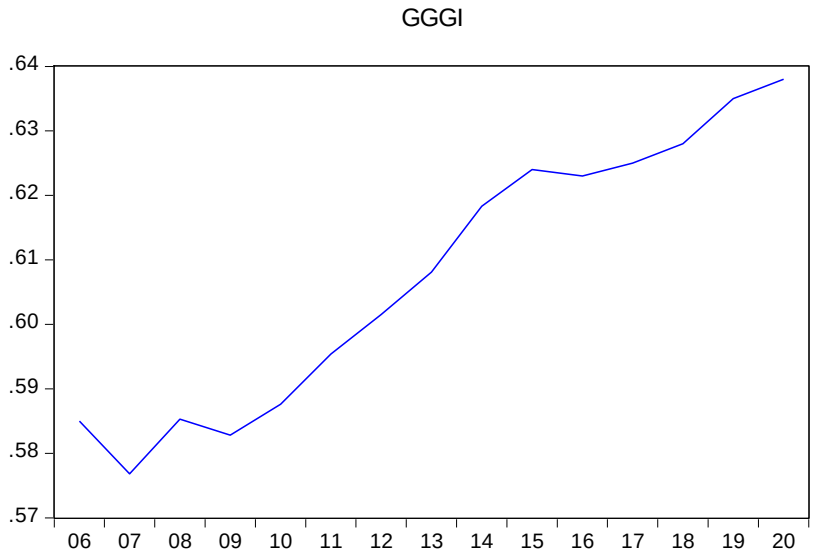
Çalışmada gelir eşitsizliğinin cinsiyet eşitsizliğine sebep olup olmadığının araştırılması amaçlanmıştır. Bu amaçla gelir eşitsizliğini temsilen GINI katsayısı ve küresel cinsiyet eşitsizliğini temsilen seçilen GGGI katsayısı seçilmiş olup GINI katsayısı değerinin GGGI katsayısı değeri üzerine etkisi Türkiye için incelenmiştir. GGGI katsayısının değeri 2006 yılından başlayarak hesaplandığından ve GINI katsayısının açıklanan son değeri 2020 yılına ait olduğundan çalışmanın dönemi olarak 2006-2020 yılları seçilmiştir.

MATERYAL ve YÖNTEM

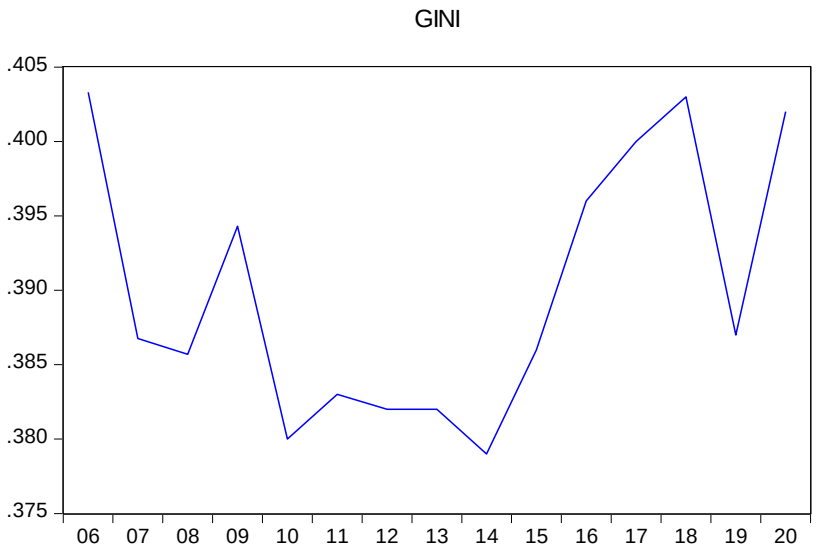
Çalışmanın analizi için 2006-2020 dönemine ait Türkiye'nin GINI katsayısı değerleri ve GGGI katsayısı değerleri ele alınmıştır. GINI katsayısı değerleri TÜİK veri tabanından, GGGI katsayısı değerleri ise Dünya Bankası veri tabanından alınmıştır. Değişkenler arasındaki ilişki zaman serisi analizi yardımıyla incelenmiştir. Yapılacak analiz için Eviews 7 paket programından yararlanılmıştır. Analizin ilk basamağında değişkenlerin grafikleri çizdirilmiştir. Ardından Genişletilmiş Dickey Fuller (Augmented Dickey Fuller-ADF) ve Philips Perron (PP) birim kök testleri uygulanmış ve durağanlık seviyeleri belirlenmiştir. Daha sonra uzun dönemli ilişkinin varlığını belirlemek için Johansen eşbütünleşme testi uygulanmıştır. Son olarak normalleştirilmiş eşbütünleşme katsayıları hesaplanmıştır.

BULGULAR

Değişkenlerin grafikleri çizdirilip bu grafikler yardımı ile kabaca serilerin durağan olup olmadığı anlaşılabilmektedir. GGGI değişkenine ait grafik Şekil 1'de, GINI değişkenine ait grafik ise Şekil 2'de verilmiştir.



Şekil 1. Türkiye için 2006-2020 Dönemine ait GGGI Değerleri



Şekil 2. Türkiye için 2006-2020 Dönemine ait GINI Değerleri

Çizilen grafikler neticesinde serilerin durağan olmadıkları anlaşılsa da birim kök testleri daha kesin bilgi vereceğinden ADF ve PP testleri uygulanmıştır. Testler hem sabit hem de sabit ve trend durumları için uygulanmış ve birim kök testlerinin sonuçları Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1. ADF ve PP Birim Kök Testi Sonuçları

Seviyede	**ADF**		**PP**	
	Sabit	**Sabit & Trend**	**Sabit**	**Sabit & Trend**
GGGI	(0,170372)	(-1,415211)	(0,262351)	(-2,322758)
	[0,9594]	[0,8049]	[0,9664]	[0,4064]
GINI	(-2,512299)	(-3,138479)	(-2,615971)	(-3138479)
	[0,1334]	[0,1358]	[0,1130]	[0,1358]
1. Farklarında				
GGGI	(-5,427946)	(-4,929071)	(-5,174599)	(-4,839287)
	[0,0010]	[0,0094]	[0,0016]	[0,0108]
GINI	(-4,825588)	(-4,859949)	(-5,023857)	(-5,693412)
	[0,0028]	[0,0104]	[0,0020]	[0,0031]

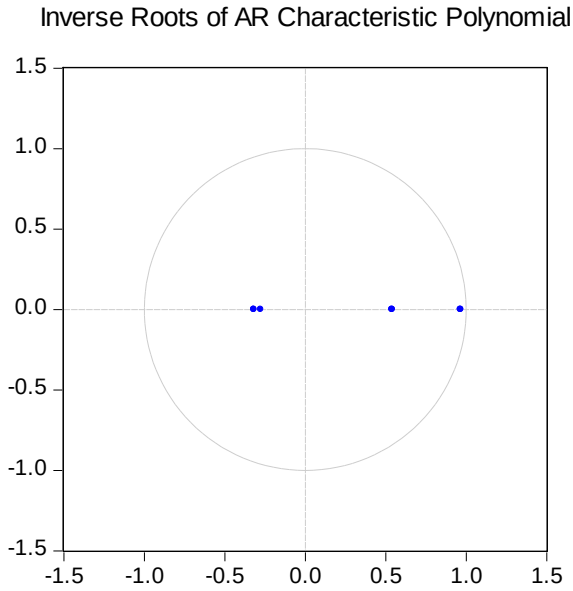
Tablo 1 ile verilen bulgular incelendiğinde değişkenlerin hem sabitte hem de sabit ve trendde seviyede durağan olmadıkları ancak birinci farkları alındıklarında durağan oldukları görülmektedir.

Birinci farklarında durağanlaşan değişkenler arasında uzun dönemli ilişkinin varlığının belirlenmesi maksadıyla yapılacak olan Johansen eşbütünleşme testi öncesi sağlanması gereken dört varsayım kontrol edilmiştir. Varsayımların kontrolünden önce de gecikme uzunluğu hesaplanmıştır. Gecikme uzunluğu Tablo 2'ye göre belirlenmiştir.

Tablo 2. Gecikme Uzunluğu Seçim Kriteri

Lag	LogL	LR	FPE	AIC	SC	HQ
0	78,96263	NA	2,47e-08	-11,84040	-11,75349	-11,85827
1	107,8101	44,38070*	5,50e-10	-15,66309	-15,40234	-15,71669
2	114,9812	8,825992	3,61e-10*	-16,15095*	-15,71638*	-16,24028*

Tablo 2 incelendiğinde en fazla yıldız olan satırın gecikme uzunluğu 2 olan satır olduğu görülmektedir. Bu nedenle gecikme uzunluğu 2 olarak belirlenmiştir. Gecikme uzunluğunun doğru bir şekilde belirlendiğine karar vermek amacıyla Şekil 3 ile verilen karakteristik kökler incelenmiştir.



Şekil 3. Modelin Karakteristik Kökleri

Modelin karakteristik kökleri birim çember içerisinde yer aldığından gecikme uzunluğunun doğru bir şekilde tespit edildiğine karar verilmiştir. Ardından varsayımların sağlanıp sağlanmadığı kontrol edilmiştir. Bu doğrultuda sırasıyla normallik varsayımının kontrolü, değişen varyans testi ve otokorelasyon testi aşamaları uygulanmıştır. Normallik sınaması Tablo 3'te sunulmuştur.

Tablo 3. Normallik Sınaması

Bileşen	Jarque-Bera Test İst.	S.D.	Olasılık Değeri
1	0,208575	2	0,9010
2	0,292492	2	0,8639
Ortak	0,501067	4	0,9734

Ortak bileşenin olasılık değeri %5 değerinden daha büyük olduğundan normallik koşulunun sağlandığı anlaşılmıştır. Değişen varyans testine dair bulgular ise Tablo 4 ile verilmiştir.

Tablo 4. Değişen Varyans Testi Sonuçları

Ki-Kare Test İst.	S.D.	Olasılık Değeri
21,78154	24	0,5923

Ki-kare test istatistiğinin olasılık değeri %5 değerinden büyük olduğundan değişen varyans sorunun bulunmadığı tespit edilmiştir. Son varsayım olan otokorelasyon durumu ise Tablo 5'te gösterilmiştir.

Tablo 5. Otokorelasyon Testi Sonuçları

Gecikme	LM İst.	Olasılık Değeri
1	3,401323	0,4930
2	5,695244	0,2231

Tablo 5 incelendiğinde gecikmelere ait olasılık değerlerinin %5'ten büyük olduğu görülmektedir. Bunun sonucunda otokorelasyon sorunun olmadığına karar verilmiştir.

Varsayımlar sağlandığından Johansen eşbütünleşme testi uygulanmış ve elde edilen bulgular Tablo 6 ile gösterilmiştir.

Tablo 6. Johansen Eşbütünleşme Testi Sonuçları

Hipotez	İz İst. Değ.	0,05 Kritik Değeri	Olasılık Değeri	Maks. Öz-değer İst.	0,05 Kritik Değeri	Olasılık Değeri
r = 0	41,29042	2,87211	0,0003	26,30826	19,38704	0,0042
r ≤ 1	14,98215	12,51798	0,0190	14,98215	12,51798	0,0190

Tablo 6 incelendiğinde hem iz istatistiği değeri hem de maksimum özdeğer istatistiği değeri bakımından 0,05 anlamlılık düzeyinde serilerin uzun dönemde iki tane eşbütünleşme ilişkisi olduğu görülmektedir. Eşbütünleşik oldukları tespit edilen değişkenlerin normalleştirilmiş eşbütünleşme katsayıları ise Tablo 7'de sunulmuştur.

Tablo 7. Normalleştirilmiş Eşbütünleşme Katsayıları

GGGI	GINI	TREND
1,000000	3,490055	-0,009721

Tablodan hareketle;

GGGI=-3,490055GINI+0,009721TREND (1)

eşitliği kurulmaktadır. Yani GINI %1 birim arttıkça GGGI yaklaşık olarak %3,49 birim azalmaktadır. Endeks tanımları düşünülerek (1) numaralı eşitlik yorumlandığında GINI'nin artmasıyla gelir eşitsizliği artacak, gelir eşitsizliği artıkça GGGI azalacak yani cinsiyet eşitsizliği artacaktır.

SONUÇ

Eşitsizlik, önlenebilir bir farklılıktır. Bu noktadan hareketle önlenebilir oluyor olmasından ötürü önlenememesi adil olmayan bir farklılık olduğunun göstergesidir. Toplumda kadına karşı gösterilen tutum cinsiyet eşitsizliğinin bir belirtecidir. Çalışmada cinsiyet eşitliğini ölçmek için GGGI kullanılmış ve veri seti Dünya Bankası'ndan edinilmiştir.

Diğer bir eşitsizlik olan gelir eşitsizliği ise ekonomik açıdan eşitsizlik olup tüm ülkelerin ele aldığı en temel konulardan biridir. Pek çok ölçüm yöntemi olmakla birlikte çalışmada GINI endeksi kullanılmıştır. Veri seti TÜİK veri tabanından edinilmiştir.

Çalışmada gelir eşitsizliğinin cinsiyet eşitsizliğine sebep olup olmadığının araştırılması amaçlanmıştır. Bu amaçla gelir eşitsizliğini temsilen GINI katsayısı ve küresel cinsiyet eşitsizliğini temsilen seçilen GGGI katsayısı seçilmiş olup GINI katsayısı değerinin GGGI katsayısı değeri üzerine etkisi Türkiye için incelenmiştir. Çalışmada 2006-2020 dönemi verileri kullanılmıştır.

İlk olarak birim kök testleri ile durağanlık düzeyleri 1 olarak belirlenen seriler eşbütünleşme testine tabi tutulmuştur. Bu testle birlikte eşbütünleşme katsayıları da elde edilmiştir. Sonuç olarak gelir eşitsizliğinin artmasının cinsiyet eşitsizliğini de arttıracağı yorumuna ulaşılmıştır.

Gelir eşitliği olan ülkelerde yani ekonomik manada kalkınmış ülkelerde cinsiyet eşitliğinin de beraberinde geleceği aslında ülkenin yalnızca ekonomik değil toplumsal manada da kalkınmış olduğunun bir göstergesidir. Öte yandan gelir eşitsizliği olan ülkelerde cinsiyet eşitsizliği de beraberinde gelmektedir. Gelir eşitsizliği kadar aslında toplumların çok önemli bir sorunu olması sebebiyle gelir eşitsizliğinin ele alındığı kadar cinsiyet eşitsizliğinin de ele alınması, bu konuda akademik çalışmalar yapılması ve politika yapıcılarının cinsiyet eşitsizliğini giderici politikalar belirlemesi gerektiği çalışmanın sonuçlarından hareketle önerilmektedir.

KAYNAKÇA

Çalışkan, Ş. (2010). Türkiye'de Gelir Eşitsizliği ve Yoksulluk. Sosyal Siyaset Konferansları, 59 (2): 89–132.

Demirgöz Bal, M. (2014). Toplumsal Cinsiyet Eşitsizliğine Genel Bakış. *Kadın Sağlığı* Hemşireliği Dergisi, 1 (1): 15-28.

Dünya Bankası. (2021). https://tcdata360.worldbank.org/indicators/af52ebe9?country=TUR&indicator=27959&viz=line_chart&years=2006,2020&compareBy=region (E.T. 03.11.2021)

Kaya, E., & Şenesen, Ü. (2011). Türkiye'de Gelir Bölüşümü Eşitsizliğine Cinsiyet Ayrımının Katkısı. *Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 10. Ekonometri ve İstatistik Sempozyumu Özel Sayısı: 181-205.

Kılınç, N. (2020). İşgücü Piyasasında Toplumsal Cinsiyet Eşitsizliği ve Gelir Dağılımı. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Doktora Tezi, Ankara.

Mayda, F. A., & Vurkun, S. (2018). Gelir Dağılımı Eşitsizliğinin Toplumsal Cinsiyet Bağlamında Değerlendirilmesi. *The Journal of International Lingual, Social and Educational Sciences*, 4 (2): 214-228.

Turgut, A. Ş. (2019). Türkiye'deki Gelir Eşitsizliğinin Toplumsal Cinsiyet, Kadının İstihdamı ve Kadın Yoksulluğu Açısından Değerlendirilmesi. Kocaeli Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 38: 315-329.

TÜİK. (2021).https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Income-and-Living-Conditions-Survey-2020-37404 (E.T. 08.11.2021)

SINIF ÖĞRETMENLERİNİN OYUN VE FİZİKİ ETKİNLİKLER DERSİNE YÖNELİK TUTUMLARININ İNCELENMESİ

Bekir ÇAR[1], Hasan GÜLER[2], Volkan SURAL[3], Ersan TOLUKAN[4]

[1]Bandırma Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Bandırma / Türkiye
[2]Serbest Araştırmacı, Ankara / Türkiye
[3]Milli Eğitim Bakanlığı, Ankara / Türkiye
[4]Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara / Türkiye

Öz: Giriş ve Amaç: Sınıf öğretmenlerinin oyun ve fiziki etkinlikler dersine yönelik negatif ya da pozitif tutumlarının etkisiyle birlikte dersin öğrenciler için etkili ve verimli olması öğrencilerin bir sonraki kademedeki beden eğitimi ve spor dersi açısından da büyük önem arz etmektedir. Araştırmanın amacı, sınıf öğretmenlerinin oyun ve fiziki etkinlikler dersine yönelik tutumlarının çeşitli değişkenlere göre incelenmesidir. Yöntem: Çalışmaya 2020 – 2021 eğitim-öğretim döneminde Ankara ilinin Altındağ ilçesinde görev yapan 171 kadın ve 51 erkek sınıf öğretmeni katılmıştır. Veri toplama araçları olarak "Kişisel Bilgi Formu" ve Hazar ve Tekkurşun-Demir (2018) tarafından geliştirilen "Sınıf Öğretmeni Adaylarının Oyun Ve Fiziksel Etkinlikler Dersine Yönelik Tutum Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmaya katılan sınıf öğretmenlerinden elde edilen verilerin analizinde Kruskal Wallis çoklu karşılaştırma testleri kullanılmıştır. Bulgular: Araştırma da sınıf öğretmenlerinin sınıf düzeyi ve mesleki kıdem değişkenlerine göre istatistiki olarak anlamlı farklılıklar tespit edilirken ($p<0,05$), mezun olunan üniversite ve cinsiye değişkenlerine göre istatistiki olarak anlamlı farklılık tespit edilememiştir ($p<0,05$). Sonuç: araştırmada sınıf öğretmenlerinin oyun ve fiziki etkinlikler dersine yönelik tutumlarının ortalamadan daha fazla olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Oyun ve Fiziki Etkinlikler, Tutum, Sınıf Öğretmenleri

GİRİŞ

Geçmişten günümüze doğru insanlık tarihine bakıldığında bireylerin hayata adapte olmalarını sağlamak ve gelişimlerini tamamlamak amacıyla oyun oynamış, oyunları yalnızca bir araç değil amaç olarak görerek hayatlarının merkezlerine almışlardır. Aynı zamanda temel ihtiyaçlarını karşılamak amacıyla fiziksel etkinliklerde de bulunmuşlardır. Bu bakımdan oyun ve fiziksel etkinlikler birbirlerini tamamlayan ana unsur olarak ortaya çıkmıştır.

Sınıf öğretmeni, ilkokul kademesinde bulunan programlarda yer alan müfredat programını öğrencilere öğreten, öğrencilere kendilerini geliştirmelerini sağlayan, araştırmayı öğreten, bireyin kendisine ve çevresine karşı olumlu duygular geliştirmesine destek olarak sosyalleştiren, kişinin diğer insanlarla etkili iletişime geçmesine rehberlik eden kişidir (Gömleksiz, Öner ve Bozpolat, 2010).

Sınıf öğretmenlerinin rehberliğinde uygulanan oyun ve fiziki etkinlikler bireylerin sergilemiş oldukları biyolojik bir aktivitedir (Brown ve Vaughan,2009) ve çocukluktan başlayarak yetişkinliğe kadar bireylerin sağlıklı bir şekilde hayatlarını sürdürebilmeleri ve kişisel gelişimlerini tamamlamaları bakımından çok kritik bir özellik olarak ortaya çıkmaktadır (Son vd., 2007; Vygotsky, 2004; Yarnal, 2006; Yarnal ve vd., 2008). Ayrıca oyun ve fiziki etkinlikler öğrencilerin motive olmalarını sağlayan, kişiyi harekete geçiren ve bireylerin sosyal etkileşime geçmesine yardım eden bir aktivite ve zorlayıcı güç olarak kabul

görmektedir (Piaget, 1951). Oyun ve fiziki etkinlikler öğrencilerin farklı fiziksel etkinlikte bulunmalarını ve kişinin fiziki kapasitelerinin farkına vararak özgün hareketler ile özgüvenlerini artırmalarını sağlar (Rintala vd., 2012; Heikinaro-Johansson ve Kolkka 1998).

Oyun ve fiziki etkinlikler dersi, ilkokul 1, 2 ve 3. sınıflarda öğrenim gören öğrenciler için haftalık beş ders saati, 4. sınıflarda öğrenim gören öğrenciler için haftalık 2 ders saati olmak üzere sınıf öğretmenleri tarafından işlenmektedir. Oyun ve fiziki etkinlikler dersi öğrencilerin oyun aktiviteleri, fiziki aktivitelerin uygulanması, bu öğrenim safhasında bireyin fiziki, bedeni, zihni ve sosyal yeteneklerinin gelişmesine katkı sağlayan bir süreçtir. Bu süreç boyunca sınıf öğretmenlerinden Fiziki Etkinlikler Kartlarının kullanılması ve öğrencilere oyunlaştırılmış aktiviteler yoluyla fiziksel kapasitelerinin arttırılması sağlanmaktadır (MEB, 2017). Modern eğitimin temel prensipleri bireyin bir bütün olarak(fiziki, ruhi ve zihni) açıdan gelişmesini sağlamaktır. Eğitim-öğretim faaliyetlerinin etkili ve verimli bir şekilde oyun ve fiziki etkinlikler ile koordineli bir şekilde yürütülmesi için psikomotor özelliklerinde programda etkili bir şekilde uygulamaya konulması ile mümkündür (Güven ve Yıldız, 2014).

Türkiye' de ilköğretim kademesindeki sınıflarda bulunan oyun ve fiziki etkinlikler dersi sınıf öğretmenleri aracılığıyla işlenmektedir fakat genellikle öğrencilerin diğer derslerde bulunan eksikliklerinin giderilmeye çalışıldığı bir ders olarak ya da öğrencilerin okul bahçesinde serbest olarak vakit geçirdikleri bir etkinlik saati olarak görülmektedir (Gürsel, 2005). Sınıf öğretmenleri oyun ve fiziki etkinlikler dersinde öncelikli olarak öğrencilerin fiziksel, ruhsal ve zihinsel olarak gelişim gösterdikleri bir ders olarak görmelerine rağmen, bu dersin müfredat programları hakkında zor duruma düştükleri ve öğrencilerine verimli olmak konusunda maksimum etki gösteremedikleri gözlemlenmektedir. Spor alanlarının yetersiz olması, spor malzemelerinin eksik olması ve hizmet içi eğitim programlarının yeterli seviyede olamaması bu dersin verimliliğini azaltmaktadır (Pehlivan, 2001).

Tutum deneyim ile yoğrularak, olumlu ya da olumsuz tepkilerin hazır hale getirilmesi amacıyla kişileri harekete geçiren duygusal, zihinsel ve davranışsal eğilimlerdir (Akgül, 2011). Ayrıca tutum bireylerin kendisi için ve çevresinde yer alan olay ve olgulara karşı tecrübesini, becerisini, duygularını ve motive olmasını sağlamak amacıyla ortaya çıkan fizikseli zihinsel ve sosyal bir tepki olarak ortaya çıkmıştır (İnceoğlu, 2004). Tutum her alanda olduğu gibi oyun ve fiziki etkinlikler öğrenme programında da çok önemli bir kavram olarak ortaya çıkmaktadır. Öğretmenlerin oyun ve fiziki etkinlikler dersine yönelik tutumları derslerin akışkanlığı ve işlenişi bakımında olumlu etkileri bulunmaktadır.

Sınıf öğretmenlerinin oyun ve fiziki etkinlikler dersine yönelik negatif ya da pozitif tutumlarının etkisiyle birlikte dersin öğrenciler için etkili ve verimli olması öğrencilerin bir sonraki kademedeki beden eğitimi ve spor dersi açısından da büyük önem arz etmektedir. Bu bakımdan bu araştırmamız sınıf öğretmenlerinin oyun ve fiziki etkinlikler dersine yönelik tutumları ve bu tutumların belirlenmesi amacıyla çeşitli değişkenler açısından incelenmesi için yapılmıştır.

YÖNTEM

ARAŞTIRMANIN MODELİ

Araştırma, tarama modelinin kullanıldığı için bu modelde; herhangi bir zamanda var olan bir olay ya da olguyu betimlemeyi amaçlamaktadır. Araştırma sonuçlarına bakılarak kişileri ya da olayları etkileme çabası içine girilmez. (Karasar, 2017).

ARAŞTIRMA GRUBU

Araştırmaya 2020 – 2021 Eğitim-Öğretim döneminde Ankara ili, Altındağ ilçesinde görev yapan 222 sınıf öğretmeni gönüllü olarak katılmıştır.

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri

Özellikler	**Kategoriler**	**f**	**%**
Cinsiyet	Kadın	171	77
	Erkek	51	23
Mezun Olunan Üniversite	Ankara Ü.	26	11,7
	Eskişehir Anadolu Ü.	24	10,8
	Gazi Ü.	48	21,6
	Hacettepe Ü.	38	17,1
	İzmir 9 Eylül Ü.	33	14,9
	Kırıkkale Ü.	19	8,6
	Konya Ü.	34	15,3
Mesleki Kıdem	1-9 Yıl	32	14,4
	10-19 Yıl	79	35,6
	20-29 Yıl	94	42,3
	30-39 Yıl	17	7,7
Görev Yapılan Sınıf Düzeyi	1.Sınıf	59	26,6
	2. Sınıf	41	18,5
	3. Sınıf	56	25,2
	4.Sınıf	66	29,7
Toplam		100	%100

Anket katılımcılarımızın 171 ‘i kadın (%77), 51’ i erkektir (%23). Öğretmenlerimizin mezun oldukları okulları sorduğumuzda katılımcılarımızın 26’sı Ankara Üniversitesi (%11,7), 24’ü Eskişehir Anadolu Üniversitesi (%10,8), 48’i Gazi Üniversitesi (%21,6), 38’i Hacettepe Üniversitesi (%17,1) , 33’ü İzmir 9 Eylül Üniversitesi (%14,9), 19’u Kırıkkale Üniversitesi (%8,6), 34’ü Konya Üniversitesi (%15,3) mezunudur.

Çalışmaya katılan öğretmenlerin meslekteki yıllarına bakıldığında, %14,4'ü 1-9 arası, %35,6'sı 10-19 arası, %42,3'ü 20-29 arası, %7,7'si 30-39 yılları aralığında meslekte görev yapmaktadır. Tabloyu incelediğimiz zaman katılımcılarımızın büyük çoğunluğunun 29 yıl ve altında görev yaptığı gözlemlenmektedir.

Ankete katılan öğretmenlerin %26,6' sı 1. Sınıf, %18,5'i 2. Sınıf, %25,2'si 3. Sınıf, %29,7'si 4. Sınıf düzeylerinde görev yapmaktadır.

VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Araştırmada veri toplama aracı olarak Hazar ve Tekkurşun-Demir (2018) tarafından geliştirilen Sınıf Öğretmeni Adaylarının Oyun Ve Fiziksel Etkinlikler Dersine Yönelik Tutum Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmacı tarafından 19 maddeden oluşan üç faktörlü bir yapı elde edilmiştir. "dersin yararlarına ilişkin bilişsel tutum" alt boyutu 1., 2., 3., 4., 5., 6. maddelerden oluşmakta ve açıkladığı varyans oranı 39,31 ve Cronbach Alpha: 0,88'dir. "derse yönelik davranışsal tutum" alt boyutu 7., 8., 9., 10., 11. maddelerden oluşmakta ve açıkladığı varyans oranı 8,28 ve Cronbach Alpha: 0,79'dur. "derse yönelik duygusal tutum" alt boyutu 12., 13., 14., 15., 16., 17., 18.,19. maddelerden oluşmakta ve açıkladığı varyans oranı 7,48 ve Cronbach Alpha: 0,89'dur. Ölçeğin açıkladığı toplam varyans oranı % 55,07 toplam Cronbach Alpha değeri ise 0,78dir.

VERİLERİN ANALİZİ

Sınıf Öğretmeni Adaylarının Oyun Ve Fiziksel Etkinlikler Dersine Yönelik Tutum Ölçeği sınıf öğretmenlerine uygulanması ile elde edilen veriler veri tabanına kaydedilerek değerlendirmeye alınacaktır. Araştırmaya katılan sınıf öğretmenlerinin oyun ve fiziki etkinlikler dersine ilişkin tutumlarının belirlenmesine ilişkin ölçeğin her bir alt boyutuna yüzde, frekans, ortalama ve standart sapmaları hesaplanarak betimsel istatistikleri yapılamaya çalışılacaktır.

İstatistiksel analizler için NCSS (Number Cruncher Statistical System) 2007 (Kaysville, Utah, USA) programı kullanılmıştır. Çalışma verileri değerlendirilirken tanımlayıcı istatistiksel metotların (Ortalama, Standart Sapma, Medyan, Frekans, Oran, Minimum, Maksimum) yanı sıra verilerin dağılımı Duncan çoklu karşılaştırma testi ile değerlendirilmiştir.

BULGULAR

Tablo 2. Sınıf Öğretmenlerinin Fiziksel Etkinliğin Öğrenciler Üzerindeki Etkisine Ait Görüşleri ve Görev Yapılan Sınıf Düzeyine Ait Kruskall Wallis Analizi Sonuçları

Sınıf Düzeyi	N	Sıra Ort.	Sd	X2	p	Anlamlı Farklılık
1.Sınıf	59	120,26	3	6,194	0,103	
2.Sınıf	41	97,57				
3.Sınıf	56	122,93				
4.Sınıf	66	102,62				

Sınıf Öğretmenlerinin Fiziksel Etkinliğin Öğrenciler Üzerindeki Etkisine ait görüşleri ve görev yapılan sınıf düzeyine göre p >0,05 olduğu için anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Tablo 3. Sınıf Öğretmenlerinin Fiziksel Etkinliklere Yönelik Tutumu ve Görev Yapılan Sınıf Düzeyine Ait Kruskall Wallis Analizi Sonuçları

Sınıf Düzeyi	N	Sıra Ort.	Sd	X2	p	Anlamlı Farklılık
1.Sınıf	59	95,21	3	8,866	0,031	3. Sınıf>1.Sınıf 4.Sınıf>1.Sınıf
2.Sınıf	41	103,49				
3.Sınıf	56	117,94				
4.Sınıf	66	125,58				

Sınıf Öğretmenlerinin Fiziksel Etkinliklere Yönelik Tutumu alt kategorisinin Görev Yapılan Sınıf düzeylerini ikili gruplar olarak incelediğimiz de 1.Sınıf ve 3. Sınıf düzeyinde görev yapan Sınıf Öğretmenlerinin Fiziksel Etkinliklere Yönelik Tutumlarında anlamlı bir farklılık vardır. Oluşan bu anlamlı farklılıkta 3. Sınıf düzeyinde görev yapan Sınıf Öğretmenlerinin Fiziksel Etkinliklere Yönelik Tutum puanları, 1. Sınıf düzeyinde görev yapan Sınıf Öğretmenlerinin Fiziksel Etkinliklere Yönelik Tutum puanlarından daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Mean Whitney U testi sonucu 1. Sınıf ve 4. Sınıf arasındaki anlamlı farklılık göstermektedir. Oluşan bu anlamlı farklılıkta 1. Sınıf düzeyinde görev yapan Sınıf Öğretmenlerinin Fiziksel Etkinliklere Yönelik Tutum puanları, 4. Sınıf düzeyinde görev yapan Sınıf Öğretmenlerinin Fiziksel Etkinliklere Yönelik Tutum puanlarından daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 4. Sınıf Öğretmenlerinin Fiziksel Etkinlikleri Takip Etmesine Yönelik Tutumu ve Görev Yapılan Sınıf Düzeyine Ait Kruskall Wallis Analizi Sonuçları

Sınıf Düzeyi	N	Sıra Ort.	Sd	X2	p	Anlamlı Farklılık
1.Sınıf	59	120,84	3	2,835	0,418	
2.Sınıf	41	116,78				
3.Sınıf	56	107,32				
4.Sınıf	66	103,42				

Sınıf Öğretmenlerinin Fiziksel Etkinlikleri takip etmesine yönelik tutumu ve görev yapılan sınıf düzeyine göre anlamlı bir fark olup olmadığını incelenmiştir. Asymp. Sig. değerimiz >0,05 olduğundan dolayı gruplardan en az birisinin diğerleri arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Tablo 5. Sınıf Öğretmenlerinin Fiziksel Etkinliğin Öğrenciler Üzerindeki Etkisine Ait Görüşleri ve Görev Yapılan Mezun Olunan Üniversiteye Ait Kruskall Wallis Analizi Sonuçları

Mezun Olunan Üniversite	N	Sıra Ort.	Sd	X2	p	Anlamlı Farklılık
Ankara Ü.	26	94,21	6	11,187	0,83	
Eskişehir Anadolu Ü.	24	110,56				
Gazi Ü.	48	123,47				
Hacettepe Ü.	38	104,30				
İzmir 9 Eylül Ü.	33	127,09				
Kırıkkale Ü.	19	80,18				
Konya Ü.	34	118,90				

Sınıf Öğretmenlerinin Fiziksel Etkinliğin Öğrenciler Üzerindeki Etkisine Ait Görüşleri ve Görev Yapılan Mezun Olunan Üniversiteye göre p >0,05 olduğu için anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Tablo 6. Sınıf Öğretmenlerinin Fiziksel Etkinliklere Yönelik Tutumu ve Görev Mezun Olunan Üniversiteye Ait Kruskall Wallis Analizi Sonuçları

Mezun Olunan Üniversite	N	Sıra Ort.	Sd	X2	p	Anlamlı Farklılık
Ankara Ü.	26	133,56	6	11,438	0,53	
Eskişehir Anadolu Ü.	24	103,40				
Gazi Ü.	48	95,16				
Hacettepe Ü.	38	118,63				
İzmir 9 Eylül Ü.	33	96,20				
Kırıkkale Ü.	19	133,34				
Konya Ü.	34	118,10				

Sınıf Öğretmenlerinin Fiziksel Etkinliklere Yönelik Tutumu ve Görev Mezun Olunan Üniversiteye göre p >0,05 olduğu için anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir

Tablo 7. Sınıf Öğretmenlerinin Fiziksel Etkinlikleri Takip Etmesine Yönelik Tutumu ve Görev Yapılan Mezun Olunan Üniversiteye Ait Kruskall Wallis Analizi Sonuçları

Mezun Olunan Üniversite	N	Sıra Ort.	Sd	X2	p	Anlamlı Farklılık
Ankara Ü.	26	88,00	6	11,171	0,83	
Eskişehir Anadolu Ü.	24	124,67				
Gazi Ü.	48	122,71				
Hacettepe Ü.	38	99,97				
İzmir 9 Eylül Ü.	33	130,03				
Kırıkkale Ü.	19	96,68				
Konya Ü.	34	107,53				

Sınıf Öğretmenlerinin Fiziksel Etkinlikleri Takip Etmesine Yönelik Tutumu ve Görev Yapılan Mezun Olunan Üniversiteye göre p >0,05 olduğu için anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir

Sınıf Öğretmenlerinin Fiziksel Etkinliğin Öğrenciler Üzerindeki Etkisine ait görüşleri, Sınıf Öğretmenlerinin Fiziksel Etkinliklere Yönelik Tutumu ve Sınıf Öğretmeni Adaylarının Fiziksel Etkinlikleri Takip Etmesine Yönelik Tutumu alt gruplarının mezun olunan üniversite üzerinde anlamlı bir farklılık olup olmadığını inceledik. Sınıf Öğretmenlerinin Fiziksel Etkinliğin Öğrenciler Üzerindeki Etkisine ait görüşleri(sig=0.083>0,05), Sınıf Öğretmenlerinin Fiziksel Etkinliklere Yönelik Tutumu(sig=0,53>0,05), Sınıf Öğretmeni Adaylarının Fiziksel Etkinlikleri Takip Etmesine Yönelik Tutumu (sig=0.083>0,05), olduğundan dolayı alt grupların hepsinde mezun olunan üniversite ile aralarında anlamlı bir farklılık yoktur.

Tablo 8. Sınıf Öğretmenlerinin Fiziksel Etkinliğin Öğrenciler Üzerindeki Etkisine Ait Görüşleri ve Meslekte Geçirdikleri Yıllara Ait Kruskall Wallis Analizi Sonuçları

Mesleki Kıdem	N	Sıra Ort.	Sd	X2	p	Anlamlı Farklılık
1-9 Yıl	32	125,77	3	3,910	0,271	
10-19 Yıl	79	107,68				
20-29 Yıl	94	106,52				
30-39 Yıl	17	129,94				

Sınıf Öğretmenlerinin Fiziksel Etkinliğin Öğrenciler Üzerindeki Etkisine ait görüşleri, Sınıf Öğretmenlerinin Fiziksel Etkinliklere Yönelik Tutumu, Sınıf Öğretmeni Adaylarının Fiziksel Etkinlikleri Takip Etmesine Yönelik Tutumu alt gruplarının meslekteki yıllarına göre anlamlı bir farklılık olup olmadığını Kruskall Wallis testi ile incelenmiştir.

Sınıf Öğretmenlerinin Fiziksel Etkinliğin Öğrenciler Üzerindeki Etkisine ait Görüşlerinin sig değeri (0,271) > 0.05 olduğundan dolayı anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Tablo 9. Sınıf Öğretmenlerinin Fiziksel Etkinliklere Yönelik Tutumu ve Meslekte Geçirdikleri Yıllara Ait Kruskall Wallis Analizi Sonuçları

Mesleki Kıdem	N	Sıra Ort.	Sd	X2	p	Anlamlı Farklılık
1-9 Yıl	32	89,44	3	10,055	0,018	20-29>1-9
10-19 Yıl	79	107,11				
20-29 Yıl	94	125,24				
30-39 Yıl	17	97,44				

Sınıf Öğretmenlerinin Fiziksel Etkinliklere Yönelik Tutumunun sig değeri(0,018) <0,05 olduğundan dolayı farklılaşmaktadır. Hangi gruplar arasında anlamlı farklılık olduğunu test etmek çin gruplar arası Mean Whitney U testi yapılacaktır. Gerçekleştirilecek olan Mean Whitney U testinde 6 adet ikililer oluşturulmuştur.

Sınıf Öğretmenlerinin Fiziksel Etkinliklere Yönelik Tutumunun Mean Whitney U testinin sonucuna göre meslekte 20-29 yıl arasında görev yapan sınıf öğretmenlerinin, meslekte 1-9 yıl arasında görev yapan sınıf öğretmenlerine göre puanlarının daha yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir. (U=1028,500 ; Sig=0,006)

Tablo 10. Sınıf Öğretmenlerinin Fiziksel Etkinlikleri Takip Etmesine Yönelik Tutumu ve Meslekte Geçirdikleri Yıllara Ait Kruskall Wallis Analizi Sonuçları

Mesleki Kıdem	N	Sıra Ort.	Sd	X2	p	Anlamlı Farklılık
1-9 Yıl	32	124,72	3	12,462	0,006	30-39>10-19 30-39>20-29
10-19 Yıl	79	108,46				
20-29 Yıl	94	101,36				
30-39 Yıl	17	156,82				

Sınıf Öğretmeni Adaylarının Fiziksel Etkinlikleri Takip Etmesine Yönelik Tutumunun sig değeri(0,006) < 0,05 olduğu için en az bir grubun diğerleri üzerinde anlamlı bir farklılığı olduğunu gözlemlemekteyiz.

Sınıf Öğretmeni Adaylarının Fiziksel Etkinlikleri Takip Etmesine Yönelik Tutumu alt grubunu incelediğimiz de ise göre meslekte 30-39 yıl arasında görev yapan sınıf öğretmenlerinin, meslekte 10-19 yıl arasında görev yapan sınıf öğretmenlerine göre puanlarının daha yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir.(U=379,500; Sig=0,005)

Sınıf Öğretmeni Adaylarının Fiziksel Etkinlikleri Takip Etmesine Yönelik Tutumu alt grubunu incelediğimiz de ise meslekte meslekte 30-39 yıl arasında görev yapan sınıf öğretmenlerinin, meslekte 20-29 yıl arasında görev yapan sınıf öğretmenlerine göre puanlarının daha yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir. (U=391,500 ; Sig=0,001)

Tablo 11. Sınıf Öğretmenlerinin Fiziksel Etkinliğin Öğrenciler Üzerindeki Etkisine Ait Görüşleri Cinsiyete Göre Mean Whitney U Test Sonuçları

Cinsiyet	N	Sıra Ort.	Sd	X2	p	Anlamlı Farklılık
Kadın	171	112,54			0,656	
Erkek	51	108,02				

Sınıf Öğretmenlerinin Fiziksel Etkinliğin Öğrenciler Üzerindeki Etkisine Ait Görüşleri Cinsiyete göre p >0,05 olduğu için anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Tablo 12. Sınıf Öğretmenlerinin Fiziksel Etkinliklere Yönelik Tutumu Cinsiyete Göre Mean Whitney U Test Sonuçları

Cinsiyet	N	Sıra Ort.	Sd	X2	p	Anlamlı Farklılık
Kadın	171	115,16			0,105	
Erkek	51	99,24				

Sınıf Öğretmenlerinin Fiziksel Etkinliklere Yönelik Tutumu Cinsiyete göre p >0,05 olduğu için anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Tablo 13. Sınıf Öğretmenlerinin Fiziksel Etkinlikleri Takip Etmesine Yönelik Tutumu Cinsiyete Göre Mean Whitney U Test Sonuçları

Cinsiyet	N	Sıra Ort.	Sd	X2	p	Anlamlı Farklılık
Kadın	171	109,66			0,432	
Erkek	51	117,68				

Sınıf Öğretmenlerinin Fiziksel Etkinlikleri Takip Etmesine Yönelik Tutumu Cinsiyete göre p >0,05 olduğu için anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir

Alt gruplarımızın cinsiyet üzerinden anlamlı bir farklılığa sahip olup olmadığını incelemek için Mean Whitney U testi kullanılmıştır. Mean Whitney U test sonuçlarımıza göre Sınıf Öğretmenlerinin Fiziksel Etkinliğin Öğrenciler Üzerindeki Etkisine ait görüşleri, Sınıf Öğretmenlerinin Fiziksel Etkinliklere Yönelik Tutumu, Sınıf Öğretmenlerinin Fiziksel Etkinlikleri Takip Etmesine Yönelik Tutumu alt gruplarının yaş ile aralarında anlamlı bir farklılık olmadığını sig değerlerine bakarak gözlemekteyiz. Sınıf Öğretmenlerinin Fiziksel Etkinliğin Öğrenciler Üzerindeki Etkisine ait görüşleri'nin sig (0,656) >0.05, Sınıf Öğretmenlerinin Fiziksel Etkinliklere Yönelik Tutumunun sig (0,105) > 0.05 , Sınıf Öğretmenlerinin Fiziksel Etkinlikleri Takip Etmesine Yönelik Tutumunun sig (0,432) > 0.05 olduğundan dolayı hipotezlerimiz reddedilmektedir.

Tablo 14. Sınıf Öğretmenlerinin oyun ve fiziksel etkinlikler dersine yönelik tutum ölçeği ortalama analiz sonuçları

	n	**Ort**	**Std. Sp.**
Oyun ve Fiziksel Etkinlikler Dersine Yönelik Tutum Ölçeği Toplam Puan	222	61,10	8,92

Tablo 14' e bakıldığında sınıf öğretmenlerinin oyun ve fiziksel etkinlikler dersine yönelik tutumlarının ortalamadan daha fazla olduğu görülmüştür.

TARTIŞMA

Bu araştırmada 2020 -2021 Eğitim-Öğretim döneminde Ankara ili Altındağ ilçesinde görev yapan sınıf öğretmenlerinin oyun ve fiziki etkinlikler dersine yönelik tutumlarını cinsiyet, mezun olduğu üniversite, mesleki kıdem ve sınıf düzeyi değişkenleri açısından incelenmiştir.

Sınıf öğretmenlerinin cinsiyet değişkenine göre ölçeğin alt boyutlarına bakıldığında istatistiki olarak farklılık görülmemiştir. Bizim çalışmamıza eş değer olarak; Güvendi ve Serin (2019) sınıf öğretmeni adaylarının oyun ve fiziksel etkinlikler dersine yönelik çalışmasında, Dalaman (2015)' in sınıf öğretmeni adaylarının beden eğitimi ve oyun öğretim dersinde yönelik tutumlarının incelenmesi çalışmasında cinsiyet değişkenine göre farklılık tespit edilmemiştir. Alemdağ ve ark. (2014), sınıf öğretmeni adayları ile ilgili beden eğitimine karşı tutumları çalışmasında ise erkek öğretmenlerin, kadınlar öğretmenlerden daha yüksek puan alarak istatistiki olarak farklılık tespit etmiştir.

Sınıf öğretmenlerinin mezun olduğu üniversite değişkenine göre ölçeğin alt boyutlarına bakıldığında istatistiki olarak farklılık görülmemiştir. Sonuçları bakımında bizim çalışmamızla istatistiki olarak benzer sonuçlar; Dalaman (2015)' in sınıf öğretmeni adaylarının beden eğitimi ve oyun öğretim dersinde yönelik tutumlarının incelenmesi çalışmasında üniversite değişkenine göre farklılık tespit edilmemiştir.

Sınıf öğretmenlerinin mesleki kıdem değişkenine ölçeğin alt boyutlarına bakıldığında sınıf öğretmenlerinin fiziksel etkinliğin öğrenciler üzerine etkisinde istatistiki olarak farklılık olmamasına rağmen, fi-

ziksel etkinliklere yönelik tutumlarında mesleki kıdem aralığı 20-29 yıl arasında olan sınıf öğretmenlerinin , mesleki kıdemleri 1-9 yıl arasında olan sınıf öğretmenlerine göre daha yüksek puan aldıkları, fiziksel etkinlikleri takip etmesine yönelik tutumlarına bakıldığında mesleki kıdem aralığı 30-39 yıl arasında olan sınıf öğretmenlerinin , mesleki kıdemleri 10-19 ve 20-29 yıl arasında olan sınıf öğretmenlerine göre daha yüksek puan aldıkları istatistiki olarak tespit edilmiştir.

Sınıf öğretmenlerinin sınıf düzeyi değişkenine göre fiziksel etkinliğin öğrenciler üzerine etkisinde ve fiziksel etkinlikleri takip etmesine yönelik tutumlarına istatistiki olarak farklılık olmamasına rağmen, fiziksel etkinliklere yönelik tutumlarında 3. Sınıf düzeyinde görev yapan öğretmenlerin 1. Sınıf düzeyinde ve 4. Sınıf düzeyinde görev yapan öğretmenlere göre daha yüksek puan aldıkları istatistiki olarak tespit edilmiştir.

SONUÇ

Sonuç olarak sınıf öğretmenlerinin oyun ve fiziksel etkinlikler dersine yönelik tutumlarının öğrencilerle beraber oyunsal etkinlikler düzenledikleri, fiziksel etkinliklerle ders konularını etkileşim kurarak işlemeleri sebebiyle ortalamadan daha fazla olduğu görülmüş olabilir. Çalışmanın sonuçları incelendiğinde farklı illerde ve bölgelerde bulunan sınıf öğretmenlerine farklı zamanlarda ölçek uygulanabilir ya da nitel bir çalışma yönteminin uygulanması önerilmektedir.

KAYNAKÇA

Akgül, B.M. (2011). *Farklı kültürlerdeki bireylerin boş zaman aktivitelerine yönelik tutumlarının değerlendirilmesi: Ankara-Londra Örneği*, Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Alemdağ, S., Öncü, E., & Sakallıoğlu, F. (2014). Sınıf öğretmeni adaylarının beden eğitimi dersine yönelik tutum ve öz-yeterlikleri. Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 14(2), 45-60.

Brown, S., & Vaughan, C. 2009. Play: How it shapes the brain, opens the imaginations, and invigorates the soul. New York: Aevry Penguin Group.

Dalaman, O. (2015). Sınıf öğretmeni adaylarının beden eğitimi ve oyun öğretimi dersine yönelik tutumlarının değişik faktörlerce incelenmesi, *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 36,* 59-71.

Gömleksiz, N., Öner, Ü. ve Bozpolat, E. (2010). Sınıf öğretmeni adaylarının sınıf öğretmeni yetiştirme programında yer alan derslere ilişkin görüşlerinin değerlendirilmesi, 9. Ulusal Sınıf Öğretmenliği Eğitimi Sempozyumu, 20-22 Mayıs, Elazığ, TÜBİTAK Desteği ile Basılmış, Cantekin Matbaası, 666-673.

Gürsel, F. (2005). İlköğretim okulları ilk kademe beden eğitimi dersleri için gelişimsel beden eğitimi modeli, 4. Uluslararası Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Sempozyumu, Bursa: Burfaş Ofset Tesisleri, 253-260.

Güvendi, B., Serin, H. (2019). Sınıf öğretmenliği adaylarının oyun ve fiziki etkinlikler dersine yönelik tutumları ile fiziksel aktiviteye katılım motivasyonları arasındaki ilişkinin incelenmesi, *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi, 18*(72). 1922-1933.

Hazar, Z., Demir, G. T. (2018). Attitude scale towards Game and Physical Activities course of class teacher candidates: Validity and reliability study Sınıf öğretmeni adaylarının Oyun ve Fiziksel Etkinlikler dersine yönelik tutum ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. Journal of Human Sciences, 15(2), 1206-1215

Heikinaro-Johansson, P., Kolkka, T. (1998). *Koululiikuntaa kaikille: Soveltavan liikunnanopetuksen opas.* Opetushallitus.

MEB (2017a). Talim ve Terbiye Kurulu Başkanlığı, Öğretim Programları (Oyun ve Fiziki Etkinlikler Dersi). http://mufredat.meb.gov.tr/ adresinden 11.05.2021 tarihinde erişilmiştir.

Özer, Y., Aktaş, Ö., Yıldız, M., Yıldırım, H.M. (2021). Sınıf öğretmenlerinin beden eğitimi ve oyun dersine yönelik tutumları ve karşılaştıkları problemlerin incelenmesi, *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 18*(47), 233-251.

Pehlivan, Z. (2001). İlköğretimde beden eğitimi öğretmeni yetiştirme. II. Uluslararası Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Sempozyumu, (21-23 Aralık 2001). Bursa: Bursa Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, 115-120.

Piaget, J. (1951). *The child's conception of the world (No. 213).* Lanham, MD: Roman & Littlefield.

Rintala, P., Huovinen, T., & Niemelä, S. (2012). *Soveltava liikunta.* Liikuntatieteellinen Seura.

Son, J. Kerstetter, D. Yarnal, C. & Baker, B. L. (2007). Promoting older women's health and well-being through social leisure environments: What we have learned from the Red Hat Society®. *Journal of Women & Aging, 19*(3-4), 89-104.

İnceoğlu, M. (2004). *Tutum-Algı-İletişim,* Ankara: Elips Kitap.

Vygotsky, L. S. (2004). Imagination and creativity in childhood. [Article]. *Journal of Russian & East European Psychology, 42*(1), 7-97.

Yarnal, C. M. (2006). The Red Hat Society®: Exploring the role of play, liminality, and communitas in older women's lives. *Journal of Women & Aging, 18*(3), 51-73.

Yarnal, C. M., Chick, G., & Kerstetter, D. L. (2008). "I did not have time to play growing up… so this is my play time. It's the best thing I have ever done for myself": What is play to older women? *Leisure Sciences, 30(*3), 235-252.

9 HAFTALIK KUVVET VE DAYANIKLILIK ANTRENMANLARININ KIZ BASKETBOLCULARDA AEROBİK PERFORMANSA ETKİSİNİN ARAŞTIRILMASI

Murat Bekleyiş APAYDIN[1], Emin SÜEL[2], Hacı Ahmet AKKAYA[3]

[1]Kayseri Büyükşehir Belediyesi, Spor A.Ş. Kayseri / Türkiye
[2]Niğde Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Niğde / Türkiye
[3]Bellona Kayseri Basketbol Atletik Performans Antrenörü, Kayseri / Türkiye

Öz: Bu çalışmanın amacı 9 haftalık kuvvet ve dayanıklılık antrenman metodunun aktif olarak liglerde oynayan kız basketbolcularda dayanıklılık performansına etkisini tespit etmek amacıyla yapılmıştır. Çalışmamıza katılan deney grubunun n=15 yaş ortalaması (x̄16±0,7) boy ortalaması (x̄176±7,3) cm vücut ağırlığı ortalaması ise (x̄64±7) kg olan aktif olarak basketbol gelişim liginde (BGL) mücadele eden kız basketbolculardan sporculardan oluşmaktadır. Çalışma öncesi sporcuların velilerinden bilgilendirilmiş gönüllü olur formu (BGOF) imzalatılarak ve sporcular ile yüz yüze görüşülerek çalışmaya dahil edilmiştir. Sunulan çalışmamızda katılımcılara 9 hafta boyunca sporculara mevcut basketbol antrenmanlarına ek kuvvet (9gün) ve dayanıklılık (20gün) antrenmanları uygulanmıştır. Çalışmamıza katılım gösteren sporculara 9 hafta öncesinde ve antrenman programı sonrasında olmak üzere farklı zaman dilimlerinde (ölçümler günün aynı saatinde yapılmıştır) zaman diliminde 30-15 aralıklı Fitness Testi uygulanmış olup veriler istatiksel olarak SPSS 22 programına kaydedilmiştir. Araştırmada verilerin normal dağılım gösterdiği (1.5>X>-1.5) kabul edilmiş ve parametrik testlerden olan paired sample t test kullanılmasına karar verilmiştir. Çalışma sonunda sporcuların koşu mesafesi verilerinde (KM) ve maksimum aerobik sürat (MAS) değerlerinde anlamlı fark $p<0,05$ düzeyinde olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Kuvvet, Dayanıklılık, 30-15 Aralıklı Fitness Testi

GİRİŞ

Günümüz de bayan sporcuların sayısı hızla artmakta ve basketbol branşında ülke genelinde yapılan müsabakalarda kulüpler üst düzey katılım göstermektedir. Bütün spor branşlarında sporcu performansı gelişimi için antrenörler çeşitli antrenman teknikleri ve fiziksel ölçüm testleri uygulamaktadır. Basketbolda oyuncuların performans gelişimi için kuvvet, sürat, esneklik, beceri, dayanıklılık gibi motorik özelliklerin branşa özgü uygulamalar ve antrenmanlarla sağlanmaktadır (Kızılet ve ark,2010). Sporcuların elit düzeyde bir performans gösterebilmesi ve bunu müsabaka esnasında devam ettirebilmesi teknik kapasitesinin yanı sıra sporcuların kardiyo-respiratör uygunluk, kas kuvveti, kas dayanıklılığı ve vücut kompozisyonu gibi fiziksel uygunluk parametrelerinin de etkisi olmaktadır (Bilge ve ark.2000). Basketbol müsabaka esnasında ani yön değiştirme, durma, süratlenme ve yavaşlama gibi yüksek ve düşük şiddetli hareketlerin sergilendiği bir takım sporudur (Abdelkrim ve ark.2007).

Mevcut çalışmanın amacı; BGL'de mücadele eden Kayseri basketbol kız takımına uygulanan 9 haftalık kuvvet ve dayanıklılık antrenman programının sporculardaki aerobik güç ve kapasiteyi tespit etmek amacıyla yapılmıştır.

MATERYAL ve YÖNTEM

Çalışmamız planlamasında 9 haftalık süreçte Fitness merkezinde kuvvet ve açık ve kapalı alanlarda dayanıklılık antrenmanlarının uygulandığı ve sporculara araştırma öncesinde ve sonrasında olmak üzere

ön test-son test uygulanmıştır. Çalışmamız yaş ortalaması x̄16±,7 yıl olan basketbol gelişim liginde mücadele eden Kayseri basketbol kız takımının 15 aktif sporcusu gönüllülük esasına dayanılarak katılmıştır.

VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Sunulan çalışmada sporcuların vücut ağırlıkları 0,01 kg hassasiyetine sahip Vestel marka tartıda kilogram cinsinden çıplak ayak ile ölçülmüştür. Katılımcıların boy uzunlukları ise duvarda sabit olan 0,01 cm hassasiyetinde metal bir boy ölçer çıplak ayakla ölçülmüştür. Katılımcıların beden kütle indeksi ölçümleri şu şekilde hesaplanmıştır. İlk ölçümler antrenmanlara başlamadan önce kaydedilmiştir. İkinci ölçümler ise 9 hafta sonunda 2. test uygulaması öncesi gerçekleştirilmiştir. Ayrıca bip seslerini sporculara iletmek için 3 adet UE marka hoparlör kullanılmıştır.

Tablo 1. Katılımcıların Maksimum Aerobik Güç ve Koşu Mesafesi Bulguları

Değişken	Ölçümler(m)	t	p
KM	1.Test:65,9±1,2 2.Test:66,7±1,2	-4,480	**,000**
MAS	1.Test:3,7±,38 2.Test: 3,9±,27	-2,294	**,038**

n=15, Anlamlılık düzeyi p<0.01-0.05 olarak belirlenmiştir.

Tablo 1 incelendiğinde katılımcıların km değerleri (KM, t=-4,480, p<0,00) MAS değerleri ise (MAS, t=-2,294, p<0,038) düzeyde olduğu ve son test lehine anlamlı farklılaşma tespit edilmiştir.

TARTIŞMA ve SONUÇ

Sunulan çalışmamızda basketbol gelişim liginde (BGL) mücadele eden yaş ort. 16±,7 olan 15 kız sporcuya uygulanan basketbol antrenmanına ek 9 haftalık kuvvet ve dayanıklılık antrenmanının anaerobik kapasiteye etkisini belirlemek amacıyla yapılmıştır. Çalışmamızda kadın sporcular için hazırlanan 9 haftalık antrenman programı öncesi ve sonrası ön test ve son test yapılarak elde edilen bulgular istatistik olarak değerlendirilmiş ve tartışılmıştır.

Tablo 1 de yer alan bulgularda 9 haftalık kuvvet ve dayanıklılık antrenmanı sonunca Katılımcıların MAS değerlerine bakıldığında (Ön-test:3,7±,38) ve (Sontest:3,9±,27) bulgularına ulaşılmış olup (p<0,05) düzeyinde fark tespit edilmiştir. Öz (2018) yaptığı çalışmada kadın basketbolculara uygulanan 8 haftalık kuvvet ve dayanıklılık antrenmanının bulgularda istatiksel olarak gelişiminin yanı sıra testler arası fark (p<0,05) düzeyinde tespit edilmiştir ve mevcut çalışmamızla benzer sonuçlara ulaşılmıştır. Altın ve Kaya (2012) yaptıkları 10 hafta boyunca uyguladıkları intestiv interval antrenman metodu sonucunda sporcularda (yaş=15.00 ± 0.79yıl) Cooper testleri arası (p>0.05) anlamlı fark tespit edilememiş olup mevcut çalışmamızdan farklı bir sonuca ulaşılmıştır. Anıl ve ark. (2001) yılında yaptıkları çalışmada yaş ort. (14.83±0,73 yıl) olan bayan basketbolcularda koşu mesafesi son test lehine artış olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Sonuç olarak; 9 haftalık uygulanan kuvvet ve dayanıklılık antrenman metotlarının kız basketbolcularda 28-15 aralıklı Fitness testi sonucunda koşu mesafesi ve MAS değerlerinde gelişme ve son test lehine anlamlı fark $p<0.05$ olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Bununla birlikte sporcuların nabız kontrolünde test yapılması önerilmektedir. Bu duruma ek olarak sporcuların anaerobik eşiklerinin ve anaerobik eşiklerine karşılık gelen koşu hızlarının tespiti sonucunda bireysel antrenmanlar sporcuların fiziksel durumuna göre hazırlanıp belirli dönemlerde sporcuların takip edilmesi önerilmektedir.

KAYNAKÇA

Abdelkrim B, El Fazaa S, and El Ati J. Time motion analysis and physiological data of elite under 19 basketball players during competition. Br J Sports Med 41: 69–75, 2007.

Altın, M. Kaya, Y.2012. 4–16 Yaş Grubu Futbolcularda İntensiv İnterval Antrenman Metodunun Aerobik ve Anaerobik Güce Etkisi, Selçuk University Journal of Physical Education and Sport Science, 2012; 14(2): 253–256

Anıl, F., Erol, E. ve Pulur, A. (2001). Pliometrik Çalışmaların 14-16 Yaş Grubu Bayan Basketbolcuların Bazı Fiziksel ve Fizyolojik Parametreleri Üzerine Etkisi. Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 6, 2,19-26.

Kızılet, A., Atılan,0., Erdemir, İ. 12-14 Yaş Grubu Basketbol Oyuncularının Çabukluk ve Sıçrama Yetilerine Farklı Kuvvet Antrenmanlarının Etkisi, Atabesbd 2010; 12 (2): 44-57

Öz, Halim.2018 Türkiye Kadın Basketbol Süper Liginde Oynayan Basketbolcuların 8 Haftalık Bireysel Kuvvet ve Kondisyon Programı Sonrası Antropometrik ve Motorik Gelişimlerinin Değerlendirilmesi, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı

COVİD-19 PANDEMİ SÜRECİNİN PROFESYONEL KADIN BASKETBOL OYUNCULARINDA BESLENME ALIŞKANLIKLARININ YEME TUTUMU VE DEPRESYON DURUMUNU ÜZERİNE ETKİLERİ

Damla Deniz DÜZ[1], Ayla TAŞKIRAN[1], Reşat SADIK[2]

[1]İstanbul Gedik Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul / Türkiye
[2]Düzce Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Düzce / Türkiye

Öz: Bu çalışmanın amacı covid-19 pandemi süresinde profesyonel kadın basketbol oyuncularının beslenme alışkanlıklarının, yeme tutumu ve depresyon durumu üzerine etkilerini araştırmak olarak amaçlanmıştır. Çalışmamıza Kadınlar Basketbol Liglerinde halen görev almakta olan 100 profesyonel kadın basketbol oyuncusu katılmıştır. Çalışmaya katılan basketbol oyuncularının beslenme alışkanlıklarını, yeme tutumunu, depresyon durumunu ve iştah durumunu ölçmek üzere 4 adet anket uygulanmıştır. Bu anketler, sporcuların beslenme alışkanlıklarını, farklı duygu durumlar sırasında tükettikleri besinler, günlük yaşadıkları duygu durumları ve yeme tutumları ile ilgili sorular içermektedir. Verilen cevaplar ile etki durumu hesaplanmaktadır. Veriler SPSS 25.00 for Windows paket program ile analiz edilmiştir. Katılımcıların salgın döneminde %54'ünün bazı durumlarda öğün atladıklarını,%21'i öğün atlamadıklarını, öğün atlayan kişilerinde sebebini %38'i can istememesi olarak belirtmişlerdir. Salgın döneminde ailesiyle yaşan sporcuların yanı sıra, tek başına yaşayan sporcuların sosyal çevrenin beslenme tipinden, duygu durum değişikliklerinde oluşan değişken yeme tutumundan, depresyon durumunun beslenmeye olan etkisi araştırmamızda görülmektedir. Kontrolsüz yeme davranış puanlarına göre sporcuların öğün atlamalarının ve öğün atlama sebeplerinin dengesiz beslenme alışkanlarının ortaya çıkmasından dolayı kontrolsüz yeme davranışı sergiledikleri düşünülebilir. Bu konuyla ilgili yapılan bir araştırmada mesntrual döngü sırasında kadınların negatif durumlarda duygusal yeme isteklerinin daha fazla olduğu belirtilmiştir. Araştırmamızın sonucunda duygusal iştah anketi negatif duygu durumlarında duygusal yeme alt başlığı ile tüketilen öğün sayısı arasında anlamlı bir fark olduğu ve tüketilen yemek tipine göre bakıldığında en yüksek oranın konserve ve fast-food gibi ürünlerin daha fazla puan aldığı görülmektedir ($p<0.05$). Ces depresyon ölçeği ile tüketilen yemek tipi karşılaştırıldığında ise yine fast-food ve konserve tüketenlerin puanlarının daha fazla olduğu görülmektedir ($p<0.05$).

Anahtar Kelimeler: Beslenme Alışkanlıkları, Covid-19, Pandemi, Depresyon, Yeme Tutumu

GİRİŞ

2019'da Çin'de ortaya salgın hastalık, Mart 2020 tarihinde ülkemizde de görülmeye başlanmıştır. Ortaya çıkan yeni koronavirüs (Covid-19), Dünya Sağlık Örgütü tarafın- dan, halk sağlığını tehlikeye atan, yüksek düzeyde bulaşıcı bir pandemi olarak kabul edilmiştir (Chen ve ark., 2020). Pandemi süresince uygulanan karantinalar toplum üze- rinde çeşitli stres, kaygı, depresyon gibi psikolojik etkiler çıkardığı gibi, yeme düze- nindeki değişiklikler sonucu kilo artışı ve hareketsizlikten kaynaklı kardiyovasküler rahatsızlıklar gibi fiziksel etkiler de ortaya çıkarmıştır. Bu pandemi döneminden en çok etkilenen kişiler- den bazıları da profesyonel veya amatör seviyede spor yapan ki- şilerdir. İzolasyon döneminde kalan sporcular fiziksel aktivite ve sosyalleşebilme ek- sikliğinden kaynaklanan düzensiz beslenme alışkanlıkları edinmişlerdir. Bu durum depresyon ve kaygı bozukluğunu meydana çıkarmıştır (Chen ve ark., 2020).

Spor müsabakalarının ertelendiği, eğitim veya birçok fiziksel aktivite ve egzersiz uy- gulamalarının yasaklandığı bir döneme girilmiştir. Sporcuların, antrenörlerin, idareci- lerin ve spor severlerin sağlığı göz önünde tutularak birçok kısıtlama getirilmiştir. Nor- mal zaman diliminde sürekli hareket halinde olan ve her dönemi aktif şekilde geçiren sporcular, bu olağanüstü hal durumundan kaynaklı evlere kapanmış ve fiziksel aktiviteden uzak kalmıştır. Bu durum fiziksel ve zihinsel olarak hassas bir dönem olarak yaşanmaktadır. Karantina / izolasyon sırasında eğitimin ve rekabet ortamının olmaması, sporcular ve antrenörler arasında iletişim eksikliğine neden olmuştur. Özgür hareket edememe duygusu ön plana çıkmıştır. Bu duygu kişilerde yetersiz beslenme, farklı yeme tutumları veya duygusal beslenme sorunlarına ortam hazırlamıştır (Toresdahl ve Asif, 2020).

Birçok çalışmada, duygusal durumda yeme arasındaki ilişki araştırılmış ve depresyon belirtilerinin duygusal yeme ile bağlantılı olduğu bulunmuştur (Ouwens ve ark., 2009). Negatif duygular sırasında durum ile baş etmek ve mutlu olmak için kontrolsüzce aşırı yiyen bireyler, 'duygusal yeme tutumundaki' bireylerdir (Ganley, 1989). Yeme tutum- ları duygusal yeme tutumu, dışsal yeme tutumu ve kısıtlayıcı yeme tutumu olarak 3 ayrı gruba ayrılır. Kısıtlayıcı yeme tutumu, bireyin normal alması gereken besinden daha az besin almasıdır. Karantina ve izolasyon döneminde çoğu sporcu normal rutin beslenmesinden çıkıp duygusal boşlukla birlikte yeme bozukluğu sorunları yasamaktadır. Sporcuların performansını durumunu etkileyen temel olayların başında genetik yapı, uygun antrenman ve kişisel beslenme gelmektedir (Ersoy ve Hasbay, 2000).

Pandemi ve karantina dönemi, profesyonel sporcuların aktif egzersizden uzak kaldığı ve aynı zamanda tüm düzenlerinin, alışkanlıklarının değiştiği bir dönemdir. Profesyo- nel sporcuların, karantina döneminde karşılaştıkları negatif olaylar sonucunda yaşa- dıkları kaygı, stres ve depresyonun yanlış beslenme davranışlarına yöneltmesi çok nor- maldir. Bu gibi durumlarda beslenme uzmanlarının aktif rol oynaması gerekmektedir. Beslenme planı yapılırken sezon içinde yapılan fiziksel aktivitelere nasıl dikkat edili- yorsa bu kritik döneme de dikkat edilerek program hazırlanması gerekmektedir. Spor- cunun diyetinde kişiye özel beslenme içerikleri ve enerji değerleri dengeli olmalıdır (Dündar, 1996).

Bu programlar hazırlanırken, karantina döneminde eskisi gibi yapılamayan fiziksel ak- tivite göz önünde bulundurulmalıdır. Düzensiz beslenme, kilo ve kaygı düzeyini art- tırmaktadır. Normal dönemde yenilen karbonhidrat destekli yemeğin aksine daha çok protein ve vitamin destekli besinler tercih edilmesi, hastalık için bağışıklık kazanmada ve karantina sonrası başlanacak olan müsabaka, antrenman döneminde sakatlık riskini en az indirmek için gereklidir. Bu dönem profesyonel kulüplerin sporculara vereceği sağlıklı beslenme listelerinin yanı sıra egzersiz programları ile desteklenmeli hatta sporcuların sosyalleşmesi için salgın tedbirlerine uyarak online ya da açık havada aktivite planlaması yapılmalıdır (Dündar, 1996).

AMAÇ

Bu tez çalışmasının amacı Covid-19 salgın süresince profesyonel kadın basketbol oyuncularında beslenme alışkanlıklarının, yeme tutumu ve depresyon durum üzerine etkisini incelemek olarak saptanmıştır.

KAPSAM

Bu çalışmanın evrenini COVİD-19 pandemi sürecini yaşayan profesyonel kadın basketbol oyuncularından, hala aktif olarak basketbol liglerinde görev alan 100 kişi ile sınırlandırılmıştır.

YÖNTEM

Araştırma sürecinde pandemi dönemindeki yasaklar göz önüne alınarak online anket uygulanmıştır. Anketin uygulandığı kişiler, Kadınlar Basketbol Süper Ligi, Türkiye Kadınlar Basketbol Ligi ve Kadınlar Bölgesel Basketbol Liginde oynayan profesyonel kadın basketbol oyuncularıdır. Genel beslenme alışkanlıkları anketi, üç faktörlü yeme ölçeği, duygusal iştah anketi, CES-Depresyon ölçeği, sezgisel yeme ölçeği kullanılmıştır.

Genel beslenme alışkanlıkları anketi bölümünde katılımcalara günlük tükettikleri öğün ve içerikleri sorulmuştur. Katılımcıların psikolojik yeme davranışlarını belirlemek için üç faktörlü yeme anketi uygulanmıştır. TFEQ ilk olarak Stunkard ve Messic tarafından 1985 yılında yemenin davranışsal ve bilişsel bileşenlerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir (Stunkard A., ve ark., 1985). Anketin geçerlilik ve güvenirlilik çalışmasını ise Karakuş S. ve arkadaşları tarafından 2016 yılında yapılmıştır. Araştırma sonuçları, Türk kültürüne uyarlanan ölçeğin (TFEQ-R21) yeme davranışlarının belirlenmesinde kullanılabilecek geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermektedir (Karakuş, S., ve arkadaşları, 2016).

Katılımcıların duygusal durumlarda yeme davranışlarını belirlemek amacıyla duygusal iştah anketi uygulanmıştır. Duygusal iştah anketini Nolan ve arkadaşları (2010) geliştirmiştir. Anketin Türkçe geçerliliği ve güvenirliğine Demirel ve arkadaşları (2014) yaptığı çalışma sonucunda ulaşmıştır (Demirel, B., ve arkadaşları, 2014).

Katılımcıların içinde bulunduğu depresyon durumlarını ölçmek için CES-Depresyon ölçeği kullanılmıştır. Tatar A. ve arkadaşları (Tatar, A., ve arkadaşları, 2010) Türkçeye uyarlamış ve 2010 tarihinde geçerlilik ve güvenirliliği tespit edilmiştir.

Katılımcıların sezgisel yeme durumlarını ölçmek için sezgisel yeme ölçeği kullanılmıştır. Sezgisel yeme ölçeğinin türkçe uyarlaması ve geçerlilik güvenilirlik çalışması Baş ve arkadaşları tarafından 2017'de yapılmıştır. Baş M. ve arkadaşlarının yaptığı çalışmada cronbach alfa kat sayısı 0.80'dir. Bu sonuç sezgisel yeme ölçeğinin iyi derecede bir iç tutarlılık gösterdiğini kanıtlamaktadır (Baş, M., ve arkadaşları, 2016).

Değerlendirilen anketlerde COVID-19 pandemi süresinde oluşan beslenme alışkanlıkları, depresyon durumu ve depresyon durumunun yeme tutumuna etkisine bakılmış ve katılımcılara pandemi süresinde olan durumları göz önüne alınarak cevaplanması gerektiği bilgisi verilmiştir.

BULGULAR

Tablo 1. Araştırmaya Katılan Sporcuların Sosyo-Demografik Özellikleri Frekans ve Dağılımları

DEĞİŞKENLER	KATEGORİ	N	%
Yaş	17-21	18	18
	22-26	42	42
	27-32	29	29
	33 ve üstü	11	11
Spor yaşı	0-4	24	24
	5-8	23	23
	9-+	53	53
Oynadığı lig	KBSL	26	26
	TKBL	52	52
	KBBL	22	22
Yaşadığı alan	Evde ailesi ile	45	45
	Evde arkadaşları ile	21	21
	Evde tek başına	22	22
	Sporcu yurdu/otel	12	12
Gelir durumu	3000-5000	23	23
	5001-7000	24	24
	7001-9000	28	28
	9001 ve Üstü	25	25
Yemek Bütçesi	500-1000	54	54
	1001-2000	40	40
	2001 ve Üstü	6	6

Egzersiz yapma durumu	Evet		73
73			
Hayır	27	27	
Toplam	100	100	

N=Katılımcı sayısı, %=Yüzdelik dilim

Tabloda (Tablo 1) katılımcıların sosyo-demografik özelliklerinin frekans ve dağılımı verilmiştir. Tablo incelendiğinde, katılımcıların, %100'ü kadın ve %100'ünün basketbol branşıyla ilgilendiği, araştırma kapsamına alınan profesyonel kadın basketbolcuların yaş ortalaması 25 olduğu saptanmıştır. Katılımcıların %18'inin 12-21 yaş arası, %42'si 21-26 yaş arası, %29'unun 27-32 yaş arası, %11'inin 33 yaş ve üzeri olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların, %24'ünün 0-4 spor yaşı, %23'ünün 4-8 spor yaşı, %53'ünün 8 ve üzeri spor yaşına sahip olduğu tespit edilmiştir. Araştırmaya katılan profesyonel kadın basketbol oyuncularının, %26'sının Kadınlar Basketbol Süper Ligi, %52'sinin Türkiye Kadınlar Basketbol Ligi ve %22'sinin Kadınlar Basketbol Bölgesel Ligi oyuncusu olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların %45'inin evde ailesi ile birlikte, %21'inin evde arkadaşları ile birlikte, %22'sinin evde tek başına ve %12'sinin sporcu yurdu/otel yerlerinde konakladığını belirlenmiştir. Araştırmaya katılan profesyonel kadın basketbol oyuncularının, %23'ü 3000-500, %24'ü 5001-7000, %28'i 7001-9000, %25'i 9001 ve Üzeri gelir sahibi olduklarını, %54'ü 500-1000, %40'ı 1001-2000, %6'sı 2001 ve üzeri gelirini yemek bütçesine ayırdığını belirtmişlerdir. Katılımcıların Covid-19 pandemi döneminde %73'ü egzersiz yaparken , %27'sinin egzersiz yapmadığı tespit edilmiştir.

Tablo 2. Araştırmaya Katılan Sporcuların Beslenme Alışkanlıklarının Frekans ve Dağılımları

Değişkenler	Kategori	N	%
Öğün Miktarı	2 Öğün	13	13
	3 Öğün	64	64
	4 Öğün	18	18
	5 Öğün ve Üzeri	5	5
Tüketilen Yemek Tipi	Ev Yemeği	69	69
	Fast-Food	22	22
	Konserve	9	9
Yemeğin Tüketildiği Kişiler	Aile	43	43
	Arkadaş	34	34
	Yalnız	23	23
Öğün Atlama	Evet	25	25
	Hayır	21	21
	Bazen	54	54
Öğün Atlama Sebebi	Zamanı Yok	18	18
	Canı İstemiyor	38	38
	Hazır Yemek Yok	16	16
	Zayıflamak İçin	15	15
	Alışkanlığı Yok	13	13
	Toplam	100	100

N=Katılımcı sayısı, %=Yüzdelik dilim

Tablo 2 incelendiğinde, katılımcıların %13'ünün 2 Öğün, %64'ünün 3 Öğün, %18'inin 4 Öğün ve %5'inin 5 Öğün tükettikleri saptanmıştır. Tüketilen bu öğünlerde katılımcıların %69'u Ev Yemeği, %22'si Fast-Food ve %9'u Konserve yiyecek tükettiklerini, tüketilen yiyeceklerin %43'ünü Ailesiyle, %34'ünü Arkadaşlarıyla birlikte, %23'ünü Yalnız olarak yemeği tükettiklerini belirtmişlerdir. Araştır-

maya katılan profesyonel kadın basketbol oyuncularına günlük beslenmede öğün atlama durumları sorulduğunda %25'i Evet, %21'i Hayır, %54'ü Bazen cevabını vermiştir. Öğün atlama sebebi incelendiğinde katılımcıların, %18'i Zamanı Yok, %38'i Canı İstemiyor, %16'sı Hazır Yemek Yok, %15'i Zayıflamak İçin, %11'i Alışkanlığı Yok, %2'si Maddi Sorunlar olarak cevap verdikleri saptanmıştır.

SONUÇ

Çalışmaya katılan 100 sporcunun %64'ü 3 ana öğün tüketirken, %5'i 5 öğün ve üzeri öğün tüketimi yapmaktadır. Bu değerler incelendiğinde, Sezgisel yeme ölçeğine göre şartsız yemeye izin verme alt boyutundan aldıkları puan ile arasında anlamlı bir fark bulunmuştur($p<0.05$). En yüksek öğün tüketme puanı 65,00 puan ile 3 öğündür. En düşük puan ise 7,00 ile 5 ve üzeri öğündür. Üç faktörlü yeme ölçeği incelendiğinde duygusal yeme alt boyutundan alınan puanlar ile arasında anlamlı bir fark olduğu saptanmıştır($p<0.05$). Üç faktörlü yeme ölçeğinin tüm alt boyutlarında 3 öğün tüketen sporcuların puan ortalamaları diğer sporculara göre daha yüksek bulunmuştur. Duygusal iştah anketi negatif duygularda duygusal yeme ve negatif olaylarda duygusal yeme alt boyutlarından alınan puanlar anlamlı bulunmuştur($p<0.05$). Üç faktörlü yeme ölçeği ve sezgisel yeme ölçeğinin aksine en yüksek puanı 4 ve 5 öğün tüketen sporcuların aldığı görülmektedir. Daha önce de belirttiğimiz gibi, çalışmaya katılan 100 sporcunun %64'ü 3 ana öğün tüketirken, %5'i 5 öğün ve üzeri öğün tüketimi yapmaktadır. Öğün miktarı ve CES-depresyon ölçeği arasında anlamlılık bulunamasa da ($p>0.05$) alınan puanlar incelendiğinde günde 5 öğün tüketen sporcuların depresyon puanlarının 22,80 ile yüksek ortalamaya sahip oldukları, 21,72 ortalamayla da 4 öğün tüketen sporcuların ikinci en yüksek ortalamaya sahip oldukları görülmektedir. Depresyon durumu gözlenen bireylerin daha çok kendini mutlu eden yiyeceklere yöneldiği birçok araştırmada ve araştırmamızın literatür taramasında belirtilmiştir. Depresyon duygusu yaşandığı süre içinde bireylerin günlük ortalama enerji ve karbonhidrat alımının anlamlı olarak arttığı saptanmıştır.

Çalışmaya katılan sporcuların pandemi döneminde sürekli olarak tükettikleri yemek tipi incelendiğinde %69'u ev yemeği, %22'si fast-food ve %9'u konserve yiyecekleri tükettikleri görülmektedir. Bu tüketilen yemek tiplerini üç faktörlü yeme ölçeğine göre değerlendirdiğimizde duygusal yeme ve kontrolsüz yeme alt boyutlarından alınan puanların anlamlı olduğu saptanmıştır($p<0.05$). Üç faktörlü yeme ölçeğinin duygusal yeme, kontrolsüz yeme ve bilişsel kısıtlama puanlarına bakıldığında her üç alt boyutunda en yüksek puanlarını konserve ve fast-food tüketen sporcuların aldığı görülmektedir. Duygusal iştah anketi incelendiğinde ise negatif duygu durumlarında duygusal yeme ve negatif olaylarda duygusal yeme alt boyutları arasında anlamlılık olduğu, ve en yüksek puanları yine fast-food ve konserve yiyeceklerin aldığı belirlenmiştir. Bu sonuçlar aksine yine duygusal iştah anketine bakıldığında pozitif duygu durumlarında duygusal yeme al boyutu incelendiğinde ev yemeği tüketen sporcuların puanlarının daha yüksek olduğu görülmektedir. Sezgisel yeme ölçeğine bakıldığında şartsız yemeye izin verme ve beden yiyecek seçim uyumu alt boyutlarında anlamlılık bulunmuştur($p<0.05$). Alt boyutlar incelendiğinde ev yemeği tüketen sporcuların puanlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Sporcuların CES-depresyon anketine göre tükettikleri yemek tipi arasında anlamlı bir fark bulunmuştur($p<0.05$). Fast-Food tüketen sporcular depresyon puanı 23,04 ortalama ile katılımcılar arasında en yüksek puana sahiplerdir. İkinci en yüksek puanı ise 22,11 ortalama ile konserve tüketen sporcular almıştır. Garipoğlu ve Bozar (2020)'ın yayınladığı çalışmada depresyon durumunda yağ ve karbonhidrat içeriği yüksek olan kek, kurabiye, börek, poğaça gibi besinlerin tüketim sıklığının arttığı ve neredeyse üçte biri psikolojik olarak kendini rahatlatmak için daha çok şekerli besin tükettiğini ifade etmişlerdir.

Sporcularda öğün atlama nedenlerinde en yüksek oranı (%38) canlarının istemediği ve en düşük oranı (%13) alışkanlığım yok olarak belirtmişlerdir. Ölçekler incelendiğinde duygusal iştah anketi duygusal yeme ve kontrolsüz yeme alt boyutlarından alınan puanlar ile arasında anlamlı bir fark olduğu saptanmıştır($p<0.05$). Duygusal yeme alt boyutundan en yüksek puanı (17,93) zayıflamak istiyorum cevabını veren sporcular alırken, kontrolsüz yeme alt boyutundan en yüksek puanı (25,68) hazır yemek yok cevabını veren sporcular, bilişsel kısıtlamada ise en yüksek puanı 15,13 ortalama ile yine zayıflamak istiyorum cevabını veren sporcular almıştır. Duygusal iştah anketi incelendiğinde negatif duygu durumunda duygusal yeme ve negatif olaylarda duygusal yeme alt boyutları arasında anlamlılık bulunmuştur($p<0.05$). Her iki alt boyutta da en yüksek puanı zayıflamak istiyorum cevabını veren sporcular almıştır. Sezgisel yeme ölçeği puanlamasına bakıldığında açlık ve doygunluk ipuçlarına güvenme alt boyutu ile beden-yiyecek uyumu alt boyutu arasında anlamlılık görülmektedir($p<0.05$). Açlık ve doygunluk ipuçlarına güvenme al boyutu incelendiğinde en yüksek puanı 20,90 ortalamayla alışkanlığım yok cevabını veren sporcular alırken, beden-yiyecek seçim uyumu alt boyutundan en yüksek puanı 9,27 ortalamayla zamanım yok cevabını veren sporcuların aldığı görülmektedir. Katılımcıların CES-Depresyon ölçeğine göre puanlamasında öğün atlama durumları dikkate alındığında aralarında anlamlı bir fark olduğu saptanmıştır($p<0.05$). CES-depresyon ölçeği puanlamasında en yüksek puanı evet (20,24) cevabını veren sporcuların aldığı görülmektedir. Bu sporcuların öğün atlama sebebine bakıldığında 20,92 puan ortalamasıyla canım istemiyor cevabını, 19,56 ortalama ile hazır yemek yok cevabını verdiği belirlenmiştir.

Üniversite öğrencilerinde yapılan bir başka çalışmada ise, şekerli besinlerin fazla tüketimi ile kadınlarda stres, anksiyete ve depresif semptomlar arasında ilişki olduğu (El Ansari ve ark., 2014) ve şeker tüketimi ve kolay ulaşılabilirliği arttıkça depresyon hızının da arttığı gösterilmiştir (Westover ve Marangell,2020).

KAYNAKÇA

Baş, M., Karaca, KE., Sağlam, D., Arıtıcı, G., Cengiz, E., Köksal, S., Büyükkaragöz, A H. (2016), Turkish Version Of the Intuitive Eating Scale- 2: validity and reliability among university students. Appetite, 112(1), 391-397.

Chen, H., Guo, J., Wang, C., Luo, F., Yu, X., Zhang, W., & et al., (2020), Clinical characteristics and intrauterine vertical transmission potential of COVID-19 infection in nine pregnant women: a retrospective review of medical records. Lancet. 395(10226):809-815.

Demirel, B., Yavuz, K.F. (2014), Duygusal İştah Anketinin Türkçe Geçerlilik ve Güvenirliliği, Beden Kitle İndeksi ve Duygusal Şemalarla İlişkisi. Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi, 3(3), 171-181.

Dündar,U (2016), .;Antrenman Teorisi, Sporsal Kuram Dizisi, Üçüncü Basım, Ankara, 1996

Ersoy G., Hasbay A. (2000), Sporcu Beslenmesi, Ankara, Klasmat Matbaacılık, 2000

Ganley RM. Emotion and eating in obesity a review of the literatüre. International Journal of Eating Disorders (1986), 8(3): 343-361.

Karakuş, SŞ., Yıldırım, H., Büyüköztürk, Ş. (2016), Üç Faktörlü Yeme Ölçeğinin Türk Kültürüne Uyarlanması: Geçerlik Ve Güvenirlik Çalışması. TAF Preventive Medicine Bulletin, 15(3), 229-235

Ouwens, MA., Van Strien, T., Van Leeuwe, J. (2009), Possible Pathways Between Depression, Emotional And External Eating, A Structural Equation Model. Appetite, 53, 245–248.

Stunkard, AJ., Messick S. (1985), The Three-Factor Eating Questionnarie To Measure Dietary Restraint, Disinhibition And Hunger. J Psychosom Res, 29,71-83.

Toresdahl, B. G., & Asif, I. M. (2020), Coronavirus disease 2019 (COVID-19): considerations for the competitive athlete. Sports Health, 12(3):221-224.

Wang D, Hu B, Hu C, Zhu F, Liu X, Zhang J, (2020), Clinical Charac- Teristics Of 138 Hospitalized Patients With 2019 Novel Coronavirus- İnfected Pneumonia İn Wuhan, China. J Am Med Assoc 2020.

ELİT KADIN BASKETBOL OYUNCULARININ EGZERSİZ BAĞIMLILIĞININ İNCELENMESİ

Raşit ASLANDEREN[1], Yıldırım Gökhan GENCER[2], İrfan YILDIRIM[3]

[1]Mersin Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Mersin / Türkiye
[2]Mersin Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Mersin / Türkiye
[3]Mersin Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Mersin / Türkiye

Öz: Fiziksel aktivitenin alt bir kategorisi olarak tanımlanan egzersiz tanımı, fiziksel aktivitenin planlı, yapılandırılmış, sürekli ve belirli bir amaca yönelik şekli olarak ifade edilir. Aerobik egzersizin depresyon seviyelerine etkilerinin faydalı etkileri olduğu bilinmektedir. Egzersizin fizyolojik ve hormonal etkilerinin olduğu da bilinmektedir. Egzersiz bağımlılığı ise düzenli olarak egzersizi devam ettiren bir bireyin egzersize karşı zorlayıcı davranışlar gösterdiği ve egzersiz üstündeki hakimiyetini kaybettiği, bağımlılığın ortaya çıktığı ve günlük yaşamını etkileyecek negatif durumları ortaya çıkarır. Bu çalışmanın amacı elit kadın basketbol oyuncularının egzersiz bağımlılığı düzeylerinin yaş ve spor yaşı değişkenleri açısından incelenmesidir. Araştırmanın örneklem grubunu 2019-2020 sezonunda Türkiye Kadınlar Basketbol Süper Liginde düzenli olarak lig müsabakaları oynayan toplam 48 elit kadın basketbol oyuncusu oluşturmaktadır. Çalışmada katılımcılardan veriler anket yöntemi ile elde edilmiştir. Veri toplama aracı olarak Kişisel Bilgi Formu ve Egzersiz Bağımlılığı Ölçeği kullanılmıştır.Verilerin analizinde ise SPSS paket program kullanılmıştır. Verilerin test edilmesinde betimsel istatistikler, pearson momentler çarpımı korelasyon katsayısı testleri kullanılmıştır. Veri analizi sonrasında araştırmada, elit kadın basketbol oyuncularının egzersiz bağımlılıkları ve spor yaşı değişkeni arasında düşük düzeyde pozitif yönlü ilişki bulunmuştur. Yaş grubu değişkeni ile egzersiz bağımlılık düzeyleri arasında ise orta düzeyde pozitif yönlü ilişki olduğu bulunmuştur. Sonuç olarak elit kadın basketbol oyuncularının genel egzersiz bağımlılık puanlarına göre bağımlı grup içerisinde yer aldığı saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Egzersiz, Bağımlılık, Egzersiz Bağımlılığı, Elit Sporcular, Basketbol

GİRİŞ ve KURAMSAL ÇERÇEVE

Egzersiz, fiziksel aktivitenin alt kategorisi olarak tanımlanır ve fiziksel aktivitenin planlı, yapılandırılmış, devamlı ve belirli bir amaca yönelik şeklidir, fiziksel uygunluğu sürdürebilmek veya geliştirmek amaçlanır (Niemann, 2011). Literatürde (McCann ve Holmes 1984) Üniversite öğrencisi 44 kadın üzerinde yaptıkları aerobik egzersizin depresyon seviyelerine etkilerini inceledikleri çalışmada herhangi bir plasebo veya tedavi alınmadan uygulanan 10 hafta aerobik egzersiz çalışmaları sonucu aerobik seviyeleri arttıkça depresyon seviyelerinin azaldığını ve egzersizin bu yönüyle faydalı bir yönünü ortaya koymuşlardır. Ritmik, aerobik veya büyük kas gruplarının çalıştırıldığı bir egzersiz protokolünün haftada minimum 3 gün, günlük 15-30 dakika ve 10 hafta veya daha fazla süre ile uygulandığında egzersizin bireyler üzerindeki akut etkileri olarak kaygı, depresyon ve ruh hallerinin en çok endorfin ve monoamine hipotezleri ile açıklanmıştır. Egzersiz ayrıca vücut ısısını, beyindeki kan dolaşımını artırabilir ve hipotalamik-hipofiz-adrenal ekseni ve strese karşı fizyolojik reaktiviteyi etkileyebilir. Olası psikolojik mekanizmalar öz yeterliliğin, dikkat dağınıklığının ve bilişsel uyumsuzluğun iyileştirilmesini içerir (Monika, 2004). Literatürde yapılan bu çalışmaların aksine aşırı egzersiz yapmanın da bireylerde immün fonksiyonu baskıladığı vurgulanmıştır(Verde vd. 1991; Calfas ve Taylor 1994). Fiziksel aktivite iskelet kasları yoluyla bedensel hareketlerin tamamının, enerji harcaması yolu olarak tanımlanır (Bayles ve

Swank, 2017). Fiziksel aktivite ve egzersiz terimleri birbirleri ile karıştırılmamalıdır. Fiziksel aktivite, fiziksel uygunluğun belirli bir hedef dahilinde sürdürülebilir veya geliştirilebilir halidir (Caspersen, Powell, ve Christenson, 1985). Fiziksel uygunluk, kazanılmış niteliklerdir; kassal kuvvet, kassal dayanıklılık, kardiyorespiratuar dayanıklılık, esneklik ve vücut kompozisyonu fiziksel aktivitenin yetenek ile ilgili komponentlerinde rol oynar (Swain, 2014). (Smith ve Gilligan 1991) Yapmış oldukları çalışmalarında fiziksel aktivitenin osteoporotik kırıkları azalttığı ve hem orta yaşlı hem de yaşlı kadınlarda fiziksel aktivite müdahalesinin kemik kaybını azalttığını, aynı zamanda kemik yoğunluğunda artış olduğunu vurgulamıştır.

Fiziksel aktivitenin yararlarının bilinmesi ile birlikte aşırı fiziksel aktivite yapmanın da zararlı etkilerinin olduğu bilinmektedir. (Zhu vd. 2019) Yaptıkları çalışmada 15-45 yaş arası 8206 birey kayıt altına alındı ve bireylerin düzenli olarak uyguladıkları fiziksel aktivite seviyeleri ile birlikte, prehipertansiyon ve hipertansiyon seviyeleri ve prevelansları incelenmiş ve haftada orta şiddetten fazla fiziksel aktivite uygulayan 1913 bireyin 118'inde hipertansiyon ve 845 bireyde ise prehipertansiyon olduğunu ortaya koymuşlardır. Haftalık 450 dk'dan fazla ağır-yoğunluklu olarak fiziksel aktivite yapan 1003 bireyin ise 82'sinde hipertansiyon 479'unda prehipertansiyon olduğunu ve uzun süreli ve devamlı uygulanan fiziksel aktivitenin genç-orta yaşlı bireylerde hipertansiyon riskini artırabileceğini vurgulamışlardır. Ayrıca aşırı fiziksel aktivitenin aşırı antrenman sendromuna ve bununla birlikte depresyonu taklit eden psikolojik semptomlara da neden olabileceği saptanmıştır(Paluska ve Schwenk 2012). Egzersiz bağımlılığı tanımı ise ilk olarak 1970 yılında Baekeland tarafından bir aylık süre ile egzersizden uzak kalma ve bu uzak kalmanın uyku üzerindeki etkilerini incelemek için yapılmış bir çalışmada incelendi(Hausenblas ve Downs 2002). Egzersiz bağımlılığı ise düzenli olarak egzersiz sürdüren bir bireyin egzersize karşı zorlayıcı davranışlar gösterdiği, bu davranışını ve egzersiz üstündeki hakimiyetini kaybettiği, bağımlılık yaptığı ve günlük sağlığında ve/veya hayatında negatif durumları ortaya çıkardığı bilinmektedir(Szabo vd., 2016). Egzersizin psikolojik ve fizyolojik faydalar sağladığı düşünülürken ayrıca bu durumun pozitif bir bağımlılık olarak tanımlandığı bilinmektedir(Allegre vd. 2009). Üst düzey sporcuların egzersiz bağımlılık düzeylerinin araştırıldığı bir çalışmada takım ve bireysel spor branşlarında yer alan 160 kadın ve erkek milli sporcu araştırmaya dahil edilmiş ve yaş, spor yaşı gibi farklı değişkenler üzerinden egzersiz bağımlılık düzeyleri incelenmiştir. Çalışma sonucunda egzersiz bağımlılığı seviyeleri yönünden sporcuların bağımlı grupta yer aldıkları ve cinsiyetler değişkeni açısından bağımlılık seviyeleri karşılaştırıldığında ise herhangi bir farklılık görülmediği kadın ve erkek sporcuların bağımlı grupta yer aldığı belirtilmiştir(Demirel ve Cicioğlu 2020).

Literatürde elit kadın sporcuların egzersiz bağımlılık düzeylerinin bağımlı grupta olduğu bilinmektedir(McNamara ve McCabe 2012). Elit kadın sporcularda egzersiz bağımlılık seviyelerinin dış görünüşün yanı sıra altında yatan etkenin ne olduğu farklılık gösterebilir. Alandaki çalışmalardan farklı olarak bu araştırmanın amacı elit kadın sporcuların egzersiz bağımlılığının diğer elit sporculardan farklı olacağı düşünülmektedir. Ayrıca erkek ve kadın sporcularda bağımlılık seviyelerinin cinsiyete göre değişkenlik gösterebileceği bilinmektedir.

AMAÇ

Bu araştırmanın amacı elit kadın basketbolcuların egzersiz bağımlılığının bazı değişkenler açısından incelenmesidir.

KAPSAM

Araştırma Grubu

Araştırmaya 2019-2020 Herbalife Nutrition Kadınlar Basketbol Süper Ligi'nde aktif olarak basketbol oynayan 48 elit kadın basketbol oyuncusu katılmıştır. Araştırmaya katılan basketbolcular Covid-19 dönemi öncesinde ve pandemi sırasında da haftalık yüksek sayıda antrenman ve haftada 1 gün sezon maçlarını sürdürmekteydiler. Katılımcıların yaş aralıkları 17-40 arasında değişmektedir.

Araştırmanın Modeli

Araştırmada tarama modellerinden, genel tarama modeli kullanılmıştır. Genel tarama modelleri çok sayıda oluşan bir evrende, evren hakkında genel bir yargıya varmak amacı ile evrenin tümü ya da ondan alınacak bir grup, örnek ya da örneklem üzerinde yapılan tarama düzenlemeleridir(Karasar, 2020).

YÖNTEM

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu

Katılımcıların yaş ve spor yaşlarına yönelik demografik bilgi formu oluşturulmuştur.

Egzersiz Bağımlılığı Ölçeği(EBÖ)

Araştırmada katılımcıların egzersiz bağımlılığı düzeyini tespit etmek amacıyla egzersiz bağımlılığı ölçeği kullanılmıştır. Ölçek Tekkurşun Demir ve arkadaşları tarafından geliştirilmiştir (Tekkurşun Demir vd). Ölçekte“aşırı odaklanma ve duygu değişimi”, “bireysel-sosyal ihtiyaçların ertelenmesi ve çatışma”, “tolerans gelişimi ve tutku” olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır. Aşırı odaklanma ve duygu değişimi alt boyutu ilk 7 maddeden (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7), bireysel-sosyal ihtiyaçların ertelenmesi ve çatışma alt boyutu 6 maddeden (8, 9, 10, 11, 12, 13) ve tolerans gelişimi ve tutku alt boyutu ise son 4 (14, 15, 16,17) maddeden oluşmaktadır. EBÖ toplam 17 maddeden oluşmakta ve ölçekte ters madde içermemektedir. Ölçeğin aşırı odaklanma ve duygu değişimi alt boyutu için Cronbach Alfa katsayısı ,83; bireysel-sosyal ihtiyaçların ertelenmesi ve çatışma alt boyutu Cronbach Alfa katsayısı ,79; tolerans gelişimi ve tutku alt boyutu Cronbach Alfa katsayısı ,77’dir.

Bu araştırmada katılımcılardan elde edilen verilerin Cronbach Alfa değerleri aşırı odaklanma ve duygu değişimi boyutunda ,68; bireysel-sosyal ihtiyaçların ertelenmesi ve çatışma boyutunda ,53; tolerans gelişimi ve tutku boyutunda ,64 olarak hesaplanmıştır.

Bu araştırmada ölçeğin geneli için Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı ,73 bulunmuştur.

Tablo 1. Egzersiz bağımlılığı ölçeği değerlendirme çizelgesi

Seçenekler	Puan	Puan Aralığı	Ölçek Değerlendirme
Kesinlikle Katılmıyorum	1	1-17	Normal Grup
Katılmıyorum	2	18-34	Az Riskli Grup
Karasızım	3	35-51	Risk Grubu
Katılıyorum	4	52-69	Bağımlı Grup
Kesinlikle Katılıyorum	5	70-85	Yüksek Düzeyde Bağımlı Grup

VERİLERİN ANALİZİ

Katılımcılardan elde edilen verilerin değerlendirilmesinde SPSS 25 istatistik paket programı kullanılmıştır.

Veriler herhangi bir analize tabi tutulmadan önce veri kalite kontrolü adımları uygulanmıştır. Bundan sonra verilerin aritmetik ortalama ($\bar{x}$), standart sapma (ss), yüzde (%) ve frenkans (f) düzeyleri ölçülmüştür. Korelasyon testleri öncesi verilerin normal dağılım durumları için normallik testi uygulanmıştır. Verilerin normal dağılıma sahip olduğu saptanmıştır. Değişkenler arası korelasyon testleri için pearson momentler çarpımı korelasyon katsayısı analizler için kullanılmıştır.

BULGULAR

Tablo 2. Bireylerin tanımlayıcı istatistikler

Değişkenler	N	Ortalama ±Standart Sapma
Yaş (Yıl)	48	24,83± 5,408
Spor Yaşı (Yıl)	48	14,04± 4,955

Araştırmaya katılan bireyler 17-40 yaş aralığında, spor yaşı ortalamaları ise 6-28 yıl arasında 48 bireyden oluşmaktadır (Tablo 2).

Tablo 3. Katılımcıların EBÖ sonuçları

Ölçekler	N	Minimum	Maxiumum	$\bar{x}$	S
EBÖ	48	30,00	84,00	60,54	15,516

EBÖ'nün puan aralıklarını,"1-17 normal grup, 18-34 az riskli grup, 35-51 risk grubu, 52-69 bağımlı grup, 70-85 yüksek düzeyde bağımlı grup" olarak belirtmiştir (Demir vd.). Buna göre katılımcıların egzersiz bağımlılığı ortalamasının bağımlı grup içerisinde olduğu saptanmıştır (Tablo 3).

Tablo 4. Egzersiz bağımlılığına ait tanımlayıcı istatistikler

Egzersiz Bağımlılığı Boyutları	N	Ortalama±Standart Sapma
Aşırı Odaklanma ve Duygu Değişimi	48	28,11±5,479
Bireysel-Sosyal İhtiyaçların Ertelenmesi ve Çatışma	48	19,07±6,118
Tolerans Gelişimi ve Tutku	48	13,36±3,919

Katılımcılarınaşırı odaklanma ve duygu değişimi için az riskli grupta olduğu, bireysel-sosyal ihtiyaçların ertelenmesi ve çatışma az riskli grup içerisinde, tolerans gelişimi ve tutkuda ise katılımcıların normal grupta oldukları saptanmıştır (Tablo 4).

Tablo 5. Katılımcıların yaş ile egzersiz bağımlılığı arasındaki korelasyon tablosu

Değişken		Egzersiz Bağımlılığı
Elit Kadın Basketbolcular	r	0,418*
	p	,00
	N	48

Tabloya göre elit kadın basketbolcuların yaş değişkeni ile egzersiz bağımlılık düzeyleri arasında pozitif yönlü orta düzeyde ilişki olduğu saptanmıştır. Basketbolcuların yaşları arttıkça egzersiz bağımlılık seviyelerinin arttığı görülmektedir (Tablo 5).

Tablo 6. Egzersiz bağımlılığı ile spor yaşı değişkeni arasındaki korelasyon tablosu

Değişken		Egzersiz Bağımlılığı
Elit Kadın Basketbolcular	r	0,283*
	P	,00
	N	48

Tabloya göre elit kadın basketbolcuların spor yaşı değişkeni ile egzersiz bağımlılık oranı arasında pozitif yönlü düşük düzeyde bir ilişki olduğu saptanmıştır. Buna göre katılımcıların spor yaşları arttıkça bağımlılık seviyelerinin arttığı saptanmıştır (Tablo 6).

TARTIŞMA

Araştırma sonucunda kadın basketbol oyuncularının genel egzersiz bağımlılık düzeylerinin 60,54 puan olduğu ve 27 kadın basketbolcunun bağımlı grup içerisinde olduğu saptanmıştır. Bu bulguya göre bireylerin egzersiz bağımlılık düzeylerinin yüksek olduğu söylenebilir. Literatürde elit sporcular üzerine çalışmalarda egzersiz bağımlılık düzeylerinin yüksek olduğu bulunmaktadır(McNamara ve McCabe 2012). Literatürdeki powerlifter sporcuları üzerinde yapılan bir çalışmanın egzersiz bağımlılık seviyelerinin yüksek olduğu görülmüştür(Pierce ve Morris 1998). Haftalık egzersiz sıklığı yüksek olan bireylerin, düşük olan bireylere göre egzersiz bağımlılık düzeylerinin daha fazla olduğu görülmüştür buna göre düzenli olarak olarak sık egzersiz yapmanın egzerisize karşı olan bir bağmılılık tutumu artış gösterebilir şeklinde yorum yapılabilir(Bavlı, Kozanoğlu, ve Doğanay 2011). Buna göre elit kadın basketbol oyuncularının haftalık antrenman düzeyleri yüksek olduğundan bu araştırmayı destekleyici bir yönü ortaya koymaktadır. Yaptığımız araştırmada elit seviye kadın basketbol oyuncularının yaş değişkeni ile egzersiz bağımlılık düzeyleri arasında pozitif yönlü orta düzeyde bir ilişki saptanmıştır. Buna göre elit kadın basketbol oyuncularının yaşları arttıkça egzersiz bağımlılık seviyelerinin de arttığı yönünde yorum yapılabilir. Yapılmış çalışmalar incelendiğinde yaş ile egzersiz bağımlılık seviyesi arasında anlamlı farklılık bulunduğu çalışmalarda tespit edilmiştir. Tespit edilen çalışmada elit kadın basketbol oyuncularının spor yaşı ile egzersiz bağımlılık düzeyleri arasında pozitif yönlü düşük düzeyde bir ilişki olduğu saptanmıştır. Buna göre spor yaşları yükseldikçe egzersiz bağımlılık seviyelerinin yüksek olduğunu gösteren çalışmaya göre zıt bir sonuç ortaya konulmuştur(Cicioğlu vd. 2019).

Bu çalışmada elit kadın basketbol oyuncularının genel egzersiz bağımlılık düzeylerinin yüksek olduğu ve benzer çalışmalar ile destekleyici şekilde ortaya koymuştur. Deneyimli kadın vücut geliştirme sporcuları üzerinde yapılmış bir çalışmada egzersiz bağımlılığı açısından vücut geliştiricilerin risk altında olduğu görülmüştür(Hale vd. 2013). Egzersiz bağımlılık düzeylerinin incelerken cinsiyet değişkeninin ayrı ayrı ele alınması gerektiği önerilmektedir, çünkü kadınların erkeklere oranla fiziksel aktivite davranışları arasında belirgin düzeyde farklılıklar olduğu bilinmektedir(Dumitru, Dumitru, ve Maher 2018). Ancak elit kadın yüzücüler üzerinde yapılan egzersiz bağımlılık düzeyi çalışmasında cinsiyet ile egzersiz bağımılık alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır(Batu ve Aydın 2020). Literatürdeki yapılmış bir diğer araştırmada kadınların egzersiz bağımlılık düzeyleri yüksek bulunmuş, neden olarak postural görünüme önem vermelerinden kaynaklandığı düşünülmüştür (Yıldırım vd. 2017). Ancak elit kadın basketbol oyuncularında egzersiz bağımlılığının nedeni olarak postural görünümden çok, düzenli olarak egzersiz yaptıkları, fiziksel ve fizyolojik olarak diğer bireylerden farklı oldukları için egzersiz bağımlılıklarının olduğu düşünülmektedir.

SONUÇ

Sonuç olarak spor yaşı ve yaş değişkeninin yüksek oluşu egzersiz bağımlılık düzeylerine etkisi olabileceği belirlenmiştir. Ancak artan yaş ile birlikte egzersiz bağımlılık düzeyinin artması ise ileride yapılacak olan çalışmalar için incelenmesi gereken bir başka değişken olabilir. Sporcuların antrenman ve ligde ki maç yoğunluk düzeylerine göre yapılacak çalışmalar ile egzersiz bağımlılığının daha farklı açılardan

incelenmesi gerekir. Farklı spor branşlarındaki sporcuların aynı cinsiyet değişkeninde egzersiz bağımlılığı üzerine yapılacak çalışmalar daha farklı sonuçlar verebilir.

KAYNAKÇA

Allegre, Benjamin, Marc Souville, Pierre Therme, ve Mark Griffiths. 2006. "Definitions and measures of exercise dependence". Addiction Research and Theory.

Batu, B., ve Aydın, A. D. (2020). Elit Yüzme Sporcularının Egzersiz Bağımlılığı Düzeylerinin İncelenmesi. Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi, 5(4).

Bavlı, Ö., Doganay, A., (2011). Düzenli egzersize katılımın egzersiz bağımlılığı üzerine etkisi. Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi, 13(2), 150-153.

Bayles, M. P., ve Swank, A. M. (2017). ACSM's exercise testing and prescription. Place of publication not identified: Wolters Kluwer Health

Caspersen, C. J., Powell, K. E., ve Christenson, G. M. (1985). Physical activity, exercise, and physical fitness: Definitions and distinctions for health-related research. Public Health Reports, 100(2), 126–131.

Cicioğlu H. İ. , Tekkurşun Demir G. , Bulğay C. , Çetin E. Elit Düzeyde Sporcular ile Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Egzersiz Bağımlılığı Düzeyleri. Bağımlılık Dergisi. 2019; 20(1): 12-20.

Demirel, Havva Gizem, ve Halil İbrahim Cicioğlu. 2020. "Üst Düzey Sporcuların Egzersiz Bağımlılık Düzeylerinin İncelenmesi". Gaziantep University Journal Of Sport Science 5(3):242–54. doi: 10.31680/GAUNJSS.737158.

Dumitru, Delia C., Teona Dumitru, ve Anthony J. Maher. 2018. "A systematic review of exercise addiction: Examining gender differences". Journal of Physical Education and Sport.

Hale, Bruce D., Danielle Diehl, Krista Weaver, ve Michael Briggs. 2013. "Exercise dependence and muscle dysmorphia in novice and experienced female bodybuilders". Journal of Behavioral Addictions.

Hausenblas, Heather A., ve Danielle Symons Downs. 2002. "Exercise dependence: A systematic review". Psychology of Sport and Exercise.

Karasar, N. (2020), Bilimsel Araştırma Yöntemi, Ankara: Nobel Yayınları

McCann, I. Lisa, ve David S. Holmes. 1984. "Influence of aerobic exercise on depression". Journal of Personality and Social Psychology 46(5):1142–47. doi: 10.1037/0022-3514.46.5.1142.

McNamara, Justin, ve Marita P. McCabe. 2012. "Striving for success or addiction? Exercise dependence among elite Australian athletes". Journal of Sports Sciences.

Monika, Guszkowska. 2004. "[Effects of exercise on anxiety, depression and mood]." Psychiatria Polska 38(4):611–20.

Nieman, D. C. (2011). Exercise testing and prescription: A health-related approach / David C. Nieman (7th ed.). Connect learn succeed. New York, NY: McGraw-Hill.

Paluska, Scott A., ve Thomas L. Schwenk. 2012. "Physical Activity and Mental Health". Sports Medicine 2000 29:3 29(3):167–80. doi: 10.2165/00007256-200029030-00003.

Pierce, E. F., ve J. T. Morris. 1998. "Exercise dependence among competitive power lifters". Perceptual and Motor Skills.

Smith, Everett L., ve Catherine Gilligan. 1991. "Physical activity effects on bone metabolism". Calcified Tissue International 1991 49:1 49(1):S50–54. doi: 10.1007/BF02555089.

Swain, D. P. (Ed.) (2014). Acsm's resource manual for guidelines for exercise testing and prescription (Seventh edition). Philadelphia, Baltimore, New York, London, Buenos Aires, Hong Kong, Sydney, Tokyo: Wolters Kluwer Health/Lippincott Williams ve Wilkins. Retrieved from http://www.loc.gov/catdir/enhancements/fy1310/2012036403-d.html

Szabo, A., Griffiths, M. D., & Demetrovics, Z. (2016). Exercise Addiction. In 1575003250 1127953516 V. R. Preedy (Author), Neuropathology of Drug Addictions and Substance Misuse. Elsevier Academic Press.

Tekkurşun Demir, Gönül, Hazar, Zekihan ve Cicioğlu, Halil İbrahim. 2018. "Exercise Addiction Scale (Eas): A Study of Validity and Reliability". Kastamonu Eğitim Dergisi 26(3):1–10.

Verde, T. J., R. J. Shephard, S. G. Thomas, ve P. Shek. 1991. "Physical activity and the immune system". Canadian journal of sport sciences (85):169.

Yıldırım, İ , Yıldırım, Y , Ersöz, Y , Işık, Ö , Saraçlı, S , Karagöz, Ş , Yağmur, R . (2017). Egzersiz Bağımlılığı, Yeme Tutum ve Davranışları İlişkisi . CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi , 12 (1) , 43-54 . Retrieved from https://dergipark.org.tr/tr/pub/cbubesbd/issue/30403/327991

Zhu, Zhongkai, Tianyu Feng, Yi Huang, Xinglan Liu, Han Lei, Ge Li, Dan Deng, Nan Zhang, ve Wei Huang. 2019. "Excessive physical activity duration may be a risk factor for hypertension in young and middle-aged populations". Medicine 98(18). doi: 10.1097/MD.0000000000015378.

KİCK BOKS SPORCULARININ İLETİŞİM BECERİ DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Abdurrahman KIRTEPE[1], Metin YILDIZ[2], Muhammed GÜLER[3]

[1]Fırat Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Elazığ / Türkiye
[2]Elazığ Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü, Elazığ / Türkiye
[3]Fırat Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Elazığ / Türkiye

Öz: Bu araştırmanın amacını kick boks sporuyla uğraşan kişilerin iletişim yeterlilik becerilerinin farklı değişkenlere göre incelenmesi oluşturmuştur. Bu amaç doğrultusunda; çalışmamız kapsamında Elâzığ ilinde 2021 yılında kick boks sporu ile uğraşan 623 kişiden 284'ü katılmıştır. Dünya genelinde etkili olan pandemi nedeni ile ölçeklerin sporculara ulaştırılması ve doldurulması aşamasında[22] (Google Formlar) internet sitesi üzerinden yapılan online anket yöntemiyle gerçekleştirilmiştir. Çalışmanın modeli olarak, ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Çalışmada 'Kişisel Bilgi Formu' kullanılarak katılımcıların demografik özellikleri, 'İletişim Yeterlilik Ölçeği (İYÖ)' kullanılarak da diğer çalışma verileri elde edilmiştir. Çalışmaya katılanlardan elde edilen veriler SPSS 22 analiz programı kullanılarak istatistiki analizler yapılmıştır. Elde edilen verilerin analizinde basıklık (kurtosis) ve çarpıklık (skewness) değerlerine bakılarak verilerin normal dağılım göstermediği görülmüştür. Araştırmada ikili karşılaştırmalar için Mann- Whitney U testi ve çoklu karşılaştırmalar içinse Kruskal- Wallis testi kullanılmıştır. Çalışmada hata payı $p<0,05$ olarak alınmıştır. Elde edilen bulgular sonucunda; kick boks sporu ile uğraşan bireylerin cinsiyet değişkenine göre iletişim beceri düzeyleri arasında anlamlı bir fark görülmemiştir ($p>0,05$). Sporcu lisansı olup olmama değişkenine göre yapılan analizler sonucunda da anlamlı bir fark tespit edilmemiştir ($p>0,05$). Spor yılı değişkeni ile İletişim Yeterlilik Ölçeği (İYÖ) alt boyutlarından olan 'empati yeterliliği, sosyal davranış yeterliliği, uyum yeterliliği, insan ilişkileri ve dinleme yeteneği' arasında herhangi bir anlamlı farklılık görülmez iken ($p>0,05$) 'iletişimde bireysel yönler, iletişime teşvik yeterliliği ve duyarlılık yeterliliği' alt boyutlarında gruplar arasında anlamlı farklılık görülmüştür ($p<0.05$).

Anahtar Kelimeler: İletişim, Spor, İletişim Becerisi, Kick boks

GİRİŞ ve KURAMSAL ÇERÇEVE

İletişim kavramı, dilimize Fransızcadan gelen komünikasyon (communication) kelimesi ile beraber ve aynı anlama gelen 'haberleşme' kelimesine karşılık gelmektedir (Oskay 1982).

İletişim, insanın duygularını, düşüncelerini, gereksinimlerini kısaca kendini başkalarına anlatması ve başkalarını anlaması olarak tanımlanabilir. İletişim bir süreçtir. Bu süreç iki veya daha fazla kişinin birbirlerine duygu, düşünce ve bilgilerini paylaşmasıdır. İnsan iletişim sayesinde toplumsal bir varlık olmakta ve kendisini gerçekleştirmektedir. Diğer bir yönüyle iletişim, toplumdaki kişiler arasında etkileşim sağlamaktadır. Bu etkileşim amaçlarda uzlaşma konusunda önemli rol oynamaktadır (Üstün 2005).

Türk Dil Kurumu' na göre iletişim sözcüğü; 'düşünce, duygu, veya bilgilerin insanın aklına gelebilecek her türlü yolla başkalarına aktarılması, haberleşme, bildirişim' olarak açıklanmaktadır (TDK).

[22] https://docs.google.com

İnsanlar yaşamları boyunca farkında olarak ya da olmayarak diğer insanlarla sürekli iletişim halindedir. İster susarak, ister konuşarak, bazen bir bakış ile bazen de duruşlarıyla başka insanlara sürekli sinyaller göndermektedir. Sosyal bir varlık olan insanın hayatta kalabilmek, yaşamlarını sürdürebilmek için iletişim kurmaya ihtiyacı vardır. Çevremizle sürekli olarak ilişki kurmaya, çevremizi ve diğer insanları tanımaya, onları anlamlandırmaya ihtiyaç duyarız. Hem bir organizma hem toplumun bir parçası hem de kültürel bir varlık olarak insan kendisini toplum içerisinde herhangi konuma yerleştirmeye çalışır. Bunu yaparken sadece iç dünyasıyla kurduğu iletişim yeterli olmaz. Başka insanlarla olan ilişkileri, içerisinde bulunduğu kültürün ona dayattığı kurallar ve toplumsal rollerle toplumda bir konum elde eder (Şerbetçioğlu 2019).

İletişim kişinin karşısındakine isteklerini anlatabilme ve sorunları çözebilme aracıdır. Etkili bir iletişimin olması için kişi kendini karşısındakine doğru şekilde aktarmalı ve karşıdaki de bunları eksiksiz anlayabilmelidir (Gülbahar ve Aksungur 2018).

İletişim süreci, bir kaynaktan alıcıya bilginin aktarımını içeren bir süreçtir. İletişim sadece ileti aktarımı değil aynı zamanda düşünce, görüş, olgu ve verilerin karşılıklı olarak paylaşımını içeren bir etkinliktir (Voight 1998).

İletişimin temel özellikleri:

- İletişim, bireylerin birbirlerine aktarımda bulunarak birbirlerini anlaması amacıyla kurulur.
- İletişim, belirli bir paylaşımı gerekli kılar. Alıcı ve gönderici ortak bir anlam üzerinde anlaşır.
- İletişim eylemi gerçekleşirken birtakım semboller vardır. Bunlar; ses, jest, mimik, rakam, harf ve sözcükler. Gönderici ve alıcı verilecek olan mesaja aynı anlamı yükledikleri zaman iletişim eylemi tam olarak gerçekleşmiş olur (Demirel 2018).

Spor ortamında iletişim, davranışı ve performansı etkileyen en önemli unsurlardan birisidir. Çünkü sporda eylemin öğretilebilmesi için iletişim gereklidir. Eğitmenin iletişim yeteneği ve sporcunun algılayabilme yeteneği performansı belirleyen en önemli unsurlardan birdir. İster profesyonel sporcu isterse de amatör sporcu olsun hareketin doğru ve zamanında yapılabilmesi için spor eğitmeni veya diğer sporcularla doğru iletişim kurması gerekir. Spor ortamında doğru kurulan iletişim birey üzerinde olumlu etki yaratmaktadır (Demirel 2018).

Spor toplulukları içerisinde bazı etkenler spor ortamında dinamiğin bozulmasına neden olabilir. Bu etkenler performansın olumsuz şekilde değişmesine neden olabilir. Bu gibi durumların oluşmasındaki en önemli unsur iletişimdir (Okay 2003).

AMAÇ

Bu çalışma kick boks sporcularının iletişim beceri düzeylerini incelemek amacıyla yapılmıştır.

KAPSAM

Bu çalışma Elazığ ilindeki kick boks salonlarına üye olan sporcuları kapsamaktadır.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Araştırma modeli olarak; ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır.

Araştırma Grubu

Araştırmanın evrenini 2021 yılında Elâzığ İlinde faaliyet göstermekte olan kick boks salonlarına üye 623 kişi oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemi ise Cohen ve diğerleri (2000) tarafından belirlenmiş en yüksek güç için 217 kişi olduğu tespit edilmiş. Çalışmaya 284 kişi katılmıştır.

Veri Toplama Araçları

Çalışmamızda veri toplama aracı olarak anket veri ölçeği kullanılmıştır. Pandemi nedeniyle anket [23](Google Formlar) internet sitesi üzerinden düzenlenip mobil olarak katılımcılara ulaştırılmıştır. Anket formu iki kısımdan oluşmaktadır. İlk kısım üç soruluk kişisel bilgi formundan (‘1. Cinsiyet’, ‘2. Sporcu Lisansı Olup Olmama Durumu’, ‘3. Spor Yılı’) oluşmuştur. İkinci bölüm ise Wiemann (1977) tarafından geliştirilen, Koca ve Erigüç (2017) tarafından Türkçe’ ye uyarlanan İletişim Yeterlilik Ölçeği (İYÖ) kullanılmıştır. İletişim Yeterlilik Ölçeği (İYÖ) 30 soru, 5 likert (‘kesinlikle katılmıyorum’, ‘katılmıyorum’, ‘kararsızım’, ‘katılıyorum’, ‘kesinlikle katılıyorum’) ve 8 alt boyuttan (‘iletişimde bireysel yönler’, ‘sosyal davranış yeterliliği’, ‘uyum yeterliliği’, ‘duyarlılık yeterliliği’, ‘insan ilişkileri’, ‘empati yeterliliği’, ‘iletişime teşvik yeterliliği’, ‘duyarlılık yeterliliği’) oluşmaktadır.

Verilerin Analizi

Verilerin analiz etmek için SPSS 22 analiz programından yararlanılmıştır. Ölçeklerin basıklık (kurtosis), çarpıklık (skewness) değerlerine bakılarak çalışma verilerin normal şekilde dağılım sağlamadığı görülmüştür. Araştırmada ikili grupların karşılaştırılması için Mann- Whitney U Testi, çoklu grupların karşılaştırmalar için ise Kuruskal- Wallis Testi yapılmıştır. Çalışmada hata payı $p<0,05$ olarak alınmıştır.

[23] https://docs.google.com

BULGULAR

Tablo 1. Demografik Değişkenler			
Demografik Değişkenler	**Gruplar**	**N**	**Yüzdelik Oran %**
Cinsiyet	Kadın	52	18,3
	Erkek	232	81,7
	Toplam	284	
Sporcu Lisansı Olup Olmama Durumu	Evet	207	72,9
	Hayır	77	27,1
	Toplam	284	
Spor Yılı	1-3 Yıl	65	22,8
	4-6 Yıl	97	34,0
	7 ve Üzeri Yıl	122	43,2
	Toplam	284	

Çalışmamıza katılan katılımcıların cinsiyet durumlarına baktığımızda %18,3' ünü (52 kişi) kadınlar, %81,7' sini (232 kişi) erkekler oluşturmuştur. Yaptığı spor ile ilgili lisansı olup olmama durumlarına göre baktığımızda %72,9' unun (207 kişi) sporcu lisansının olduğu, %27,1 'inin (77 kişi) sporcu lisansının olmadığı görülmüştür. Spor yılı değişkenine baktığımızda %22,8 'inin (65 kişi) 1-3 yıldır spor yaptığı, %34,0' ının (97 kişi) 4-6 yıldır spor yaptığı ve %43,2 'sinin (122 kişi) 7 ve üzeri yıldır spor yaptığı belirlenmiştir.

Tablo 2. Cinsiyet Değişkenine Göre Mann-Whitney U Test Sonuçları						
İletişim Becerileri Boyutları	**Cinsiyet**	**N**	**Mean Rank**	**Sum of Ranks**	**U**	**p**
Sosyal Davranış Yeterliliği	Kadın	52	129,14	6715,50	5337,500	,191
	Erkek	232	145,49	33754,50		
	Toplam	284				
İletişimde Bireysel Yönler	Kadın	52	155,43	8082,50	5307,500	,188
	Erkek	232	138,98	32103,50		
	Toplam	284				
Empati Yeterliliği	Kadın	52	153,23	7968,00	5474,000	,290
	Erkek	232	140,09	32502,00		

	Toplam	284				
Uyum Yeterliliği	Kadın	52	149,63	7781,00	5661,000	,480
	Erkek	232	140,90	32689,00		
	Toplam	284				
Duyarlılık Yeterliliği	Kadın	52	157,88	8209,50	5232,500	,130
	Erkek	232	139,05	32260,50		
	Toplam	284				
İletişime Teşvik Yeterliliği	Kadın	52	139,39	7248,50	5870,500	,761
	Erkek	232	143,20	33221,50		
	Toplam	284				
İnsan İlişkileri	Kadın	52	130,09	6764,50	5386,500	,223
	Erkek	232	145,28	33705,50		

	Toplam	284				
Dinleme Yeteneği	Kadın	52	154,54	8036,00	5406,000	,234
	Erkek	232	139,80	32434,00		
	Toplam	284				

İletişim becerileri alt boyutlarının cinsiyet değişkenine göre Mann-Whitney U Testi sonuçlarına batığımız zaman; sosyal davranış yeterliliği, iletişimde bireysel yönler, empati yeterliliği, uyum yeterliliği, duyarlılık yeterliliği, iletişime teşvik yeterliliği, insan ilişkileri ve dinleme yeteneği alt boyutlarında gruplar arasındaki farkın anlamlı olmadığı görülmüştür.

Tablo 3. Sporcu Lisansı Olup Olmama Durumuna Göre Mann-Whitney U Test Sonuçları

İletişim Becerileri Boyutları	Lisans Durumu	N	Mean Rank	Sum of Ranks	U	p
Sosyal Davranış Yeterliliği	Evet	207	142,63	29381,00	7802,000	,832
	Hayır	77	140,32	10805,00		
	Toplam	284				
İletişimde Bireysel Yönler	Evet	207	146,26	30130,50	7052,500	,150
	Hayır	77	130,59	10055,50		
	Toplam	284				
Empati Yeterliliği	Evet	207	142,82	29421,50	7761,500	,779
	Hayır	77	139,80	10764,50		
	Toplam	284				
Uyum Yeterliliği	Evet	207	140,28	28897,00	7576,000	,555
	Hayır	77	146,61	11289,00		
	Toplam	284				
Duyarlılık Yeterliliği	Evet	207	143,03	29465,00	7718,000	,724

	Hayır	77	139,23	10721,00		
	Toplam	284				
İletişime Teşvik Yeterliliği	Evet	207	144,66	29800,00	7383,000	,367
	Hayır	77	134,88	10386,00		
	Toplam	284				
İnsan İlişkileri	Evet	207	138,75	28582,00	7261,000	,269
	Hayır	77	15,70	11604,00		
	Toplam	284				
Dinleme Yeteneği	Evet	207	139,04	28642,50	7321,500	,312
	Hayır	77	149,92	11543,50		
	Toplam	284				

İletişim becerileri alt boyutlarının katılımcıların sporcu lisanslarının olup olmama durumuna göre yapılan Mann-Whitney U Testi sonuçlarına baktığımız zaman; sosyal davranış yeterliliği, iletişimde bireysel yönler, empati yeterliliği, uyum yeterliliği, duyarlılık yeterliliği, iletişime teşvik yeterliliği, insan ilişkileri ve dinleme yeteneği alt boyutlarında gruplar arasında herhangi bir anlamlı fark görülmemiştir.

Tablo 4. Spor Yılı Değişkenine Göre Kuruskal-Wallis Test Sonuçları

İletişim Becerileri Boyutları	**Spor Yılı**	**N**	**Mean Rank**	**Chi-Square**	**p**	**Fark**
Sosyal Davranış Yeterliliği	1-3 Yıl	65	123,91	5,798	,055	
	4-6 Yıl	97	140,68			
	7 Yıl ve Üzeri	122	153,86			
	Toplam	284				
İletişimde Bireysel Yönler	1-3 Yıl [A]	65	115,78	11,609	**,003 ***	**A-C**
	4-6 Yıl [B]	97	139,30			
	7 Yıl ve Üzeri [C]	122	158,09			
	Toplam	284				
Empati Yeterliliği	1-3 Yıl	65	130,35	5,036	,081	
	4-6 Yıl	97	135,25			
	7 Yıl ve Üzeri	122	154,74			

	Toplam	284				
Uyum Yeterliliği	1-3 Yıl	65	137,53	3,654	,161	
	4-6 Yıl	97	132,81			
	7 Yıl ve Üzeri	122	152,85			
	Toplam	284				
Duyarlılık Yeterliliği	1-3 Yıl [A]	65	121,46	16,644	**,001***	**A-C**
	4-6 Yıl [B]	97	131,45			**B-C**
	7 Yıl ve Üzeri [C]	122	162,49			
	Toplam	284				
İletişime Teşvik Yeterliliği	1-3 Yıl [A]	65	119,84	14,691	**,001***	**A-C**
	4-6 Yıl [B]	97	131,61			**B-C**
	7 Yıl ve Üzeri [C]	122	163,23			
	Toplam	284				
İnsan İlişkileri	1-3 Yıl	65	128,25	5,132	,077	
	4-6 Yıl	97	136,90			
	7 Yıl ve Üzeri	122	154,54			
	Toplam	284				
Dinleme Yeteneği	1-3 Yıl	65	131,39	5,839	,054	
	4-6 Yıl	97	133,19			
	7 Yıl ve Üzeri	122	155,82			
	Toplam	284				

İletişim becerileri alt boyutlarının katılımcıların spor yılı değişkenine göre yapılan Kuruskal-Wallis Testi sonuçlarına göre; sosyal davranış yeterliliği, empati yeterliliği, uyum yeterliliği, insan ilişkileri ve dinleme yeteneği alt boyutlarında gruplar arasında herhangi bir anlamlı farklılık görülmemiştir. Ancak iletişimde bireysel yönler, duyarlılık yeterliliği ve iletişime teşvik yeterliliği alt boyutlarında gruplar arasında anlamlı farklılık görülmüştür. Farklılığın olduğu grupları belirlemek için Mann-Whitney U Testi yapılmıştır. Elde edilen bulgular doğrultusunda iletişimde bireysel yönler alt boyutunda 1-3 yıl ile 7 yıl ve üzeri grupları arasında anlamlı farklılık görülmüştür. Duyarlılık yeterliliği alt boyutunda 1-3 yıl ile 4-6 yıl grupları arasında ve 4-6 yıl ile 7 yıl ve üzeri grupları arasında anlamlı fark belirlenmiştir. İletişime teşvik yeterliliği alt boyutunda 1-3 yıl ile 4-6 yıl grupları arasında ve 4-6 yıl ile 7 yıl ve üzeri grupları arasında anlamlı farklılık görülmüştür.

SONUÇ

Kick boks sporu ile uğraşan bireylerin iletişim beceri düzeylerinin bazı demografik değişkenler ile arasındaki ilişkiden elde edilen bulgular aşağıda yorumlanmıştır.

Kick boks sporu ile uğraşan bireylerin cinsiyet değişkenine göre, Mann- Whitney U Testi sonuçlarına baktığımız zaman İletişim Yeterlilik Ölçeği (İYÖ) alt boyutlarında herhangi bir anlamlı farklılığa rastlanmamıştır. Ulukan (2012) tarafından iletişim becerilerinin takım sporcuları ile bireysel sporculara olan etkisinin incelendiği çalışmada cinsiyet değişkenine göre iletişim beceri düzeyleri arasında herhangi bir anlamlı farklılık görülmemiştir. Bu veriler bizim çalışmamızı destekler niteliktedir. Selağız ve Çepikkurt (2014) tarafından Antrenör ve Sporcu İletişim Düzeylerinin Belirlenmesi çalışmasında cinsiyet değişkenine göre iletişim düzeyleri arasında herhangi bir anlamlı fark görülmemiştir. Bu bulgular bizim çalışmamızı destekler niteliktedir. Tepeköylü ve diğerlerinin (2009) beden eğitimi ve spor yüksekokulunda eğitim görmekte olan öğrencilerinin iletişim beceri düzeylerini incelendiği çalışmayı cinsiyet değişkeni açısından incelediğimizde gruplar arasında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Çalışmaya göre, kadın öğrencilerin iletişim becerilerini algılama düzeylerinin erkek öğrencilere oranla daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu çalışmanın verileri araştırmamızla farklı yönde sonuç vermiştir.

Kick boks sporu ile uğraşan bireylerin sporcu lisansı olup olmama değişkenine göre, Mann- Whitney U Testi sonuçlarına baktığımız zaman İletişim Yeterlilik Ölçeği (İYÖ) alt boyutları arasında herhangi bir anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Demir ve Biçer (2020) tarafından yapılan çalışmada lisanslı futbolcuların iletişim beceri düzeyleri arasında herhangi bir anlamlı farklılık bulunmamıştır. Bu veriler bizim çalışmamızı destekler niteliktedir. Aksoy (2019) tarafında futbol hakemlerinin iletişim becerileri üzerine yaptığı çalışmada lisanslı sporcu olup olmama değişkenine göre baktığımızda gruplar arasında anlamlı farklılık olduğu görülmüştür. Bu farkın lisanslı oynamış futbol hakemlerinin lehine olduğu görülmüştür. Bu çalışmadan elde edilen sonuçlar bizim çalışmamızla örtüşmemektedir.

Kick boks sporu ile uğraşan bireylerin spor yılı değişkenine göre, Kuruskal- Wallis Testi sonuçlarına baktığımız zaman İletişim Yeterlilik Ölçeği İYÖ) alt boyutlarından ‘sosyal davranış yeterliliği, empati yeterliliği, uyum yeterliliği, insan ilişkileri ve dinleme yeteneği’ alt boyutlarında herhangi bir anlamlı fark görülmemiştir. Ancak ‘iletişimde bireysel yönler, duyarlılık yeterliliği, iletişime teşvik yeterliliği’ alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Öksüz (2018) tarafından spor yöneticilerinin iletişim düzeylerini belirlemek amacıyla yapılan çalışmada spor yılı değişkenine göre gruplar arasında herhangi bir fark olmadığı görülmüştür.

Sonuç olarak; kick boks sporu ile uğraşan bireylerin cinsiyet açısından iletişim beceri düzeylerinde herhangi bir fark görülmemiştir. Sporcu lisansı olan ve olmayan sporcular arasında da anlamlı bir fark yoktur. Ancak lisanslı sporcuların manidar düzeyde de olsa iletişim beceri düzeyi puanlarının yüksek olduğu görülmüştür. Spor yılı değişkenine baktığımızda ise ‘iletişimde bireysel yönler, duyarlılık yeterliliği, iletişime teşvik yeterliliği’ alt boyutlarında anlamlı fark olduğu belirlenirken diğer alt boyutlarda ise farkın anlamlı düzeyde olmadığı görülmüştür. Kick boks sporcularının iletişim düzeylerinin henüz istenilen düzeyde olmadığı görülmüştür.

KAYNAKÇA

Aksoy, U. (2019). Farklı Klasmanlarda Görev Yapan Futbol Hakemlerinin İletişim Becerileri ve Özgüven Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi (Aydın İli Örneği). Yüksek Lisans Tezi. Aydın. Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Yüksek Lisans Programı.

Cohen, L., Manion, L. and Morrison, K. (2000). Research Methods in Education. London: Routledge Falmer.

Demir, M. ve Biçer, T. Amatör Futbolcuların İletişim Beceri Düzeyleri ve Sürekli Sportif Kendine Güven Düzeyleri Arasındaki İlişki. Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi (ASOS). Sayı: 109, Sayfa: 258-269.

Demirel, A. (2018). Fitness Eğitmenlerinin İletişim Becerilerinin Müşteri Memnuniyeti Üzerindeki Etkilerinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul. Bahçeşehir Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Spor Yönetimi Yüksek Lisans Programı.

Gülbahar, B. ve Aksungur, G. (2019). Sınıf İçi etkili İletişim Becerileri Algısı Ölçeğinin Geliştirilmesi: Geçerlilik ve Güvenirlilik Çalışması. Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi. Sayı: 48.

Koca, G.Ş. ve Erigüç, G. (2017). İletişim Yeterlilik Ölçeği' nin Geçerlilik ve Güvenilirliği. Uluslararası Yönetim İktisat ve İşletme Dergisi. Cilt: 13, Sayı:4.

Okay, A. (2003). Kurum Kimliği. 4. Baskı. İstanbul: Mediacat Yayınları.

Oskay, A.Ü. (1982). 19. yy' dan Günümüze Kitle İletişiminin Kültürel İşlevleri.

Öksüz, N. (2018). Spor Yöneticilerinin İletişim Becerileri ile Öz Etkililik- Yeterlilik Düzeylerinin Değerlendirilmesi. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul. İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Antrenörlük Eğitimi Ana Bilim Dalı, Hareket ve Antrenman Bilimleri Bilim Dalı.

Selağız, S. Ve Çepikkurt, F. (2014). Antrenör ve Sporcu İletişim Düzeylerinin Belirlenmesi. Manisa. Celal Bayar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi. 9(1). Sayfa: 11-18.

Şerbetçioğlu, C. (2019). Kişilerarası İletişimde Normal Dışı Davranışların Sosyal Öğrenme Kuramı Bağlamında İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul. Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Halkla İlişkiler Anabilim Dalı, Kişilerarası İletişim Bilim Dalı.

Tepeköylü, Ö., Soytürk, M. ve Çamlıyer, H. (2009). Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu (BESYO) Öğrencilerinin İletişim Becerisi Algılarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi.7(3). 115-124.

Türk Dil Kurumu Sözlüğü.

Ulukan, H. (2012). İletişim Becerilerinin Takım ve Bireysel Sporculara Olan Etkisi. Yüksek Lisans Tezi. Karaman. Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Ana Bilim Dalı, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bilim Dalı.

Üstün, B. (2005). Çünkü İletişim Çok Şeyi Değiştirir. Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi. Cilt:8, Sayı:2.

Voight, D. (1998). Spor Sosyolojisi. Çev. A. Atalay. İstanbul: Alkım Yayınevi.

Wiemann, J.M. (1997). Explication and Test Of A Model Of Communicative Competence. Human Communication Research. Sayı: 3, Sayfa: 195-213.

GÜZEL SANATLAR EĞİTİMİ ALANINDA GELİŞTİRİLEN ÖLÇEKLERİN İNCELENMESİ

Hamza ÜSTÜN

Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Tokat / Türkiye

Öz: Eğitim bilimlerinin tüm alt alanlarında olduğu gibi güzel sanatlar eğitimi alanında da ölçekler, katılımcılar hakkında bilgi toplamada, tutumlarını, kaygılarını, performanslarını vb. özelliklerini belirlemede sıklıkla kullanılmaktadır. Bu ölçekler bireylerin bir enstrümana karşı olan yeterliliklerini ölçmede ya da sanatsal yaratıcılık hakkında tutumlarını belirlemede öğreticiye yardımcı olur. Ağırlıklı olarak performansa dayalı öğretim gerçekleştirilen müzik ve resim iş eğitimi alanlarında hazırlanan ölçeklerin içeriği ve kapsamı da bu bağlamlardan hareket ile ayrıca önemli bir hal almıştır. Çalışma kapsamında TOAD Türkiye Ölçme Araçları Dizininde yer alan güzel sanatlar eğitimi kategorisinde müzik ve resim iş eğitimi alanlarında gerçekleştirilen 116 ölçek çalışması incelenmiştir. Hazırlanan ölçeklerin incelenmesinde nicel araştırma biçimlerinden içerik analizi yöntemi kullanılmıştır. Araştırma kapsamında belirlenen ölçekler, müzik ve resim iş eğitimi sınıflandırmaları, hazırlandıkları yıl, yayınlanma türleri, müzik ve resim iş eğitimi alt boyutları, madde, örneklem ve faktör sayıları, ölçüm türleri ve hazırlanan likert biçimleri açısından incelenmiştir. Çalışmadan elde edilen sonuçlara göre, en çok çalışmanın müzik alanında yapıldığı, yayın türü açısından en fazla makale türünün yayınlandığı, çalışmaların en fazla yapıldığı boyutun çalgı eğitimi olduğu sonuçlarına ulaşılmıştır. Madde sayılarının 20-30 aralığında, faktör sayısının tek faktörde toplandığı, örneklem sayılarının ise ağırlıklı olarak 100-200 aralığında olduğu belirlenmiştir. Ölçüm türleri açısından en çok tutum ölçmeye yönelik çalışmaların yapıldığı ve beşli likert tipi ölçeğin yaygın olarak kullanıldığı sonuçlarına ulaşılmıştır. Elde edinilen sonuçlar ilgili bölümlerde tablolaştırılarak açıklanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Ölçek, Güzel Sanatlar, Müzik, Resim

GİRİŞ ve KURAMSAL ÇERÇEVE

Güzel sanatlar bireyde hayranlık ve estetik bir heyecan uyandıran edebiyat, müzik, resim, tiyatro, heykel, sinema gibi sanatlara verilen genel bir tanımlama olarak açıklanabilir. Bu genellemenin içerisinde yer alan müzik sanatının eğitimi, ülkemizde çeşitli üniversite programları aracılığı ile eğitim öğretim faaliyetlerini sürdürmektedir. Bu programlar, Devlet Konservatuvarları, Güzel Sanatlar Fakülteleri ve Eğitim Fakülteleri Güzel Sanatlar Eğitimi Bölümleridir. Konservatuvarlarda müzik bölümleri ve buna bağlı olarak ana sanat dalları mevcuttur. Bu programlarda sanatçı yetiştirilmektedir. Güzel Sanatlar Fakültelerinde ise müzik bölümleri bünyesinde müzik bilimci yetiştirilmesi amaçlanmaktadır (Tufan, 2004).

Eğitim Fakülteleri Güzel Sanatlar Eğitimi bölümlerinde ise, müzik ve resim öğretmenleri yetiştirilir. Bu sebeple bu anabilim dallarının bağlı olduğu bölüm güzel sanatlar eğitimi bölümü olarak adlandırılmıştır. Araştırma kapsamında incelenen ölçek çalışmaları güzel sanatlar eğitimi bölümlerinden müzik eğitimi ve resim iş eğitimi anabilim dalları ile ilişkili olan çalışmalar olarak belirlenmiştir.

Müzik eğitimi, bir müzikal davranış kazandırma, bir müziksel davranış değiştirme veya oluşturma, bir müziksel davranış geliştirme süreci olarak açıklanabilir (Uçan, 1997). Çuhadar'a (2016) göre ise, "Müziği oluşturan temel bileşenlerin de yardımıyla, bireyin kendi yaşantısı yoluyla müziksel davranışlarında

istendik davranışlar geliştirme süreci" olarak açıklanmıştır. Resim iş eğitimi ise bireyde sanatsal davranış değişikliği geliştirme süreci olarak açıklanabilir. Her iki anabilim dalında da eğitimin daha sağlıklı ve geliştirilebilir olması için ölçme araçlarından yararlanılır. Bu araçlar içerisinde de ölçme değerlendirme boyutunda başvurulan yöntemlerin başında ölçekler gelmektedir.

Yurdugül (2005) ölçek kavramını, ölçme sonuçlarının matematiksel niteliklerini göstermekle birlikte, eğitim ve psikoloji gibi davranış bilimlerinin pek çok alanında, hedeflenen kişi(ler), sistem, konu ya da içerik açısından veri/bilgi toplamak amacı ile kullanıldığını açıklamıştır. Eğitim bilimleri içerisinde gerek eğiticilerin kendi alanlarında gerekse sosyal yaşamdaki diğer olgulara yönelik öğrenci tutumların ne olduğunu, nasıl ölçüleceğini bilmeleri eğitimin niteliğini arttırıcı bir faktör olarak belirlenmiştir (Duatepe, Çilesiz, 1999). Güzel sanatlar eğitimi alanında da hazırlanan ölçek çalışmaları, eğitimin niteliğini arttırmaya yönelik performans, değerlendirme, özyeterlik, tutum ve motivasyon alanlarında gerçekleştirilmiştir.

Araştırma örneklemini oluşturan 116 çalışma özelliklerine göre sınıflandırılarak açıklanmaya çalışılmıştır. Çalışmaların müzik eğitimi ve resim iş eğitimi alanında çalışmalarını sürdüren akademisyen ve öğretmenlere faydalı olacağı düşünülmektedir. İncelen çalışmaların sınıflandırılmasının, bundan sonra geliştirilecek ölçek çalışmalarına yol gösterici nitelikte ilgili kişilere faydalı bir çalışma olması planlanmıştır.

AMAÇ

Araştırmanın amacı güzel sanatlar eğitimi anabilim dalları olan müzik eğitimi ve resim iş eğitimi anabilim dalları ile ilgili hazırlanan ölçek çalışmalarının incelenmesidir. Bu bağlamda Türkiye Ölçme araçları Dizini (TOAD) kapsamında yer alan toplam 116 ölçek çalışması incelenmeye alınmıştır.

İncelenen ölçek çalışmaları resim iş eğitimi ve müzik alanlarından hangilerine ait oldukları ve oranları, ölçeklerin hazırlandıkları yıllar, yayımlandıkları yayın türü, müzik eğitimi ve resim iş eğitimi boyutu, madde sayıları, örneklem sayıları, boyut/faktör sayıları, ölçüm türleri ve kullandıkları likert tipleri açısından incelenmeye çalışılmıştır.

Araştırmanın güzel sanatlar eğitimi alanlarında çalışmalar gerçekleştiren akademisyenlere ve derslerinde ölçme değerlendirme faaliyetlerini kullanan tüm eğitimcilere faydalı bir çalışma olması hedeflenmektedir. Konu ile ilgili gerçekleştirilen çalışmaların ana hatlarının belirlenmesi ve bundan sonra geliştirilecek ölçeklerin bu bağlamda hazırlanması da çalışmanın amaçlarından biridir.

KAPSAM

Çalışma, Türkiye Ölçme Araçları Dizini (TOAD) kapsamında yer alan toplam 116 ölçek çalışmasını kapsamaktadır. Dizin içerisinde yer alan çalışmaların tamamı çalışmaya dahil edilmiştir. Araştırmada örneklem evreni temsil etmektedir.

YÖNTEM

Bu çalışmada, literatürü belirlemek ve araştırmayı derinleştirerek verilere ulaşabilmek için genel tarama modeli kullanılmıştır. Türkiye Ölçme Araçları Dizini (TOAD) kapsamında yer alan toplam 116 ölçek

çalışmanın içeriklerini çözümlemek içinse, nitel araştırma yöntemlerinden içerik analizi yöntemi kullanılmıştır. Betimsel analiz ile özetlenen ve yorumlanan bilgiler, içerik analizi ile daha derinlemesine bir analize tabi tutulur ve betimsel analiz ile anlaşılamayan kavramlar bu analiz sayesinde fark edilebilir (Yıldırım & Şimşek, 2011).

İçerik analizlerinde genel amaç ele alınan çalışmanın kendinden sonra gerçekleştirilecek olan konu ile ilgili çalışmalara yol göstermesi ve konu ile ilgili yönelimlerin tespit edilmesine ışık tutmasıdır (Ültay, Akyurt ve Ültay, 2021).

BULGULAR

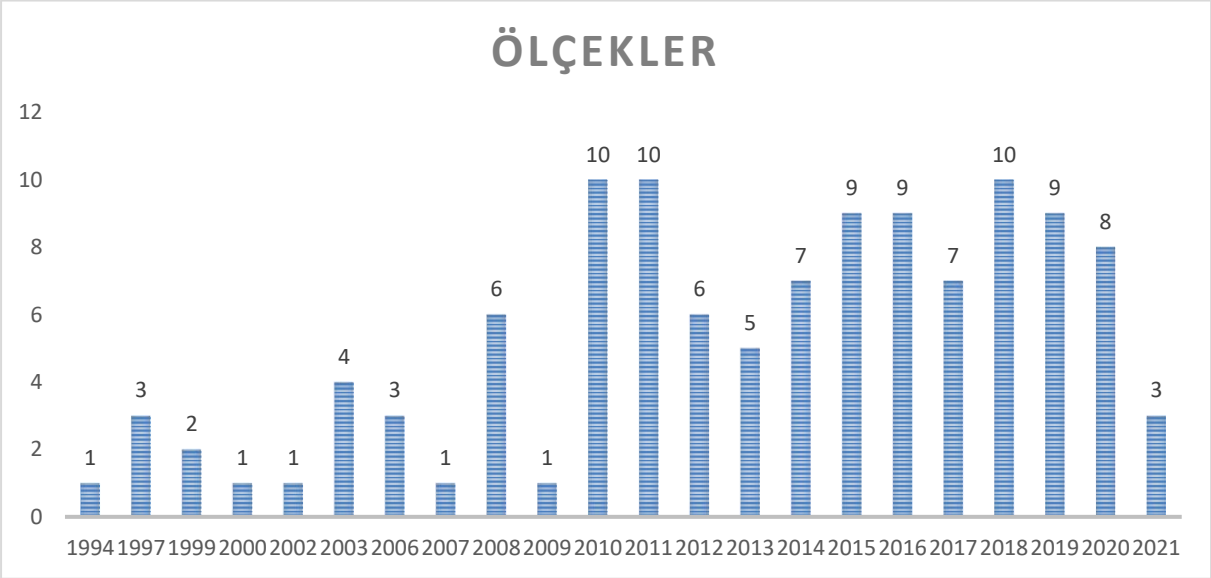
Türkiye Ölçme araçları Dizini (TOAD) içerisinde yer alan toplam 116 geliştirilen ya da uyarlanan ölçek çalışması incelenmiştir. İncelenen ölçek çalışmaları resim iş eğitimi ve müzik alanlarından hangilerine ait oldukları ve oranları, ölçeklerin hazırlandıkları yıllar, yayımlandıkları yayın türü, müzik eğitimi ve resim iş eğitimi boyutu, madde sayıları, örneklem sayıları, boyut/faktör sayıları, ölçüm türleri ve kullandıkları likert tipleri açısından incelenmeye çalışılmıştır. Çalışmalar ilk olarak müzik eğitimi ve resim iş eğitimi sınıflandırmaları açısından incelenmiştir. Tablo 1'de bu sınıflandırmaya ait oranlar gösterilmektedir.

Tablo 1. Ölçeklerin Sınıflandırılması

Anabilim Dalları	**n**	**%**
Müzik Eğitimi	88	75,86
Resim İş Eğitimi	28	24,14
Toplam	**116**	**100**

Gerçekleştirilen toplam 116 çalışmanın büyük bir bölümünün müzik eğitimi alanında yapıldığı gözlemlenmektedir. Bu bulgunun müzik eğitiminin alt boyutlarından biri olan çalgı eğitiminin ve çalgı çeşitliliğinin fazla olmasından kaynaklandığı düşünülebilir.

Şekil 1. Ölçeklerin Yıllara Göre Dağılımı



Hazırlanan ölçeklerin yıllara göre dağılımı incelendiğinde en çok çalışmanın toplam 10 çalışma ile 2010, 2011 ve 2018 yıllarında yapıldığı görülmektedir. 1994 yılında gerçekleştirilen ilk çalışmanın sonrasında sayıları az da olsa 2010 yılına gelene kadar ölçek geliştirildiği görülmektedir. 2010 yılından itibaren ise günümüze gelene değin düzenli olarak her yıla yayılan çalışmalar yapıldığı sonucuna varıla bilir.

Çalışma kapsamına dahil edilen 116 ölçek çalışması yayımlanan yayın türüne göre sınıflandırılmıştır. Bu sınıflandırmaya ait bilgiler tablo 2'de gösterilmektedir.

Tablo 2. Yayın Türleri

Yayın Türü	**n**		**%**	
Makale	Uluslararası	Ulusal	Uluslararası	Ulusal
	11	54	9,48	46,55
Tez	Doktora	Y. Lisans	Doktora	Y. Lisans
	20	24	17,24	20,68
Bildiri	7		6,05	
Toplam	**116**		**100**	

Tablo 2'de görüldüğü gibi yayın türleri açısından gerçekleştirilen en fazla çalışmanın ulusal makale olarak yayınladığı söylenebilir. Hazırlanan çalışmaların %56.03' ünün makale olarak yayınlandığı bulgusuna ulaşılmıştır. Hazırlanan lisansüstü tezlerin oranı ise %37,92 olarak belirlenmiştir.

İncelenmeye tabii tutulan ölçek çalışmalarının müzik eğitimi ve resim iş eğitimi alanlarında ayrı ayrı hangi boyutlarında gerçekleştirildiği Tablo 3 ve 4' de gösterilmektedir. Müzik eğitiminin çeşitli alt boyutlarında toplam 87 ölçek çalışmasının gerçekleştirildiği sonucuna varılmıştır.

Tablo 3. Müzik Eğitimi Boyutu

	n	**%**
Çalgı Eğitimi	37	42,52
Müzik Teorisi	6	6,89
Koro ve Ses Eğitimi	9	10,36
Genel Müzik Eğitimi	23	26,43
Öğretmen Adayları	8	9,21
Müzik Tarihi	4	4,59
Toplam	**87**	**100**

Gerçekleştirilen çalışmaların çalgı eğitimi, teori, koro ve ses eğitimi, öğretmen adaylarına uygulanan ölçekler ile müzik tarihi boyutlarında hazırlandığı görülmektedir. Müzik eğitiminin önemli alt boyutlarından olan çalgı eğitimi kapsamında hazırlanan ölçeklerin fazlalığı dikkat çekmektedir. Bu durumun müzik eğitiminde kullanılan çalgıların çeşitlilik açısından fazla olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Tablo 4. Resim İş Eğitimi Boyutu

	n	**%**
Kültürel Değer	2	6,89
Sanatsal Yaratıcılık	7	24,15
Plastik Sanatlar	1	3,44
Resim İş Eğitimi	14	48,27
Estetik	1	3,44
Öğretmen Adayları	4	13,81
Toplam	**29**	**100**

Tablo 4'de görüldüğü gibi, resim iş eğitimi alanında toplam 29 ölçek geliştirme çalışması yapılmıştır. En fazla çalışmanın genel resim iş eğitimi ile ilgili olduğu, plastik sanatlar ve estetik konularında da birer çalışmanın yapıldığı bulgusuna ulaşılmıştır.

Bir ölçek geliştirme çalışmasının madde üretim aşaması en önemli unsurdur. Madde üretimi ölçmeye yönelik tasarladığımız konunun yapısına uygun durum-ortam-bağlam belirlendikten sonra bu öğelere uygun sayıda ve özellikte bir format belirleyerek devam etmelidir (Erkuş, 2017). Geliştirilen ölçek çalışmalarına ait madde sayılarının oranları tablo 5' de gösterilmektedir.

Tablo 5. Madde Sayıları

	n	%
0 - 20	29	25
21 - 30	39	33,63
31-40	34	29,31
41 - 50	11	9,48
51 - 60	2	1,72
61 - 70	1	0,86
Toplam	**116**	**100**

Araştırma kapsamında incelen ölçek çalışmalarının büyük bir çoğunluğunun 40 maddeye kadar sınırlı olduğu gözlemlenmiştir. 21-30 soru sayısı %33,63' lük oranla ölçeklerde en fazla kullanılan soru dilimini oluşturmaktadır. Çalışmaları hazırlayan kişiler her ne kadar ölçekler ile ilgili geçerlik güvenirlik testlerini yapsalar da, aynı ölçeğin farklı gruplara uygulanmasında değişik sonuçlara ulaşıldığı gözlemlenmiştir (Tuncer, Berkant, Dilmen, 2017). Bir ölçekte uygulamanın yapıldığı örneklem sayıları, ölçeğin tüm değişkenlerini ilgilendiren önemli bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır. Çalışma kapsamında incelenen toplam 116 ölçeğin örneklem sayıları ile ilgili bilgiler tablo 6' da gösterilmiştir.

Tablo 6. Örneklem Sayıları

Sayılar	**n**	**%**
0 - 50	6	5,17
51 - 100	13	11,22
101 - 200	31	26,72
201 - 300	22	18,96
301 - 400	17	14,67
401 - 500	12	10,34
501 - 600	6	5,17
601 - 700	3	2,58
701 - 1000	6	5,17
Toplam	**116**	**100**

Tablo 6' da görüldüğü gibi örneklem sayılarında çoğunlukla 100 - 300 saylarının ön plana çıktığı bulgusuna ulaşılmıştır. Örneklem sayılarının çok olduğu çalışmalar çok faktörlü ve genellikle lisansüstü çalışmalar kapsamında kullanıldığı sonucuna ulaşılabilir.

Ölçeklerin geçerli ve güvenilir olup olmadığını test etmek için genellikle faktör analizi yöntemi kullanılmaktadır. Eğitim ve psikolji çalışmalarında ölçme aracını geliştirmek için birçok teknik testin tek boyutlu olduğu varsayımına dayanmaktadır. Birden çok boyutlu ölçeklerin geliştirilmesinde maddelerin ölçülecek boyutlardan hangisi ile ilgili bilgi vereceğinin belirlenmesi faktör analizi aracılığı ile sağlanır (Baykul, 2000). Araştırma kapsamında incelenen ölçek çalışmalarının en fazla 8 faktör içerdiği ve 26 adetinin (% 22,41) tek boyutlu olduğu, 23 (%19,82) 3 boyutlu, 22 (%18,96) çalışmanın ise 4 boyutlu olduğu bulgularına ulaşılmıştır.

İncelenen ölçekler ölçtükleri türler bakımından 6 gruba ayrılmışlardır. Bunlar, tutum, özyeterlik, motivasyon, performans, değerlendirme ve geçerlik güvenirliktir. Tablo 7' de bu türler ile ilgili oranlar gösterilmektedir.

Tablo 7. Ölçüm Türleri

Türler	**n**	**%**
Tutum	45	38,79
Özyeterlik	20	17,25
Motivasyon	12	10,34
Performans	11	9,48
Değerlendirme	17	14,66
Geçerlik güvenirlik	11	9,48
Toplam	**116**	**100**

Tezbaşaran' a (2008) göre tutum, bir nesne, durum, kurum, kavram ya da diğer insanlara karşı öğrenilmiş, olumlu ya da olumsuz tepkide bulunma eğilimidir. Çalışmaların büyük bir çoğunluğunun tutum belirlemeye yönelik hazırlandığı görülmektedir.

Birey ve grupların tutum, eğilim ve görüşlerini ölçmek için bugüne kadar Bogardus tarafından geliştirilen “Toplumsal Uzaklık Ölçeği,” L. L. Thurstone’un “Eşit Görünümlü Aralıklar” ölçeği, L. Guttman’ın “Yığışımlı Ölçekleme” tekniği ve Rensis Likert’in “Derecelеme Toplamlarıyla Ölçekleme” modeli gibi farklı ölçekler kullanılmıştır (Tezbaşaran, 2008,). Bu ölçekleme çalışmaları arasında en yaygın kullanıma sahip olan çeşit ise Rennis Likert tarafından geliştirilen Likert ölçeği çeşitidir. Uygulaması, kodlaması ve ölçmesi gayet basit ve anlaşılır olduğu için kısa sürede sosyal bilimler ve eğitim bilimleri alanlarında sıklıkla kullanılır hale gelmiştir (Turan, Şimşek, Aslan, 2015).

Araştırma kapsamında incelenen çalışmaların tamamında likert tipi derecelendirme anahtarı kullanıldığı görülmektedir. Bu çalışmalar içerisinde de en büyük oranı toplam 106 çalışma (%91,37) ile 5' li likert tipinin kullanıldığı bulgusuna erişilmiştir.

SONUÇ

Güzel sanatlar eğitimi bölümlerinin ilgili anabilim dallarını oluşturan müzik eğitimi ve resim iş eğitimi ile ilgili Türkiye Ölçme Araçları Dizini (TOAD) içerisinde yer alan 116 ölçek farklı değişkenler açısından incelenmiştir. Araştırmadan elde edinilen bulgular ışığında sonuç olarak, ilgili anabilim dalları içerisinde müzik eğitimi kapsamında hazırlanan çalışmaların resim iş eğitimine nazaran daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Son yıllarda ölçek geliştirme çalışmalarında artış olduğu gözlemlenmektedir.

Hazırlanan ölçeklerin makale olarak yayınlandığı ve bu yayınların ağırlıklı olarak ulusal dergilerde yer aldığı sonucuna ulaşılmıştır. Müzik eğitimi ile ilgili en çok çalışmanın çalgı eğitimi üzerine gerçekleştirildiği, resim iş eğitiminde ise genel resim iş eğitimi üzerine yapıldığı sonuçlarına ulaşılmıştır. Ölçeklerde madde sayısı olarak 30' kadar olan soru sayısını, örneklem büyüklüğünde ise en çok 200 kişi ile gerçekleştirilen örneklem sayısının tercih edildiği sonucuna ulaşılmaktadır.

Çalışma kapsamında incelenen ölçeklerin büyük bir çoğunluğunun tutumları belirlemeye yönelik hazırlandığı görülmektedir. Ölçekler içerisinde en çok tek faktörlü yapının oluşturulduğu ve büyük bir çoğunluğunun 5' li likert tipinde hazırlandığı sonuçlarına ulaşılmıştır. Sonuç olarak, müzik eğitimi ve resim iş eğitimi alanında gerçekleştirilen ölçek çalışmalarının eğilimleri hakkında bilgiler sunulmuştur.

KAYNAKÇA

Baykul, Y. (2000). *Eğitimde ve Psikolojide Ölçme: Klasik Test Teorisi ve Uygulaması*. Ankara: ÖSYM Yayınları

Duatepe, A., Çilesiz, Ş. (1999). Matematik Tutum Ölçeği Geliştirilmesi, *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16 (17), 45-52.

Erkuş, A. (2017). Ölçek Geliştirme ve Uyarlama Çalışmalarında Karşılaşılan Sorunlar, *Türk Psikoloji Bülteni,* 13 (40), 17-25.

Tezbaşaran, A.A. (2008). Likert tipi ölçek hazırlama kılavuzu, e-kitap.

Tufan, E. (2004). Müzik Bilimleri ve Müzikoloji Bölümleri ile Müzik Öğretmenliği Programı Anabilim Dalındaki Piyano Eğitiminin Kapsamı ve Uygulamadaki Görünümü, *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17 (1), 93-99.

Tuncer, M., Berkant, H., Dikmen, M. (2017). Sosyal Araştırmalardaki Ölçek Bulgularına Örneklem Etkisinin Araştırılması, *Elektronik Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6 (11), 1-10.

Turan, İ., Şimşek, Ü., Aslan, H. (2015). Eğitim Araştırmalarında Likert Ölçeği ve Likert-tipi Soruların Kullanımı ve Analizi*, Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi,* 30, 186-203.

Yıldırım A., Şimşek, H. (2011). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*, Ankara: Seçkin

Yurdugül, H. (2005). Ölçek Geliştirme Çalışmalarında Kapsam Geçerliği İçin Kapsam Geçerlik İndekslerinin Kullanılması, *XIV. Ulusal Eğitim Bilimleri Kongresi Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi,* 28-30 Eylül, Denizli.

TÜRKİYE'DE SPOR VE MÜZİK ORTAK ALANINDA YAPILMIŞ TEZLERİN EĞİLİMLERİNİN İNCELENMESİ

Özlem ÖMÜR

Kastamonu Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Ankara / Türkiye

Öz: Hayatını sağlıklı, dengeli, mutlu ve başarılı bir şekilde sürdürmek isteyen bireylerin yaşamında, spor ve müzik, ayrı bir yer tutmaktadır. Hem spor hem de müzik, görsel, işitsel, kinestetik ve psiko-motor becerilerin ortak öneme sahip olduğu kavramlardır. Bu düşünceden yola çıkarak, her iki kavramı biraraya getiren ortak araştırmaların olup olmadığı tespit edilmek istenmiş ve araştırmada, Türkiye'de spor ve müzik ortak alanında yapılmış yüksek lisans ve doktora tezlerinin eğilimlerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda, spor ve müzik ilişkili, erişim izni olan 34 teze ulaşılmıştır. Çalışmada, müzik ve spor ilişkili bu tezlerin yıllara, üniversitelere, enstitülere, bilim alanlarına, konularına, çalışma gruplarına ve örneklem/çalışma grubu sayılarına göre dağılımları belirlenmiştir. Araştırmanın bulguları doğrultusunda; konuya ilişkin ilk tezin 2004 yılında, iki ortak alanda en çok çalışmanın ise, 2019 yılında yapıldığı, konuya ilişkin, 23 üniversitede tez üretildiği, en çok tez üreten üniversitenin Kocaeli Üniversitesi olduğu, konuyla ilişkili en çok tezin Sağlık Bilimleri enstitüleri ve Beden Eğitimi ve Spor bilim alanında yazıldığı saptanmıştır. Tezlerde en çok ses ve enstrüman icracıları ile çalışıldığı, işlenen konuların da, ses ve enstrüman icracılarının fiziksel sorunlarına çözüm önerilerine yönelik olduğu belirlenmiş, araştırmalarda 11-50 arası örneklem/çalışma grubu sayısının en çok çalışılan grup sayısı olduğu sonucuna varılmıştır. Araştırmanın sonuçları doğrultusunda, konuyla bağlantılı bilimsel araştırmalarda artış sağlanması, müzik bilim alanı ve konservatuvar öğrencilerinin, spor ve fiziksel rahatsızlıklar üzerine daha fazla bilimsel çalışma yapmaları ve müziğin spor, sporun da müzik üzerindeki etkisinin eğitimciler tarafından dikkate alınarak, öğrencilerini bu ortak alanlarda çalışmalara yönlendirmeleri önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Spor, Müzik, Spor Ve Müzik İlişkili Tezler

GİRİŞ ve KURAMSAL ÇERÇEVE

İnsan, devinişsel, duyuşsal, bilişsel ve sezişsel davranışlarıyla bir bütündür. Bu bütünü korumak adına insanın ihtiyaç duyduğu gereksinimleri Uçan (2018), 8 maddede özetlemiştir:

• Çevresinde-ülkesinde-dünyada sağlıklı-esenlikli-bakımlı-korunumlu-barınımlı, güvenli yaşama.

• Yaşamını olabildiğince en iyi şekilde düzenleme ve sürdürme.

• Bilgili ve bilinçli, düzenli ve dengeli, uyumlu ve başarılı, doyumlu ve mutlu bir yaşam geçirme.

• Yaşamını olabildiğince iyileştirme ve yetkinleştirme, gerektiğinde değiştirme ve dönüştürme.

• Bunlar için gücünü ve yeteneklerini harekete geçirme, kullanma, artırma ve geliştirme.

• Bu yolda gerekli her türlü fırsat ve olanaklara sahip olma ve bunlardan etkilice yararlanma.

• Kimlikli ve kişilikli, özgüvenli ve onurlu olarak kendini geliştirme, gerçekleştirme ve aşma.

• Bütün bu nitelikleriyle çevresinde ongun, saygın ve sevgin bir konuma sahip olma.

Yaşamını sağlıklı, dengeli, uyumlu, başarılı ve doyumlu bir şekilde sürdürmek isteyen insana, bu noktada, müzik ve sporun katkısı yadsınamaz. Bedenin, ruhun ve zihnin sağlığını ve sağlamlığını korumada spor ve müzik denge unsurlarıdır. Dolayısıyla, insanın her açıdan huzurlu, rahat ve mutlu bir yaşam sürmesinde hem sporun hem de müziğin rolü çok büyüktür. Müzik ve spor, bireysel ve toplumsal iyi oluş açısından fiziksel ve zihinsel sağlığı geliştirmede büyük rol oynamaktadır.

Rickard ve Mcferran (2011) ile Costigan, Lubans, Lonsdale, Sanders ve Cruz, (2019) araştırmalarında, fiziksel aktivitenin bireylerin iyi oluşlarına yönelik faydalarını ortaya koymuşlardır. Bunun yanısıra, müziğin de insanın kendini iyi hissetmesini ve iyi oluş etkisini artırdığını ortaya koyan pek çok araştırma da bulunmaktadır. (Hays, 2005; Greaves ve Farbus, 2006; Lee, Krause, Davidson, 2017; Bieligmeyer, Helmert, Hautzinger ve Vagedes, 2018; Ploukou ve Panagopoulou, 2018).

AMAÇ

Müzik ve spor, görsel, işitsel, kinestetik ve psiko- motor becerilerin ortak öneme sahip olduğu iki kavramdır. Bu açıdan bakıldığında, müzik ve spor ortak alanında hangi çalışmaların yapıldığı merak konusu olmuştur. Buradan yola çıkarak, çalışmada, ülkemizde spor ve müzik ortak alanında yapılmış yüksek lisans ve doktora tezlerinin incelenmesi amaçlanmıştır.

KAPSAM

Türkiye'de spor ve müzik ortak alanında yazılmış yüksek lisans ve doktora tezlerinin mevcut durumunun ne olduğuna yönelik problem cümlesi altında şu alt problemlere yanıt aranmıştır:

1. "Müzik" ve "Spor" ilişkili tezlerin yıllara göre dağılımı nasıldır?

2. "Müzik" ve "Spor" ilişkili tezlerin üniversitelere göre dağılımı nasıldır?

3. "Müzik" ve "Spor" ilişkili tezlerin enstitülere göre dağılımı nasıldır?

4. "Müzik" ve "Spor" ilişkili tezlerin bilim alanlarına göre dağılımı nasıldır?

5. "Müzik" ve "Spor" ilişkili tezlerin konularına göre dağılımı nasıldır?

6. "Müzik" ve "Spor" ilişkili tezlerin çalışma gruplarına göre dağılımı nasıldır?

7. "Müzik" ve "Spor" ilişkili tezlerin örneklem/çalışma grubu sayılarına göre dağılımı nasıldır?

YÖNTEM

Bu araştırmada nitel araştırma yöntemlerinden içerik analizi yöntemi kullanılmıştır. İçerik analizi metinlerden oluşan bilgi kaynaklarından araştırmacıların hedefledikleri kelime ve kavramların varlığını tespit etmek ve bunları anlamlandırarak ilişkilendirmek amacıyla kullanılan bir yöntemdir (Büyüköztürk, Kılıç Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2020:259).

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubu 'Yükseköğretim Kurulu Başkanlığı Ulusal Tez Merkezi' çevrim içi bilimsel veri tabanında 'Müzik' ve 'Spor' anahtar sözcüğü ile tarama yapılarak erişimine izin verilen 30 lisansüstü ve 4 doktora tezinden oluşmaktadır.

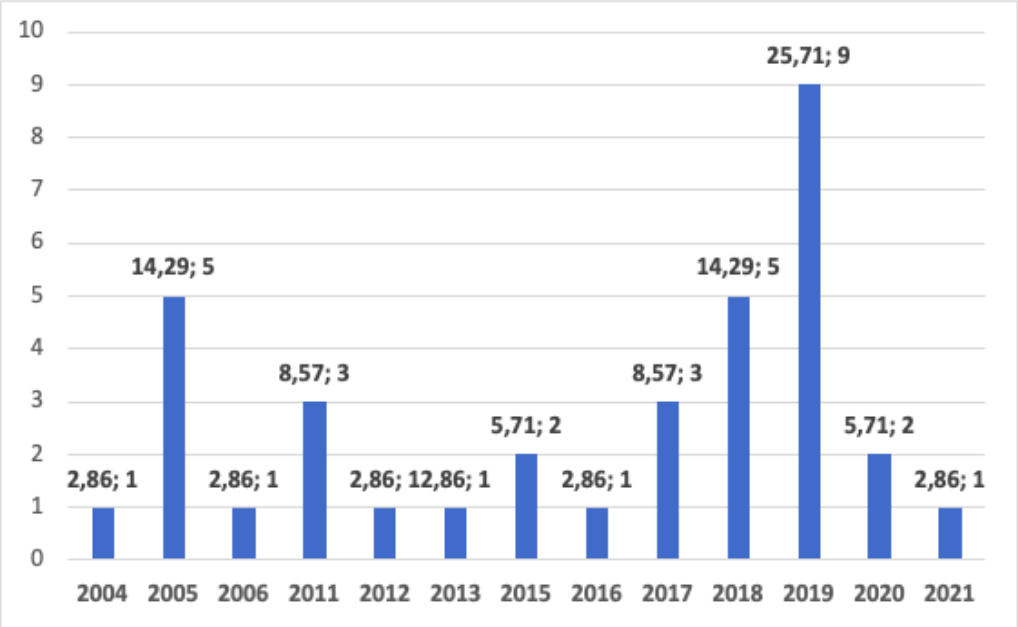
Veri Kaynağı

Yüksek Öğretim Kurulu (YÖK) Ulusal Tez Merkezi'nde yer alan yüksek lisans ve doktora tezleri bu araştırmanın veri kaynağını oluşturmaktadır. "Müzik" ve "Spor" kelimeleri 'Aranacak kelimeler' alanında aranarak, YÖK Tez Arama Merkezi veri tabanında yer alan 198 teze ulaşılmıştır. Bu tez sayısı, belli bir başlangıç tarihi seçilmeden, Haziran 2021 tarihine kadar veri tabanına yüklenmiş konuyla ilişkili tezlerin sayısıdır. Konu alanına uygun olan tezlerin belirlenmesi amacıyla tüm tezler taranmış ve anahtar kelimelerinde "Müzik" ve "Spor" kelimeleri bulunan 36 adet tez bulunmuştur. 36 adet tezden 2 adet teze erişim izni olmadığı için, çalışma 34 tezle oluşturulmuştur.34 adet tezin 4 adeti doktora, 30 adeti ise yüksek lisans tezidir.

BULGULAR

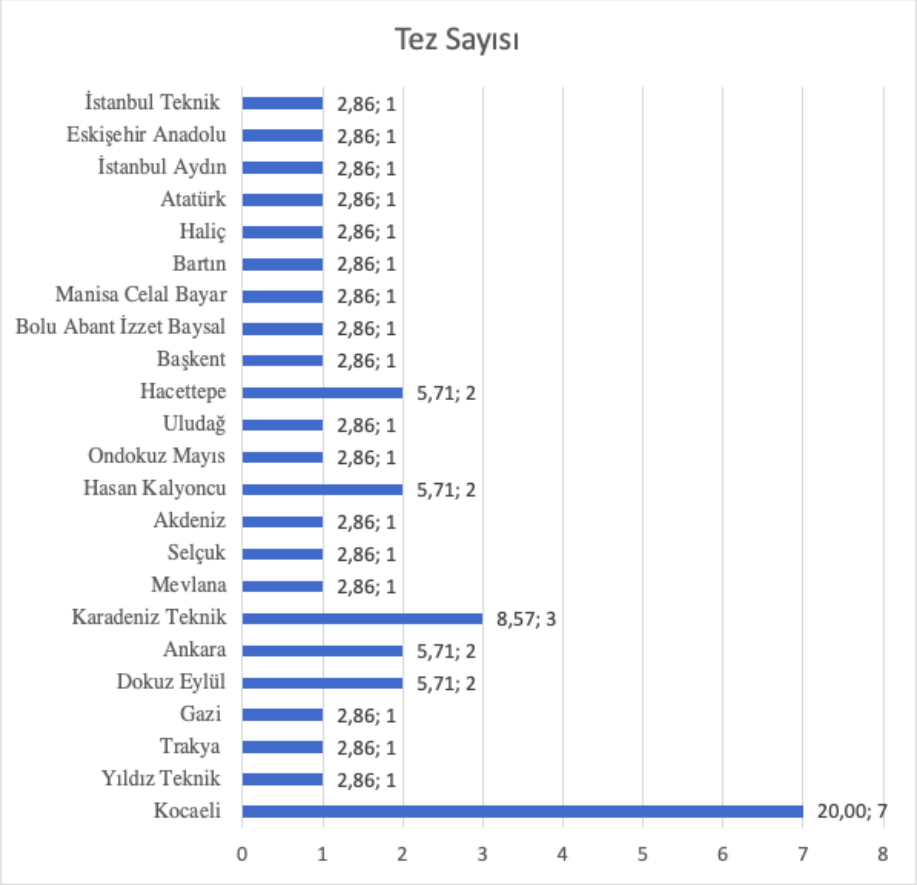
Bu bölümde araştırmaya ilişkin bulgular, tablolar halinde sunulmuştur.

Tablo 1. "Müzik" ve "Spor" ilişkili tezlerin yıllara göre dağılımı



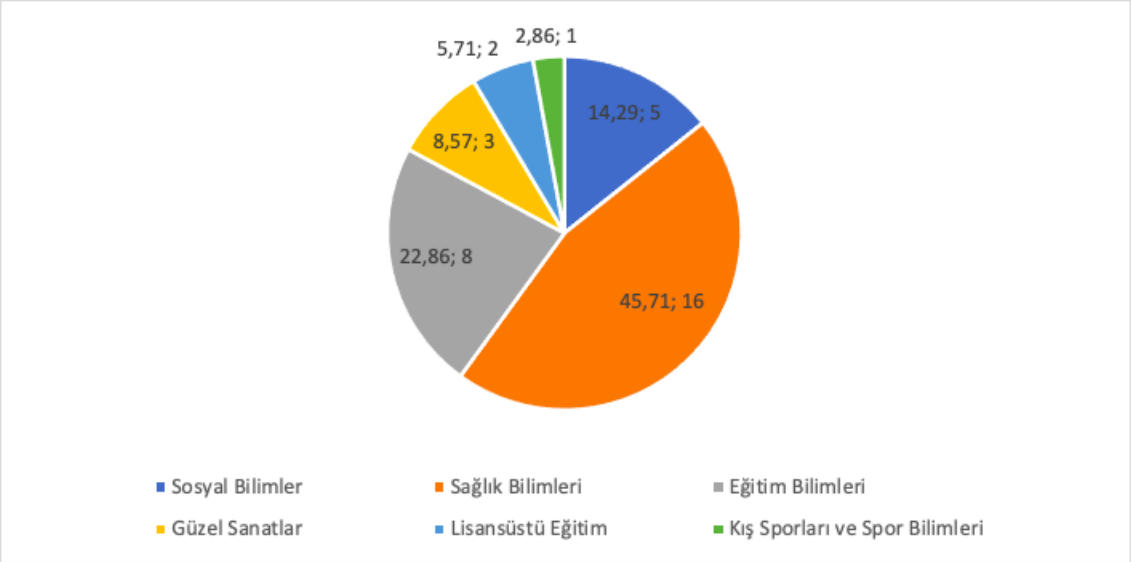
Tablo1'de, müzik ve spor ortak alanında 2019 yılında 9 tez yazıldığı görülmektedir. Bu sayıyı 5 tezle 2005 ve 2018, 3'er tezle de 2011 ve 2017 yılları izlemektedir. 2015 ve 2020 yıllarında ortak alana ilişkin 2 adet tez bulunurken, yalnızca 1 tezin yazıldığı yıllar, 2004, 2006, 2012, 2013, 2016 ve 2021 olarak saptanmıştır.

Tablo 2. Tezlerin üniversitelere göre dağılımı



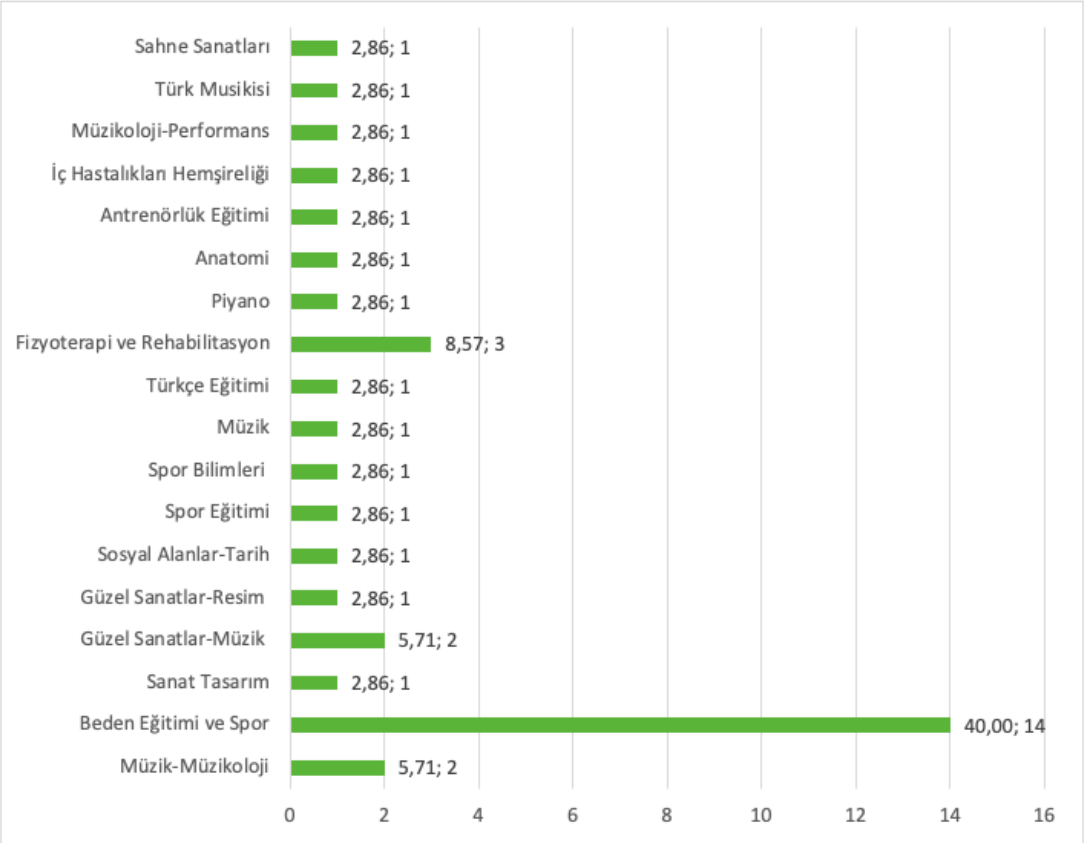
Tablo 2'de görüldüğü üzere, 7 çalışma ile Kocaeli Üniversitesi ilk sırada yer alırken, Karadeniz Teknik Üniversitesi 3 tez ile ikinci sırada yer almaktadır. Bu üniversiteleri 2'şer tezle Hacettepe, Hasan Kalyoncu, Ankara ve Dokuz Eylül üniversiteleri izlemiştir. Diğer 17 üniversitede, konuya ilişkin yazılan tez sayısı 1 ile sınırlı kalmıştır.

Tablo 3. Tezlerin enstitülere göre dağılımı



Sağlık Bilimleri Enstitüleri, %45,71'lik yüzdeyle, konuya ilişkin tezlerin en çok yapıldığı enstitüler olmuştur. İkinci sırayı 8 tez ve %22,86 yüzde ile Eğitimi Bilimleri Enstitüleri almıştır.

Tablo 4. Tezlerin bilim alanlarına göre dağılımı



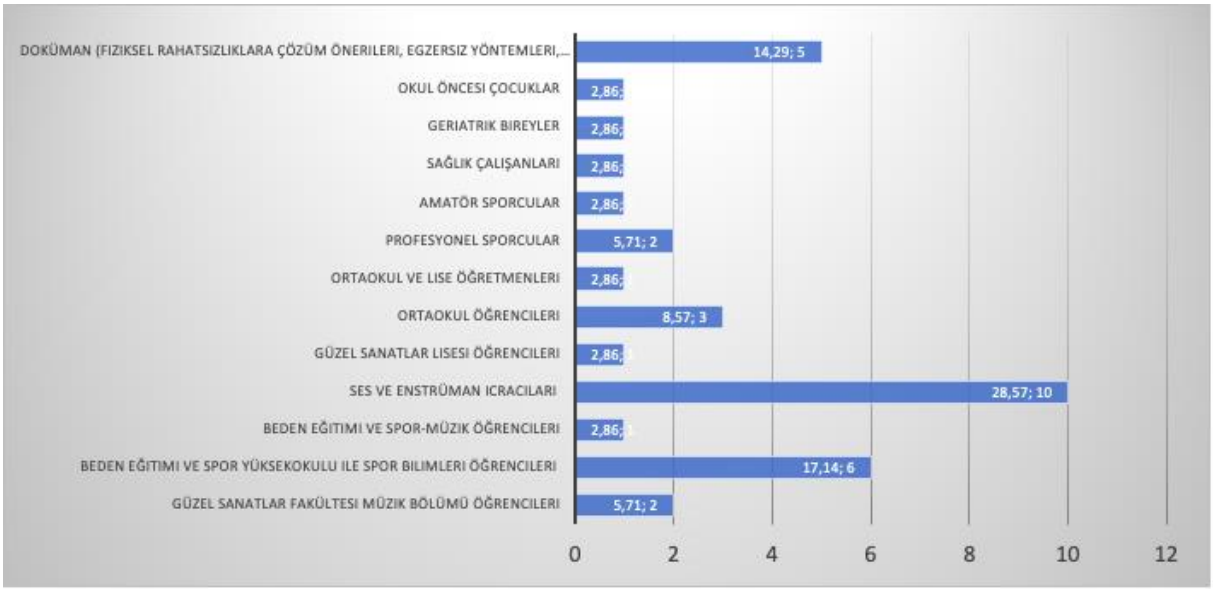
Tezlerin bilim alanlarına göre dağılımında 14 tezle en çok çalışmanın Beden Eğitimi ve Spor Bilim alanlarında yapıldığı tespit edilmiştir. İkinci sırayı ise 3 tezle Fizyoterapi ve Rehabilitasyon bilim alanı almıştır. Güzel Sanatlar Müzik ve Müzikoloji Bölümleri'nde ise 2'şer adet tez yazıldığı görülmüştür.

Tablo 5. Tezlerin konularına göre dağılımı



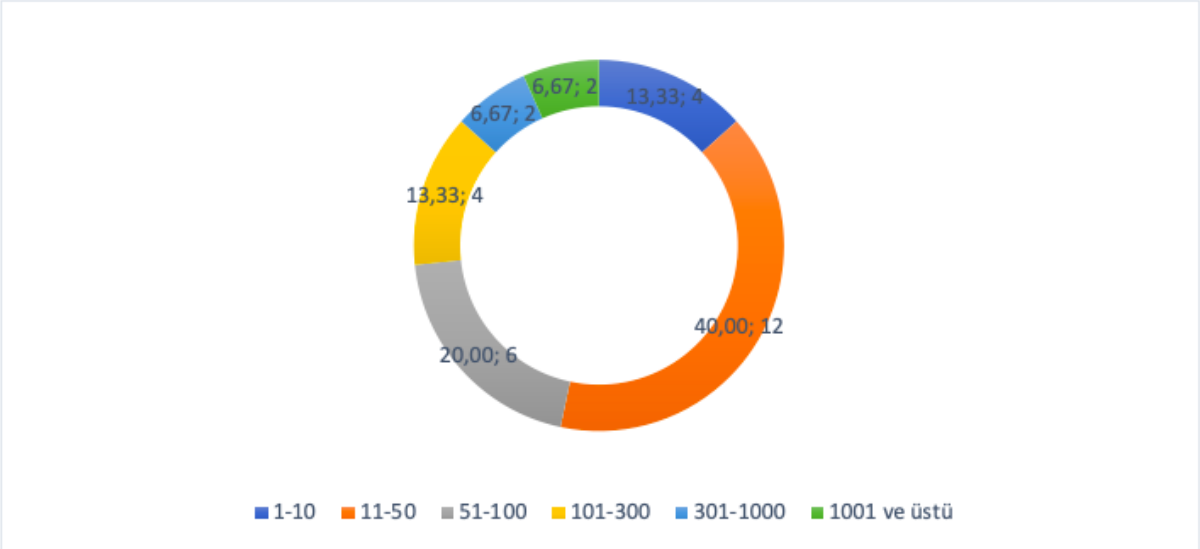
Tablo 5'te, tezlere konular açısından bakıldığında, %40 ile 14 tezin ses ve enstrüman icracılarının fiziksel sorunlarına çözüm üretmeye yönelik tezler olduğu görülmektedir. Müzik eşliğinde yapılan spor çalışmalarında müziğin performansa etkisini araştıran tezlerin sayısı 7(%20) iken, müzikle yapılan spor ve egzersizlerin etkilerinin belli değişkenler açısından incelendiği tezlerin yüzdesi ise %19'dur ve 6 adettir.

Tablo 6. Tezlerin çalışma gruplarına göre dağılımı



Tezlerin çalışma gruplarını %28.57 ile en fazla ses ve enstrüman icracılarının oluşturduğu görülmektedir. Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu ile Spor Bilimleri öğrencileri tezlerin %17.14'ünün çalışma grubunu oluşturmuştur. Yapılan tezlerin %14.29'ü ise doküman incelemesi özelliği taşımaktadır.

Tablo 7. Tezlerin örneklem/çalışma grubu sayılarına göre dağılımı



4 adet tez doküman olduğu için, 7. tablodaki bulguda, 30 adet tez yer almaktadır. 12 tezde (%40,00) örneklem/çalışma grup sayısının 11-50 arası olduğu görülmüştür. 6 tezin örneklem/çalışma grup sayısının 51-100 aralığında olduğu belirlenmiştir. 1-10 ve 101-300 aralığında örneklem/çalışma grubu olan tez sayısı ise 4'tür.

SONUÇ

Yapılan araştırmada elde edilen bulgular ışığında şu sonuçlara ulaşılmıştır:

Çalışmada 1. alt problem olan "Müzik" ve "Spor" ilişkili tezlerin yıllara göre dağılımına bakıldığında, konuya ilişkin ilk tezin 2004 yılında yapıldığı, 2007 ve 2010 yılları arasında ise müzik ve spor ortak alanına yönelik bir tez yazılmadığı, iki ortak alanda en çok çalışmanın ise, 2019 yılında yapıldığı sonucuna varılmıştır.

Araştırmanın 2. alt problemi olan tezlerin üniversitelere göre dağılımına bakıldığında, konuya ilişkin, 23 üniversitede tez üretildiği görülmüştür. İki ortak alanı konu alan 7 tez ile Kocaeli Üniversitesi'nin en çok tez üreten üniversite olduğu, bu üniversiteden sonra 3 tez ile Karadeniz Teknik Üniversitesi'nin yer aldığı sonucuna varılmıştır.

3.alt probleme göre tezlerin enstitülere göre dağılımı, müzik ve spor ilişkili en çok tezin Sağlık Bilimleri enstitülerinde yazıldığını göstermektedir. 16 tezle Sağlık Bilimleri'nin ardından, 8 tezle Eğitimi Bilimleri enstitülerinin geldiği de sonuçlar arasındadır.

Tezlerin bilim alanlarına göre dağılımının incelendiği 4.alt problem sonuçlarına göre, ortak alanda en çok tez (14 adet), Beden Eğitimi ve Spor bilim alanında yapılmıştır. Müzikle ilgili bilim alanlarında ise daha az sayıda tez yazıldığı görülmüştür. Bu sonuç, Beden Eğitimi ve Spor öğrencilerinin, müzik öğrencilerinin spor içerikli tez üretimine oranla, müzik ve müzisyenlere yönelik daha fazla tez ürettikleri sonucunu ortaya koymaktadır.

Araştırmanın 5. alt problemine göre tezlerde en çok işlenen konuların ses ve enstrüman icracılarının fiziksel sorunlarına çözüm önerilerine yönelik olduğu ortaya çıkmıştır. Ayrıca, müzikle yapılan spor ve egzersizlerin etkilerinin belli değişkenler açısından incelenmesi ve müzik eşliğinde yapılan spor çalışmalarında müziğin performansa etkisi konularının da en çok çalışılan ikinci ve üçüncü konu olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

6.alt probleme göre elde edilen bulgulara bakıldığında, tezlerde en çok ses ve enstrüman icracıları ile çalışıldığı, bu çalışmaları, fiziksel rahatsızlıklara çözüm önerileri, egzersiz yöntemleri gibi konuların işlendiği doküman taramaya dayalı tezlerin izlediği, üçüncü olarak da Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu ile Spor Bilimleri öğrencileri ile yapılan çalışmaların yer aldığı sonucu gözlenmiştir.

Araştırmanın 7.alt problemi doğrultusunda, 12 tezde örneklem/çalışma grubu sayısı 11-50 iken, 6 tezde bu sayı 51-100 arasıdır. 101-300 ve 1-10 arası örneklem/çalışma gruplarıyla 4 tez yapılmıştır. Çalışmada ayrıca, 2 tezde 301-1000 ve 1001 ve üstü sayıda, oldukça geniş örneklem/çalışma gruplarıyla araştırma yapıldığı sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırmanın sonuçları doğrultusunda şu önerilere yer verilmiştir:

Spor ve müzik konusu ile ilgili yeni araştırma konuları bulunarak, konuyla bağlantılı bilimsel araştırmalarda artış sağlanması önerilmektedir.

Ses ve enstrüman icracılarının yaşadığı fiziksel sorunlar göz önüne alındığında, müzik bilim alanı ve konservatuvar öğrencilerinin, spor ve fiziksel rahatsızlıklar üzerine daha fazla bilimsel çalışma yapmaları önerilmektedir.

Müziğin spor üzerindeki etkisi ve sporun müzik üzerindeki etkisinin eğitimciler tarafından dikkate alınarak, öğrencilerini bu ortak alanlarda çalışmalara yönlendirmeleri önerilmektedir.

KAYNAKÇA

Bieligmeyer, S., Helmert, E., Hautzinger. M., & Vagedes, J. (2018). Feeling the sound – short- term effect of a vibroacoustic music intervention on well-being and subjectively assessed warmth distribution in cancer patients—A randomized controlled trial. *Complementary Therapies in Medicine*, 40, 171-178.

Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö., E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2020). *Eğitimde Bilimsel Araştırma Yöntemleri.* Ankara: Pegem Akademi.

Costigan, S. A., Lubans, D. R., Lonsdale, C., Sanders, T. & Cruz, B. P. (2019). Associations between physical activity intensity and well-being in adolescents. *Preventive Medicine*, 125, 55-61. DOI: 10.1016/j.ypmed.2019.05.009

Greaves, C. J., & Farbus, L. (2006). Effects of creative and social activity on the health and well-being of socially isolated older people: outcomes from a multi-method observational study. *Journal of the Royal Society for the Promotion of Health*, 126 (3), 134–142.

Hays, T. (2005). Well-being in later life through music. *Australasian Journal on Ageing*, 24, 28– 32.

Lee, J., Krause, A. E., & Davidson, J. W. (2017). The PERMA well-being model and music facilitation practice: Preliminary documentation for well-being through music provision in Australian schools. *Research Studies in Music Education*, 39 (1), 73–89.

Ploukou, S., & Panagopoulou, E. (2018). Playing music improves well-being of oncology nurses. *Applied Nursing Research*, 39. 77-80.

Rickard N, S., & Mcferran, K. (2011). *Lifelong engagement with music: benefits for mental health and well-being*, New York: Nova Science Publishers Inc.

Uçan, A. (2018), Dünyada Müzik Araştırmalarına Genel Bir Bakış ve KKÜ I. Uluslararası Müzik Araştırmaları Öğrenci Kurultayı, *Online Journal of Music Sciences*, 3 (2), 7 – 45, doi: https://doi.org/10.31811/ojomus.491235

YÖK Ulusal Tez Merkezi https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tarama.jsp (E.T. 28.06.2021)

ERKEN CUMHURİYET DÖNEMİ TÜRK TARİH ÇALIŞMALARINDA TÜRK SPORU

Mustafa MUTLU

Bartın Üniversitesi, Rektörlük, Ortak Dersler Bölümü Bartın / Türkiye

Öz: Türkiye Cumhuriyeti'nin kültür politikaları içinde tarih çalışmaları önemli bir yer tutar. Osmanlı Devleti'nin yıkılışından sonra ortaya çıkan yeni Türk devleti ulusal bir karakterde vücut buldu ve ulusal nitelikteki politikaları tarih alanında da etkisini gösterdi. Türk ulusunun inşasında tarih gibi kültürel bir değerin farkında olan Mustafa Kemal Atatürk, özellikle 1930 yılından itibaren bu alan üzerine yoğunlaşarak Türk Tarih Kurumu gibi bu önemli kurumun ortaya çıkmasında öncü rol oynadı. Erken Cumhuriyet döneminde yapılan tarih çalışmalarının temelinde kısaca ulusal bir tarih anlayışı oluşturmak, atalarımızın kurduğu büyük medeniyetleri araştırarak ortaya çıkan bulguları objektif bir şekilde Türk ve dünya kamuoyuna sunmak gibi sebepler yatmaktaydı. Erken Cumhuriyet döneminde Türk tarih çalışmalarını şekillendirmek ve Türk uygarlığını her yönden ortaya çıkarmak adına uzman bir grup, Mustafa Kemal Atatürk'ün isteğiyle bir nevi taslak görevi gören "Türk Tarihi'nin Ana Hatları" adıyla bir eser ve bu eserin devamı niteliğinde olan müsveddeler kaleme aldı. İlk çağlardan günümüze kurulmuş medeniyetleri ve Türk medeniyetinin bunlar arasındaki yerini ortaya çıkarmaya çalışan bu çalışmalarda Türk sporu da yer aldı. Bu doğrultuda alanında uzman kişiler Türklerin medeniyete hizmetini açığa çıkarmak için ilk çağlardan günümüze yaptıkları beden hareketleri ve sporları tespit etmeye çalıştı. Böylelikle ortaya konan çalışmalarla kültür ve uygarlık tarihinde Türklerin spor alanına etkisi gün yüzüne çıkarmaya çalışıldı.

Anahtar Kelimeler: Türk Tarihinin Ana Hatları, Selim Sırrı, Kâmil Kepecioğlu, Türk Sporu

GİRİŞ ve KURAMSAL ÇERÇEVE

Tarihin bir bilim olarak ele alınıp yöntemlerinin belirlenmesi Avrupa'da 19. yüzyıl başlarında gerçekleşti. Bu gelişme Osmanlı tarih çalışmalarına ise 1850'li yıllarda yansımaya başladı. İkinci Meşrutiyet döneminde kurulan Tarih-i Osmanî Encümeni tarih incelemelerini bilimsel temellere dayandırmayı amaçladı. Osmanlı Devleti'nin yıkılışından ve Türkiye Cumhuriyeti'nin kuruluşundan sonra adı Türk Tarihi Tetkik Encümeni'ne çevrildi. Encümen'in yaptığı araştırmalar, kaleme aldığı kitaplar ve çıkardığı dergi sayesinde bilimsel tarihçilikte önemli malzememeler ortaya kondu (Turan, 2010: 92).

1924 yılında Edebiyat Fakültesi bünyesinde ve Fuat Köprülü'nün başkanlığında kurulan Türkiyat Enstitüsü, kurumsal ve kolektif çalışmalar için yeni ve modern bir çatı olmuştur. Enstitü'nün çıkardığı bilimsel dergi ve kitaplar, ülkemizde tarih yazıcılığının akademik bir disiplin kimliğine kavuşmasında önemli bir rol oynamıştır. Millî tarih anlayışının en etkili temsilcisi olan Türk Ocakları da kültürel, sanatsal ve bilimsel faaliyetine devam ederek Türk tarihçiliğinin ufkunu Türk tarihinin Osmanlı tarihi dışında kalan zaman ve mekânlarına doğru açmış, bütüncü bir tarih anlayışını kökleştirmiştir (Çalen, 2020: 2).

Türk Ocakları'nın altıncı kurultayının 28 Nisan 1930 tarihli son oturumunda Türklerin tarih ve uygarlıklarını araştırmak amacıyla bir heyet kurulmasına karar verildi. Türk Tarih Kurulu adını alan bu heyet kısa süre içerisinde Türk Tarihinin Ana Hatları adında bir eser ortaya çıkardı. Bu eser ancak yüz adet basıldı ve Atatürk'ün isteği ile sadece sayılı kimselere verilerek eser hakkında görüşler öğrenilmek istendi (Eyice, 1968: 510).

Eserin yazılma maksadı dünyada Türklerin mevkiini tekrar kazandırmak ve bu şuurla yaşayan Türk milleti için zararlı olan hataları düzeltmekti. Bununla birlikte Türk milletinin yaratıcı kabiliyetinin derinliklerine giden yolu açmak, Türk zekâ ve karakterinin sırrını ortaya çıkarmak, Türk'e has özellikleri ve onun kuvvetini kendine göstermek ve milli gelişiminin derin ırki köklere bağlı olduğunu anlatmaktı (Türk Tarihinin Ana Hatları, 1930: 1).

622 sayfalık bu eser dünya tarihi içinde Türk tarihinin yeri konusu üzerinde yapılmış bir deneme idi. Eser bir takım hatalı görüşlere, eksik ve noksan taraflara sahip olsa da bu alanda yapılmış ilk toplu denemeydi (Eyice, 1968: 513).

Atatürk'ün 1930'da başlayan Türk Tarihi üzerindeki incelemelerinde bazı hedefleri vardı. Bunlar, Türk tarihi ve medeniyetinin dünya tarihindeki yeri hakkında bir eser ortaya koymak; yapılan bütün çalışma ve araştırmalar bir taslak olarak görüldüğü için bunların zamanla tamamlamak; etrafını saran ve yeni cereyana uyarak her biri *tarihçi* kesilen zevatı bir şeyler hazırlamaya mecbur etmekle onları okumaya ve araştırma yapmaya zorlamaktı (Eyice, 1968: 515).

AMAÇ

Bu çalışmada erken Cumhuriyet döneminde yapılan tarih araştırmaları içerisinde Türk sporu adına ne gibi çalışmalar yapıldığını ve bu çalışmalar çerçevesinde hangi eserlerin yazıldığını ortaya koymak amaçlanmıştır.

KAPSAM

Bu çalışma Erken Cumhuriyet dönemi Türk tarih çalışmalarında Türk sporunu esas almış olup, Atatürk döneminde 1930-1938 arası yıllar ile sınırlandırılmıştır.

YÖNTEM

Öncelikle konuyla ilgili literatür taraması yapılarak birinci elden kaynaklara ulaşılmaya çalışılmıştır. Tarihsel araştırma yöntemi çerçevesinde genel bağlamda dönemin yazılı kaynaklarından faydalanılmıştır. Bu doğrultuda tarih çalışmalarında spor alanında ortaya konan "Türklerde Beden İdmanları" ve "Türklerde Spor" adlı eserler çalışmamızın temelini oluşturmaktadır.

BULGULAR

Atatürk 1930 yılında basılan Ana Hatları eserinden pek memnun değildi. Eserin düzeltme ve eksikliklerin tamamlanması için bazı ilgili kişilere dağıtıldı ve onlardan gelecek cevaplar beklense de istenildiği gibi dönüş olmadı. Bunun üzerine yeni bir teşebbüse girişildi, çeşitli alanların uzmanları ile iletişime geçildi ve ayrı ayrı bölümlerin yeniden hazırlanması her birinden istendi (Eyice, 1968: 517).

Ana Hatları eserinin çeşitli bölümleri yazarlar tarafından yeniden ve ayrı bahisler olarak ele alındı. Ardından hazırlanan metinler 1932 yılında basılarak, Çankaya'da Atatürk huzurunda okunmaya ve üzerlerinde tartışılmaya başlandı. Bu ilk seri değişik kalınlıklarda 66 müsvedden oluşmaktadır. Bunların arasında 5-6 sayfalık yüzeysel çalışmalar ile nispeten daha derli toplu, kapsamlı ve 90 sayfaları bulan çalışmalar da vardı (Eyice, 1968: 519).

Eserin sekizinci bölümü *Türklerin Medeniyeti Hizmetleri* başlığını taşıyordu. Önceki Ana Hatları eserinde bulunmayan bu bölüm, bu defa ayrıntılı şekilde görüşülmüş ve zengin bir plana göre düzenlenmişti (Eyice, 1968: 518).

Bu bölümde, *Fikir Hayatı* başlığının, *Türklerin İçtimai Müesseselerin Terakkisine Hizmetleri: Dil, din, hukuk, aile, örf, adet, terbiye v. s.* adlı alt başlığında yer alan konulardan biri de spora ayrılmıştı. Bu konuda kitabın 18 numaralı müsveddesi *Türklerde Beden İdmanları* adıyla dönemin Maarif Vekaleti Beden Terbiyesi Genel Müfettişi Selim Sırrı Bey tarafından kaleme alındı.

Altı sayfalık bu müsveddede Selim Sırrı, tarih öncesi zamanlardan başlayarak Osmanlı Devleti'nin son dönemine uzanan süreçte kısaca Türklerin yaptığı sporlara değindi. Selim Sırrı Bey yazısının bazı kısımlarında bir takım kaynak eserlerden alıntı verirken, bazı kısımlarında ise kendi anılarından faydalandı.

Çalışmada Selim Sırrı Bey, Türklerin öteden beri binicilik, ok ve cirit atma, silah kullanma ve güreşteki yetkinliğine değindi. Asırlardır Avrupalılara *Türk gibi kuvvetli* sözünü bir atasözü olarak kabul ettirdiğinden ve hatta yakın tarihte 1900 yılı Paris sergisinde tertip edilen Dünya Güreş Müsabakalarında Kara Ahmet'in dünyanın farklı yerlerinden gelen pehlivanların sırtını yere getirerek Türklüğün namını yükselttiğini ve Türk gibi kuvvetli sözünün pek yerinde olduğu ispatladığını ifade eder (Selim Sırrı, 1932: 3).

Eski Türklerin ne yolda idman ettiklerine dair heykeller, kabartma resimler, lahitler ve birçok antik eserde eski Türklerin mücadele sporlarına ilgili olduğundan bahseden Selim Sırrı Bey, bunlara kaynak olarak Rudolf Gash, Monsieur G. Glotz gibi şahısların eserlerine atıfta bulunur.

Daha sonra Osmanlı Devleti döneminden başlamak üzere Türklerin atlı cirit, atlı mızrak, atlı çevgen, okçuluk, pehlivanlık gibi vücut idmanlarına değinir. Avrupa'da sporun yayılımı azami bir asır olduğunu söylerken diğer yandan Türklerin İstanbul'un fethi ile ilk iş olarak Ok Meydanında okçular tekkesini kurmak olduğuna ve o dönemden itibaren okçuluğun geliştiğini ifade eder (Selim Sırrı, 1932: 5).

Güreşe dair ise son dönem Türk pehlivanlarının -Koca Yusuf, Adalı Halil, Kara Ahmet- adını anmakla yetinir. Cirit oyunundan ise bir cümleyle bahseder ve bayramlarda, düğünlerde atlı cirit oyununun icra edildiğini söyler.

Selim Sırrı Bey'in bu konuyu oldukça yüzeysel şekilde kaleme aldığını ve üzerine pek bir araştırma yapmadığı gözükmektedir. Öyle ki yazılan diğer müsveddelerin önemli bir kısmı da buna benzer şekilde hazırlanmıştı. Ancak hazırlanan birinci seri müsveddeler yeterli görülmediği için Türk tarihi hakkında yapılan çalışmalara devam edildi. 1933 yılında Ana Hatları eserinin müsveddesi olarak ikinci serinin bastırılması işine girişilerek bu seri de 1934 yılında basıldı. İkinci seride 43 sayıda 47 küçük araştırma yer almaktadır. Bu müsveddelerin çoğu ciddi bir inceleme neticesinde yazıldığı söylenebilir. Aralarında iyi bir sentez veya özet durumunda olanlar da vardır. Çoğunda kapsamlı kaynak ve referanslar gösterilmiştir (Eyice, 1968: 519).

İkinci seri müsveddelerin son sayısı 43 numara ile Başvekalet Tarihi Evrak Tasnif Heyeti azasından olan Kâmil Kepecioğlu tarafından *Türklerde Spor* başlığı altında kaleme alındı. Selim Sırrı Bey'in ilk seri-deki yüzeysel çalışmasına kıyasla 38 sayfalık bu çalışma daha derli toplu ve ciddi bir araştırma olduğu görülmektedir.

Kâmil Bey, Orta Asya'dan farklı coğrafyalara yayılan ve oralarda doğal olarak çetin mücadelelere girişen Türk milletinin her şeyden evvel ilk vasfının sporcu olduğunu ifade eder. O dönemde Avrupa'da birçok millette görülen ve asrın buluşu gibi kabul gören birçok spor türünün, Türklerde eskiden beri var olduğunu ifade ederek bunlar üzerine yaptığı araştırmalara değinir (Kamil, 1934: 3).

Türkler için askerlik en önemli varlık ve bir yaşayış ihtiyacı olduğu için beden terbiyesine en çok önem veren milletlerin başında Türklerin geldiğini söyleyen Kâmil Bey, eski Türklerde çocuk terbiyesinin milletin yaşama ihtiyacı üzerine kurulduğunu ve çocukların pek küçük yaşlardan itibaren biniciliğe, avcılığa ve savaşçılığa alıştırıldığını dile getirir. Böylelikle Türk ve spor kelimelerinin birbirinden ayrılmaz bir bütün olduğunu ve tarihin ilk zamanlarından günümüze dek önemini kaybetmediğini ifade eder (Kamil, 1934: 4-5, 8).

Çalışmada yer alan oyunlar şunlardır: Binicilik, At Yarışları, Çöğen-Polo Oyunu, Cirit Oyunu, Ok, Pehlivanlık, Boks-Yumruk Oyunu, Avcılık, Yağlı direk, Taş Atmak, Kalkan Oyunları, Aşık-Koza Oyunu, Ayak Topu-Futbol, Kış Sporları, Yüzmek, Bağırmak ve Ses Yetiştirmek, Koşmak ve diğerleri.

Bu sporlar hakkında bilgi verirken Kâmil Bey, genellikle Türk tarihinden örnekler verdikten sonra bunları diğer devletler ile kıyaslayarak kökeninin Türklere ait olduğu ispatlamaya çalışmış ve bu spor türleri hakkında özetle şunları söylemiştir:

Binicilik: Atı, en evvel ehlileştiren ve ata binmesini icat eden Türkler olduğu söylenir. Babil memleketine milattan elli asır evvel Hitit Türklerinin getirdiği ve Çinlilerin de atı Babil Devleti'nden aldığı iddia edilir. Eski Türkler için üzengisiz kırk türlü ata binmek, hayvan süratle koşarken binip inmek önemsiz işlerden olarak görülür. Atlara isim koymak da Türk adetidir. Eski Türk ulularından Gültekin'in atına Azman adını verdiğini Orhon kitabelerinde geçer (Kamil, 1934: 8-12).

At yarışları: İngiltere'de ilk defa 1603 yılında, Fransa'da 1776 yılında yapılırken Türklerde ise 1326'da Bursa'da başlandığı ifade edilir (Kamil, 1934: 16).

Ok: Türkler öteden beri ok kullanmaktadır. Oğuz Han'ın ok ve yay kullandığı ve oğullarına Bozok ve Üçok gibi isimler verdiği tarihi vesikalarda yazmaktadır. Atıldığı zaman ses çıkaran oku Mete Han icat ettiği söylenir (Kamil, 1934: 19-20).

Çöğen oyunu: Divan-ı Lügâti't-Türk'te çöğen oyunu ile ilgili birçok bilgi verildiği ve Türklerin bu oyuna tubuk ve tuy adını verdiği ifade edilir. Bundan başka zaman zaman yazılmış birtakım kitaplarda bu oyun hakkında bilgiler aktarılır. Bu oyun İngiltere'de ise Polo adıyla 1871'de Hindistan yoluyla girdiği ifade edilir (Kamil, 1934: 17-19).

Pehlivanlık: Milat'tan önce 13. asırda hükmeden ve Mete han gibi bir kumandan yetiştiren Hun Türklerinde pehlivanlığın mevcut olduğu ifade edilir. Osmanlı Türklerinde ise bir saygı mevkii olduğu için Türkler arasında gözde bir spor olmuştur. Okçulukta olduğu gibi bu sporda da güreşçiler/pehlivanlar

tekkesi gibi oluşumlar mevcuttur. Birçok güreşçi yetiştiren bu oluşumların yanında bu spor padişahlar ve paşalar nezdinde de ön planda tutulduğu görülür (Kamil, 1934: 26-28).

Boks- Yumruk Oyunu: Bu oyunun 1500'lü yıllara kadar dayandığı ifade edilir. 1585'te vefat eden Sudi Bosnevi'nin Gülistan Şerhi adlı eserinde Muştzenlik (Muşt= Yumruk, Zen= Vuran) bir fendir ki sağ elin parmakları kapatılıp, sol elinde bir nesneyi siper ettiği ve bu şekilde sağ elin her bir parmağı hıyara döner" şeklinde ifade edilir (Kamil, 1934: 27-28).

Avcılık: Avcılıkla alakalı verilen örneklerde 1605 yılında Birinci Ahmet'in Rumeli bahçesinde ava çıkması, Dördüncü Mehmet'in aşırı düşkünlüğünden dolayı avcı namını alması, Fatih Sultan Mehmet'in bir avcıbaşısı olduğu ve İstanbul Eğrikapı'da Avcı Mehmet Bey adında bir cami bulunması, 1593'te Belgrat'tan yazılan bir fermanda Bursa'da ne kadar avcı varsa Belgrat'a giderek hizmette bulunmaları, 1599'da isyan eden Habeş Beylerbeyi Hasan Paşa'nın yakalanması için Bursa'dan 200 nefer tüfekli avcı gönderilmesi ve buna benzer vakalar yer almaktadır (Kamil, 1934: 29-30).

Yağlı direk: 18. Asırda yirmi beş metre uzunluğunda bir direk dikilip tepesine konan bir kupa içerisine para doldururlar ve kim çıkabilirse para onun olurdu (Kamil, 1934: 30-31).

Taş atmak: Şimdiki disk gibi eskiden Türklerde taş atmak sporu vardı.

Kalkan Oyunları: Şimdiki meç ve eskrim oyunlarının başka bir şeklidir. Ellerine birer keskin kılıç ve diğer ellerine de birer kalkan alan iki kişinin birbirlerine hücumundan ve diğerinin kalkanıyla saldırıyı engellemesinden ibarettir.

Aşık= Koza Oyunu: Mandanın ayağından çıkan bir kemik yere konur. Elinde değnek olan birisi kozanın içerisine değneğin bir ucunu sokar ve değnek üzerine abanır. Oyuncular da ellerindeki değneklerle sopaya vururlar. Kozayı kaçırmaya çalışırlar. Ebe, sopanın ucunu kozanın içerisine geçirinceye kadar oyun devam eder (Kamil, 1934: 31).

Ayak Topu-Futbol: Bu oyunun Türkler tarafından ne vakit oynandığı tespit edilememiş ise de Divan-ı Lügati't-Türk'te tebük ya da tepik gibi ayakla oynanan bir top şeklinde tarif edilmesine nazaran bu eserin yazıldığı 1070'li yıllarda Türklerce bilinen bir oyun olduğu ortaya çıkar. Divan-ı Lügati't-Türk'e göre bu oyun bir kurşun parçasının üzerine keçi kılı sarılmış büyükçe bir topa ayakla vurularak oynanır (Kamil, 1934: 31-32).

Kış Sporları: Eski Türkler ayaklarına uzun tahtalar bağlayarak kayarlardı ki bu aletin adına türke (ivik) derler. Günümüzde ski denilen tahtaların ismi öteden beri Türklerce ivik idi. Bursa'da eskiden İvikçiler Çarşısı da vardı.

Yüzmek: 1263'te Saltuk Dede maiyetiyle Rumeli'ne denizden geçerek Dobruca'ya yerleştiği, 1307'de Melik İshak kumandasında Aydın Türkmenlerinden dört yüz kişinin kayıklarla Rumeli'ye geçtiği ve 1321'de Selçuk Türklerinin ve 1331'de Karesi beyine mensup yetmiş geminin Rumeli'ye asker geçirdiği tarihi belgeler yazmaktadır (Kamil, 1934: 32-33).

Bağırmak ve Ses Yetiştirmek: Türkler seslerini uzun mesafelerden işittirme talimleri yaparlardı. Yıldırım'ın Niğbolu kalesine sokulup "bire Doğan" diye bağırması aynı surette cevap alarak kaleye dair malumat edinmesi, Düzmece Mustafa meselesinde Anadolu'da hapis iken getirilip Ulubat nehri kenarından

karşısında bulunanlara bağırmak suretiyle Mihal oğlu Mehmet Bey'in maksadı anlatması bunlara örnektir (Kamil, 1934: 34).

Koşmak: Türkler yaya yürümek hususunda esaslı bir surette idman ederlerdi. İstanbul mahallelerinde eskiden mevcut tulumbacıların yangınlarda Edirnekapı'sından Beşiktaş'a kadar hiç dinlenmeden koştukları ve oraya gider gitmez yangın söndürmek için uğraştıklarını, yangın kulelerindeki bekçilerin o zamanlar telefon olmadığı için Beyazıt'tan Yıldız'a kadar koşarak gittiği ve kira atçılarının köprüden Yedikule'ye ve Bakırköy'e kadar atla beraber koştuğu anlatılır (Kamil, 1934: 35).

Bu sporlar dışında yeri dinlemek suretiyle gelenlerin istikametini, atlı mı yaya mı olduğu ve hatta tahminen sayısını tayin etmek, uzak mesafeleri gözlemek suretiyle göz idmanları, uzunca meşinden dikili, içi kar keçesiyle katıca dolmuş ve dolu tarafının ucu yassı, el ile tutulacak tarafı kamçı gibi saplı bir alet olan Tomak'ı sırtına vurdurmamak, çeviklik göstermek gibi oyunlar da eserde Türk tarihinde geçen beden idmanları arasında yer alır (Kamil, 1934: 35-36).

Neticede Kâmil Bey, Türklerin her tür sporla eski zamanlardan beri vücutlarını kuvvetlendirdiğine ve kendilerini cihana güçlü, kuvvetli, ata binmeye muktedir, eli silah tutar, gür sesini her tarafa duyurmasını ve hakkını her vasıta ile müdafaa etmesini bilir, vücudu gibi zihni ve sinirleri sağlam olarak kendilerini tanıttığına değinir (Kamil, 1934: 37).

Selim Sırrı Bey ile Kâmil Bey'in müsveddeleri karşılaştırıldığında, Selim Sırrı Bey'in çalışması sporun kökenlerine inmeden yüzeysel, günü birlik ve aceleyle yazılmış hissi verirken, Kâmil Bey'in müsveddesi kaynakçasından görüleceği üzere bilimsel bir temele dayanıp genel hatlarıyla Türklerin yaptığı tüm sporlara yer verildiği görülür.

Bu ikinci seri basımından sonra Ana Hatları eserinin çalışmalarına devam edildi ve 1936 yılında üçüncü seri bastırıldı. Bu üçüncü seri 15 müsveddeden oluşmakla birlikte bu seride spora yer verilmedi (Eyice, 1968: 519).

Türk tarih çalışmalarının yoğunlaştığı 1930'lu yıllarda 12 Nisan 1931 tarihinde kurulmuş olan Türk Tarih Kurumu, 2-11 Temmuz 1932 ve 20-25 Eylül 1937 tarihlerinde iki tane kongre gerçekleştirdi. Yapılan ikinci kongrede 90'ın üzerinde bildiri sunuldu ve bu kongrede Kâmil Kepecioğlu *Türklerde Spor* adlı bildirisiyle yer aldı (İkinci Türk Tarih Kongresi, 2010: 939-948). Kongre tutanakları incelendiğinde Kâmil Bey'in sunduğu bildiri daha önce Ana Hatları çalışmalarında kaleme aldığı ve 1934 yılında basılan müsveddenin bir kısaltılmış hali olduğu görülür. Bu durum aradan geçen üç yıla rağmen tarih araştırmalarında Türk sporu adına ortaya yeni şeyler konmaması bakımından bir eksiklik olarak yorumlanabilir.

SONUÇ

Türk Tarihinin Ana Hatları eseri Mustafa Kemal Atatürk nezdinde tarih çalışmalarını bilimsel temellere dayandırmak, ilk çağlardan günümüze Türk medeniyetinin gelişim evrelerini açığa çıkarmak ve Türk halkında bir tarih bilinci oluşturmak gibi yüksek hedeflerle ortaya çıktı. Atatürk'ün büyük önem verdiği ve hassasiyetle takip ettiği bu konuda özellikle destekleri beklenen kişilerin önemli bir kısmının bu yüksek hedefleri anlayamaması, yeterli birikime sahip olmamaları ve işlerini ciddiye almamalarından ötürü ortaya yetersiz ve noksan çalışmalar çıktı.

Türk sporuna dair yapılan çalışmalar incelendiğinde ise müsveddelerde yer alan bilgilerin çok yüzeysel olduğu ve dönemler arası kopuklukların olduğu göze çarpar. Öyle ki birinci seride Selim Sırrı Bey'in yazdığı müsveddede bu hususu görmek mümkündür. Altı sayfalık *Türklerde Beden İdmanları* başlıklı çalışmasında Selim Sırrı Bey, ayrıntılı bir araştırma yapmayıp geçmiş birikiminden ve anılarından faydalanarak Türklerin yaptığı birkaç spora dair bilgileri gelişi güzel aktarmıştır.

İkinci seri müsveddelerde Kâmil Kepecioğlu'nun kaleme aldığı *Türklerde Spor* başlıklı çalışmada ise Türk sporuna dair bilgiler daha derli toplu gözükmektedir. Türklerin çeşitli dönemlerde yaptığı her bir spor, kronolojiye dikkat edilerek ve bilimsel değeri olan eserlere atıflar yapılarak aktarılmıştır. Kâmil Bey'in 38 sayfalık müsveddesi kapsamlı bir çalışma gibi gözükmese Türklerin yaptığı sporların genel hatlarıyla anlatılması ve bir çerçeve çizilmesi bakımından önemlidir.

Sonuç olarak Cumhuriyet döneminde 1930'lu yıllarda ciddi bir araştırmayla başlayan tarih çalışmalarında ilk kaleme alınan Ana Hatları eseri ve ardından üç seri olarak hazırlanan müsveddeler yapılan tarih çalışmalarında birer evre oluşturması bakımından önemlidir. Bu müsveddelerde Türk sporuna dair yapılan çalışmaların yetersiz olduğu görülse de ilerleyen dönemde Türk sporuna dair yapılacak çalışmalara bir pencere açması bakımından bu vesikaların önemli bir değeri olduğunu söylemek yanlış olmayacaktır.

KAYNAKÇA

Eyice, S., (1968). Atatürk'ün Büyük Bir Tarih Yazdırma Teşebbüsü: Türk Tarihinin Ana Hatları, *Belleten*, 32(128) ss. 509-526.

İkinci Türk Tarih Kongresi, (2010). İstanbul 20-25 Eylül 1937, Kongrenin Çalışmaları, Kongreye Sunulan Tebliğler, Türk Tarih Kurumu Yayınları, Ankara.

Kâmil, (1934). Türklerde Spor, "Türk Tarihinin Ana Hatları" eserinin müsveddeleri, Seri II, No. 43, Akşam Matbaası, İstanbul.

Selim Sırrı, (1932). Türklerde Beden İdmanları, "Türk Tarihinin Ana Hatları" eserinin müsveddeleri, No. 18.

Turan, Ş., (2010). Türk Devrim Tarihi, Üçüncü Kitap, İkinci Bölüm, Ankara.

Türk Tarihinin Ana Hatları, (1930). Devlet Matbaası, İstanbul.

İNTERNET KAYNAKLARI

Çalen, M. K., (2020). Atatürk Dönemi Tarih Yazıcılığı, *Atatürk Ansiklopedisi*, Atatürk Araştırma Merkezi Başkanlığı. (https://ataturkansiklopedisi.gov.tr/bilgi/ataturk-donemi-tarih yaziciligi/?pdf=3829) (E. T. 14.09.2021)

KUVVET ANTRENMANLARININ POSTMENOPOZAL DÖNEMDEKİ KADINLARDA İRİSİN VE MİYOSTATİN DÜZEYLERİ ÜZERİNE ETKİSİ

Sibel TETİK DÜNDAR

Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Erzincan / Türkiye

Öz: Yaşlanmanın sağlık sorununu derinden etkileyen karmaşık bir süreç olduğu bilinmektedir. Yaşlanma ile birlikte hormon ve bağışıklık sistemlerinin fonksiyonel olarak azalması, vücudun metabolizma ve savunma fonksiyonlarının düzenlenmesinde değişikliklere neden olur. Yaş ilerlemesi ile birlikte insan vücudu birçok yaşlılık fenotipi göstermekte ve yaşanan olumlu olumsuz birçok değişim bu sürece eşlik etmektedir. Yaşlılık döneminin daha sağlıklı koşullarda sürdürülebilmesi için doğru beslenme, egzersiz, yaşam kalitesi, sosyo-ekonomik şartlar gibi birçok etkene dikkat edilmesi gerekmektedir. Yaşlanma sürecinde dinapeni ve sarkopeni olarak adlandırılan iki fenomen dikkate alınmaktadır. Bu iki durum sırasıyla kas gücü ve kas kütlesinde belirgin azalmalarla karakterizedir. Bunların yanı sıra kas kalitesinin azalması, yaşlanmanın hızlanmasına yol açabilmektedir. Bu fenomenlerin etkilerinin yavaşlatılması veya tersine çevrilebilmesi kas fonksiyonelliğinin iyileştirilmesi ile yapılabilmektedir. Menopoz sonrası daha kuvvetli kas yapısına sahip olma veya daha yüksek fonksiyonel uygunluk ve yaşam kalitesi bireylerin beklenti ve davranışları ile ilişkili olmaktadır. Dönüştürülmüş Büyüme Faktörü Beta (TGF-β) ailesinden olan Miyostatin, memelilerde kas büyümesini kontrol eden negatif bir düzenleyicidir. İrisin ise adipoz dokuda salgılanan ve egzersiz hormonu olarak yakın zamanda bildirilen bir miyokindir. Egzersize yanıt olarak kas, kas büyümesini modüle eden İrisin ve Miyostatin gibi miyokinleri üreten ve salgılayan bir endokrin organ görevi görmektedir. Bu araştırmada, postmenopoz dönemdeki kadınlarda yapılan kuvvet antrenmanlarının dolaşımdaki İrisin ve Miyostatin üzerindeki etkileri incelenmiştir. Araştırma, mikro analiz derleme yöntemiyle, literatür taramasına yer verilerek oluşturulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Menopoz, Kuvvet Antrenmanları, İrisin, Miyostatin

GİRİŞ

Nüfusun yaşlanması, hareketsizliğe bağlı yağ kütlesindeki artış ve yağsız kütledeki azalma gibi çeşitli fizyolojik parametrelerde oluşan değişiklikler, dünya çapında çözülmeye çaba gösterilen bir olgudur (Cruz ve ark., 2010:412-423, Prestes ve ark., 2009:1607-1615, Zamboni ve ark., 2008:388-395). Özellikle menopoz sonrası kadınlarda kuvvet ve güç geliştirme kapasitesinde düşüş, genel olarak işlevsel kapasitede de bir düşüşe yol açmaktadır (Hayashida ve ark., 2014:1-6, Janssen ve ark., 2002: 889-896, Visser ve ark., 2005:324-333).

Yaşa ve hareketsizliğe bağlı kas kütlesi kaybının (sarkopeni) sonuçları potansiyel olarak ciddidir. Aynı zamanda kas fonksiyon kaybı, artmış sakatlık ve mortalite (ölüm) riski ile ilişkilendirilmiştir (Appell, 1986:1-5, Vandervoort, 2002:17-25). Bu sendrom çeşitli koşullara bağlı olmasına rağmen altta yatan mekanizmalar ve potansiyel tersinirler (hal değiştirme) hala net olmaktan uzaktır.

Dönüştürücü büyüme faktörü beta (TGF-β) süper ailesinin bir proteini olan, büyüme farklılaştırma faktörü 8 olarak da bilinen Miyostatin, iskelet kasında sentezlenmektedir. Miyostatin kas hücresindeki çoğalmayı kontrol etmektedir ve negatif yönde düzenleyici bir proteindir (McPherron ve ark., 1997:83-90, Amthor ve ark., 2007:1835-40, Lee, 2004:61-86).

Miyostatin, sinyal peptitleri (24 amino asit), pro-peptitler (243 amino asit) ve olgun proteinler (109) olmak üzere 376 amino asitten oluşmaktadır (McPherron ve ark., 1997:83-90). Pro-protein (öncü protein) olarak salgılanan Miyostatinin yıkılması, kemik morfogenetik protein 1 (BMP-1) ailesi proteaz enzimleri tarafından gerçekleşir. Öncü proteinin olgun proteinden ayrılması için ilgili proteaz enzimleri tarafından parçalanır (Lee ve McPherron, 2001:9306-11, Zimmers ve ark., 2002:1486-8, Wolfaman ve ark., 2003:15842-6).

Miyostatin, yüksek oksidatif kapasite ve düşük yorgunluk etkisi ile iskelet kasını güçlendirmektedir. Bu nedenle, kas kütlesi, kas kuvveti, enerji metabolizması ve dayanıklılık kapasitesi arasındaki hassas dengenin de düzenleyicisi konumundadır (Mouisel ve ark., 2014:R444-54).

İrisin, 112 amino asit içeren (Polyzos ve Mantzoros,2015:937-42), farelerde ve insanlarda iskelet kası tarafından salgılanan bir miyokindir (Bostrom ve ark., 2012:463-8). İrisin, FNDC5 (İrisin öncüsü olan fibronektin tip III alan içeren protein 5) geni tarafından kodlanır. Fibronektin tip III alan adı verilen bir transmembran proteinin, hücre dışı alanının, proteolitik (proteaz enzimi içeren mikroorganizma) bölünmesiyle üretilir.

İrisinin, beyaz yağ dokusunda, termojenik (ısıs artırıcı etki ile yağ yakımı) kahverengi adipositlerin (yağ hücresi) artışına etki etmesiyle de bilinmekte ve tanımlanmaktadır (Bostrom ve ark., 2012:463-8). Yani beyaz yağ dokusunun "kahverengileşmesini" sağladığı öne sürülmüştür (Villarroya, 2012:277-8). İrisin, adipoz dokuda esmerleşmeyi indüklediği ve böylece enerji tüketimini artırdığı öne sürülen, egzersizle indüklenen ve yeni keşfedilen bir miyokindir (Bostrom ve ark.,2012;463-468., Irving ve ark.,2014;235-241).

İrisin egzersize cevap olarak kaslardan salgılanan izole bir hormondur. İnsanlarda kilo kaybı ve termoregülasyon (vücut ısısını dengede tutma) gibi egzersizin olumlu etkilerinden bazılarını düzenlerken, fare, rat ve insan irisin hormonu %100 benzerlik göstermektedir (Takei ve ark.,2015;329-30).

İrisinin enerji harcamasını artırması nedeniyle, iyileştirilmiş metabolizma, kardiyovasküler sağlık ve biliş dahil olmak üzere egzersizin iyi bilinen bazı faydalarıyla ilişkili olduğu düşünülmüştür (Hawley ve ark. 2014:738-49). Aynı zamanda enerji homeostazı (dengeleşim) ve metabolizmasında rol oynayan, iskelet kası ve diğer dokular arasındaki karmaşık etkileşimlerde önemli bir rol oynadığı belirtilmiştir (Polyzos ve ark., 2013:1037-44).

ARAŞTIRMA SONUÇLARI

Yapılan direnç antrenmanları sonuçlarında, İnsülin Benzeri Büyüme Faktörü-1 (IGF-1) ekspresyonunun genç bireylerde tek bir direnç antrenmanı sonrasında arttığı bulunmuştur (Bamman ve ark. 2001:383-390. Kim ve ark. 2005:2149-21-58). Hameed ve arkadaşları, yaşlı bireylerde akut egzersiz sonrası genç bireylere oranla daha zayıf bir sonuç bulmuşlardır (Hameed ve ark. 2003:247-254). Uzun süreli direnç antrenmanlarından sonra IGF-1' deki artış hem mRNA (mesajcı ribonükleik asit) seviyesinde (Hameed ve ark. 2004:231-240) hem de protein seviyesinde (Singh ve ark. 1999:135-143) sonuçların daha tutarlı olduğu bildirilmiştir. Bununla birlikte, uzun süreli direnç antrenmanlarının IGF-1 mRNA ekspresyonu ve protein seviyeleri üzerindeki etkisini değerlendiren çalışmaların sayısı, özellikle yaşlı bireylerde nadirdir (Hameed ve ark. 2004:231-240, Singh ve ark. 1999:135-143). Bu durum, yaşlı bireylere en uygun

rehabilitasyon çalışmalarının, farklı egzersiz türlerine verilen hücresel tepkiler hakkında daha fazla bilgi edinmenin çok önemli olduğu gerçeğiyle çelişmektedir.

Son dönemlere yapılan bazı çalışmalarda, akut bir aerobik veya kuvvet antrenmanı sonrası dolaşımdaki İrisin düzeyinde önemli bir artış (geçici) olduğu belirtilmiştir (Huy ve ark.,2012;1725-1738., Kramer ve ark.,2014;150-154., Norheim ve ark., 2014;739-749). Yine bazı araştırma sonuçlarında kadınların antrenman düzeyleri ve süreleri İrisin seviyeleri ve vücut kompozisyonu arasındaki bağlantıların tutarsız olduğu ve daha fazla araştırmaya ihtiyaç olduğu belirtilmiştir (Ellefsen ve ark., 2014;1875-1888., Hecksteden ve ark., 2013;235-243., Rosenberger ve ark., 2014;1736-1743).

Egzersizin kronik etkileriyle ilgili olarak, Norheim ve arkadaşları, 40-65 yaşları arasındaki deneklerde, 12 haftalık (haftada 4 seans) kombine dayanıklılık ve kuvvet antrenmanına yanıt olarak, dolaşımdaki irisinin azaldığını bulmuşlardır (Norheim ve ark., 2014; 739-749). Ancak Hecksteden ve arkadaşları, 26 haftalık hem aerobik antrenmanın (kalp atış hızı rezervinin %60'ında 45 dakikalık yürüyüş/koşu, haftada 3 seans) hem de lokal kas dayanıklılık antrenmanının (en fazla 15-20 tekrardan oluşan 2 set) sonrasında erişkin kadınlarda İrisin konsantrasyonunda herhangi bir değişiklik olmadığını bildirmişlerdir (Hecksteden ve ark., 2013;235-243). Dolaşımdaki irisin, gençlere göre yaşlılarda, sedanterlere göre aktif kişilerde daha düşük düzeyde bulunmuştur (Huy ve ark.,2014;2154-2161).

Pina ve arkadaşları, 60 yaş üzeri 50 kadından oluşan iki grup ile çalışmışlardır. 1. Grup; 12 hafta, haftada 2 kez, 8 egzersiz, 1 set (10-15 tekrar), sonraki 12 hafta, haftada 2 kez, 8 egzersiz, 2 set (10-15 tekrar) kuvvet antrenmanı yapmıştır. 2. Grup; 12 hafta, haftada 3 kez, 8 egzersiz, 1 set (10-15 tekrar), sonraki 12 hafta, haftada 3 kez, 8 egzersiz, 2 set (10-15 tekrar) kuvvet antrenmanı yapmıştır. Antrenmanda chest press, knee extension ve preacher curl hareketleri, 48 saate yayılmış olarak, 3 farklı zamanda, 1 tekrarlı indirekt maksimalleri alınarak, 1 tekrarlı indirekt maksimal belirlenmiştir. Çalışma sırasında da bunun %60'ını kullanılmıştır (ACSM, 2009;687-708., Nascimento ve ark., 2013;1636-1642). Çalışma sonunda tüm gruplarda ve tüm seçili kuvvet çalışma örneklerinde başlangıca göre anlamlı düzeyde artışlar tespit edilmiştir (<0.0001). Bu yaş grubunda yapılacak uzun süreli kuvvet çalışmaları ile sarkopeninin (kas kütlesi kaybı, kas erimesi) oluşumunun daha geç olacağı düşünülmüştür (Pina ve ark.,2019; 623-635).

Carneiro ve arkadaşları, 60 yaş üzeri kadınlarda yaptıkları kuvvet antrenmanı sonrası kuvvet düzeyinin arttığını belirlemişlerdir (Carneiro ve ark.,2015;531-8). Gadelha ve arkadaşları yaptıkları çalışmada, yaşları 67 yaş ve üzeri olan 133 gönüllü kadınla, 24 haftalık (haftada 3 gün) kuvvet antrenmanı (leg press, knee extension, hamstring, curl, hip abduction, bench press ve lat pull down) uygulamışlardır. Çalışma sonunda tüm kuvvet değerlerinde anlamlı artışlar (P<0.05) belirlenmiştir. Bu artışların yaşlı kadınlarda sarkopeni oluşmasını geciktireceği ve yavaşlatacağı düşünülmüştür (Gadelha ve ark. 2016;168-73). Ha ve Son, 12 haftalık anaerobik ve aerobik antrenmanlar sonucunda, IGF-1 hormon düzeyinde bir değişim bulamazlarken, Dehidroepiandrosteron Sülfat (DHEA-S) düzeyinde anlamlı artışlar bulmuşlardır (Ha ve Son, 2018;13-18).

Boström ve arkadaşları, sağlıklı yetişkinlerde yaptıkları 10 haftalık dayanıklılık egzersizleri sonucunda, irisin düzeyinde başlangıca göre iki kat artış olduğunu bildirmişlerdir (Boström ve ark.,2012;463-68). Timmons ve arkadaşları ise 6 haftalık kuvvet antrenman uygulaması sonucunda, irisin düzeyinde herhangi bir değişikliğe rastlanmadığını bildirmişlerdir (Timmons ve ark.,2012;10).

Farrugia ve arkadaşları yaptıkları çalışmada, 60-75 yaş arası 30 kadın üzerinde 16 hafta kuvvet antrenmanı uygulaması yapmışlardır. Çalışma, kontrol grubu, düşük şiddetli kuvvet antrenmanı grubu ve düşük şiddetli beslenme destekli kuvvet antrenmanı grubu olmak üzere 3 grupta yapılmıştır. Çalışma sonunda tüm gruplarda kuvvet artışı belirlenmiştir. Kuvvet antrenman grubunda İrisin (mg/ml) 2.4'den (±0.3) 3.1'e (±0.8), beslenme destekli kuvvet antrenmanı grubunda, önce 2.6 (±1.3), sonra 3.0 (±1.1) olarak belirlenmiştir. Miyostatin (ng/dl) ise kuvvet antrenmanı grubunda önce 1.37 (1.2-2.2) sonra 2.0 (1.4-2.5) olarak bulunurken, beslenme destekli kuvvet antrenmanı grubunda önce 2.3 (2-2.9) sonra 2.1 (1.8-3.3) olarak bulunmuştur (Farrugia ve ark.,2019;1-9). Bu çalışmada elde edilen Miyostatin sonuçları ile genel literatür sonuçlarının çeliştiği görülmektedir. İrisin sonuçları ise menopoz sonrası kadınlarda azalmış serum irisin konsantrasyonunun sarkopeninin bağımsız bir öngörücüsü olduğunu düşündürmüştür.

İrisin ve miyostatin, düzenli egzersize adaptasyon sürecinde kas kütlesi artışında ve kas hipertrofinde etkili olan miyokinlerdir. Fakat irisin pozitif bir regülatör (düzenleyici) rolü oynarken, miyostatin kas büyümesini engellemektedir (Kalinkovichs ve Livshi, 2015;58-71). Bir başka çalışmada, miyostatin inhibitörlerinin ekspresyonunun artırılmasının, farelerdeki kas liflerinin sayısında ve büyüklüğünde artış yarattığı belirtilmiştir (Joulia-Ekaza ve Cabello, 2006;2401-14). Laurentino ve arkadaşları yaptıkları bir çalışmada, 29 aktif erkek öğrencinin diz ekstansörlerinin maksimum dinamik kuvvetine ve quadriceps kesit alanına göre düşük şiddetli, yüksek şiddetli ve orta şiddetli (+kan akımı kısıtlama) egzersiz olarak 3 grupta inceleme yapmışlardır. Çalışma sonucunda, Miyostatin mRNA ekspresyonunun, orta ve yüksek şiddetli egzersiz gruplarında belirgin düşüşler olduğu belirlenmiştir (Laurentino ve ark., 2012;406-12).

Bai ve arkadaşları yaptıkları çalışmada, 4 haftalık hipoksik direnç egzersizlerinin ratların iskelet kaslarında Myostatin ve Follistatin gen ekspresyonu üzerindeki etkisini araştırmak istemişlerdir. Çalışmada 24 tane 8 haftalık erkek rat kullanılmış ve rastgele gruplara (normoksik kontrol, normoksik egzersiz, hipoksik kontrol, hipoksik egzersiz) ayrılmıştır. Çalışma sonucunda, soleus kasındaki Miyostatin mRNA ekspresyonu en yüksek normoksik kontrol grubunda tespit edilmiştir (Bai ve ark., 2018;201-308).

Tablo 1. Klinik Çalışmalar Değerlendirilirken Yapılan Bazı Çalışma Örnekleri (Gonzalez ve Montemayor, 2020)

Metabolik Durum	**Egzersiz Biçimi**	**İnhibitörler ve Uyaranlar**	**Diğer İnflamatuarlar**	**Metabolizma Üzerine Etkileri**
İrisin **Obezite ↑** **(Polyzos ve ark. 2018)** **Tip 2 Diyabet ↓ (Polyzos ve ark. 2018)**	Akut Egzersiz ↑ Aerobik veya Kuvvet Ant. (Fox ve ark. 2018) Kronik Egzersiz ↓ Aerobik veya Kuvvet Ant.	↑ PGC-1 aracılığıyla soğuk kaynaklı titreme (Lee ve ark.2014) ↑ AMP: ATP oranı (AMPK-PGC-1 aracılığıyla)	↑ IL-10 (Dong ve ark.2015), ↑ Adiponektin (Mazur ve ark.2017a) ↑ BDNF hipotalamus tarafından	**İmmune:** Beyaz yağ dokusunun esmerleşmesi, termojenez ve enerji harcaması (Perakakis ve ark. 2017, Boström ve ark.2012)

	(Qiu ve ark.2015)	(Fisher ve ark. 2012) ↑ METRNL (PGC-1 aracılığıyla) (Huh ve ark.2014a) ↓ Proinflamatuar sitokinler (Matsuo ve ark.2015) ↓ Myostatin (Dong ve ark.2015), ↓ Selenoprotein P (ROS-AMPK-PGC-1 yolunun inhibisyonu ile) (Misu ve ark.2017)	(Wrann ve ark.2013) ↓ TNF alfa – IL-6 ve MCP-1 (Mazur ve ark.2017a, Mazur ve ark.2017b) ↓ Miyositler tarafından Myostatin (Huh ve ark.2014a)	**Beyaz Yağ Hücreleri:** lipolizi ve lipid birikimi, anti-inflamatuar, antioksidan (Dong ve ark.2015, Mazur ve ark.2017a, Mazur ve ark.2017b, Ye ve ark.2019, Xiong ve ark.2015, Mazur ve ark.2018, Batirel ve ark.2014) **İskelet Kası:** Glikoz ve FA alımı ve oksidasyonu, glikojenoliz ve glikojenez, mitokondriyal biyogenez ve termojenez (Xin ve ark.2016, Huh ve ark.2014b, Vaughan ve ark.2014) **Karaciğer:** Lipid birikimi (Park ve ark.2015) **Merkezi Sinir Sistemi**: Hücre apoptoz, iştah kontrolü ve enerji harcaması (Ferrante ve ark.2016, Nataliccchio ve ark.2020)
Myostatin **Obezite** ↑ **(Allen ve ark.2011)**	Akut Egzersiz ↓ (Sağlıklı ve Obez) Aerobik veya Kuvvet Ant. **(**Görgens ve ark.2015, Allen ve ark.2011)	↑ Sedantarism, TNF-alfa (Sriram ve ark.2011) ↓ Folistatin (Hansen ve ark.2011)	↑ TNF-alfa (Sriram ve ark.2011) ↓ İrisin (Dong ve ark.2015)	**Yağ Dokusu:** Vücut yağ birikimini kolaylaştırır (McPherron ve Lee,2002,) Guo ve ark.2009)

	Kronik Egzersiz ↓ (Sağlıklı ve Obez) Aerobik veya Kuvvet Ant. **(**Görgens ve ark.2015, Allen ve ark.2011)	↓ İrisin (Huh ve ark.2014a)		**İskelet Kası**: İskelet kası büyümesi **(**Allen ve ark.2011)

SONUÇ

Sonuç olarak, menopoz sonrası dönemdeki kadınlarda yapılan kuvvet antrenmanlarının, Miyostatin düzeyindeki artıştan kaynaklı olarak; kas kütlesinde artış, yağ kütlesinde azalma, enerji metabolizmasının bir destekleyicisi olarak yorgunluğu geciktirme gibi biyoyararlarının olduğu gözlemlenmiştir. Bununla birlikte İrisin düzeyindeki farklı sonuçlar, kuvvet antrenmanları açısından çelişkiler yaratmakta, henüz net sonuçların olmadığını düşündürmektedir. Miyostatin ve İrisinin özellikle enerji metabolizması ve adipoz doku üzerindeki etkileri düşünüldüğünde erişkin kadınlarda düzenli olarak dayanıklılık+kuvvet antrenmanları şeklinde desteklenerek uygulanmasının daha etkili olacağı düşünülmektedir. Özellikle, menopoz-premenopoz-perimenopoz-postmenopoz dönemlerdeki kadınlarda, yaşlılık fenotiplerini azaltma ve iskelet-kas sistemindeki biyolojik etkilerin, organizmanın diğer mekanizmalarına yansımasında iyileşmeler sağlaması açısından, daha yoğun kullanılmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

Cruz-Jentoft AJ, Baeyens JP, Bauer JM, Boirie Y, Cederholm T, Landi F, Martin FC, Michel JP, Rolland Y, Schneider SM, Topinkova E, Vandewoude M, Zamboni M, (2010). European Working Group on Sarcopenia in Older P. Sarcopenia: European consensus on definition and diagnosis: Report of the European Working Group on Sarcopenia in Older People. Age Ageing; 39: 412-423

Prestes J, Shiguemoto G, Botero JP, Frollini A, Dias R, Leite R, Pereira G, Magosso R, Baldissera V, Cavaglieri C, Perez S. (2009). Effects of resistance training on resistin, leptin, cytokines, and muscle force in elderly post-menopausal women. J Sports Sci; 27: 1607-1615

Zamboni M, Mazzali G, Fantin F, Rossi A, Di Francesco V. (2008). Sarcopenic obesity: a new category of obesity in the elderly. Nutr Metab Cardiovasc Dis; 18: 388-395

Hayashida I, Tanimoto Y, Takahashi Y, Kusabiraki T, Tamaki J. (2014). Correlation between muscle strength and muscle mass, and their association with walking speed, in community-dwelling elderly Japanese individuals. PLoS One; 9,11,1-6: e111810

Janssen I, Heymsfield SB, Ross R. (2002). Low relative skeletal muscle mass (sarcopenia) in older persons is associated with functional impairment and physical disability. J Am Geriatr Soc; 50: 889–896

Visser M, Goodpaster BH, Kritchevsky SB, Newman AB, Nevitt M, Rubin SM, Simonsick EM, Harris TB. (2005). Muscle Mass, Muscle Strength, And Muscle Fat İnfiltration As Predictors Of Incident Mobility Limitations in Well-Functioning Older Persons. J Gerontol A Biol Sci Med Sci; 60: 324–333

H.J. Appell, (1986). Skeletal muscle atrophy during immobilization, Int J Sports Med 7 (1) 1–5.

A.A. Vandervoort, (2002). Aging of the human neuromuscular system, Muscle Nerve 25 (1) 17–25.

McPherron, A. C., Lawler, A. M., ve Lee, S. J. (1997). Regulation of Skeletal Muscle Mass in Mice By A New Tgf-Beta Superfamily Member. Nature, 387(6628), (s. 83-90).

Amthor, H., Macharia, R., Navarrete, R., Schuelke, M., Brown, S. C., Otto, A., Patel, K. (2007). Lack of Myostatin Results in Excessive Muscle Growth but Impaired Force Generation. Proc Natl Acad Sci USA., 104(6), (s. 1835-40).

Hjorth, M., Pourteymour, S., Görgens, S. W., Langleite, T. M., Lee, S., Holen, T., Norheim, F. (2016). Myostatin in Relation to Physical Activity and Dysglycemia and Its Effect on Energy Metabolism in Human Skeletal Muscle Cells. Acta Physiol (Oxf)., 217(1), (s. 45-60).

Stratos, I., Li, Z., Herlyn, P., Rotter, R., Behrendt, A. K., Mittlmeier, T., ve Vollmar, B. (2013). Vitamin D Increases Cellular Turnover and Functionally Restores the Skeletal Muscle After Crush Injury in Rats. Am J Pathol., 182(3), (s. 895-904).

Lee, S. J. (2004). Regulation of Muscle Mass by Myostatin. Annu. Rev. Cell Dev. Biol., 20, (s. 61-86).

Lee, S. J., ve McPherron, A. C. (2001). Regulation of Myostatin Activity and Muscle Growth. Proc. Natl. Acad. Sci. U.S.A., 98(16), (s. 9306-11).

Zimmers, T. A., Davies, M. V., Koniaris, L. G., Haynes, P., Esquela, A. F., Tomkinson, K. N., Lee, S. J. (2002). Induction of Cachexia in Mice by Systemically Administered Myostatin. Science, 296(5572), (s. 1486-8).

Wolfaman, N. M., McPherron, A. C., Pappano, W. N., Davies, M. V., Song, K., Tomkinson, K. N., … Lee, S. J. (2003). Activation of Latent Myostatin by the BMP-1/tolloid Family of Metalloproteinases. Proc Natl Acad Sci USA., 100(26), (s. 15842-6).

Mouisel, E., Relizani, K., Mille-Hamard, L., Denis, R., Hourdé, C., Agbulut, O., Amthor, H. (2014). Myostatin Is a Key Mediator Between Energy Metabolism and Endurance Capacity of Skeletal Muscle. Am J Physiol Regul Integr Comp Physiol., 307(4), (s. R444-54).

Polyzos SA, Mantzoros CS. (2015). An update on the validity of irisin assays and the link between irisin and hepatic metabolism. Metabolism; 64:937–42.

Bostrom P, Wu J, Jedrychowski MP, Korde A, Ye L, Lo JC, et al. (2012). A PGC1-alpha-dependent myokine that drives brown-fat-like development of white fat and thermogenesis. Nature; 481:463–8.

Villarroya F. (2012). Irisin, turning up the heat. Cell Metab;15: 277–8.

Irving BA, Still CD, Argyropoulos G. (2014). Does IRISIN have a BRITE Future as a Therapeutic Agent in Humans? Curr Obes Rep; 3: 235–241

Hawley JA, Hargreaves M, Joyner MJ, Zierath JR. (2014). Integrative biology of exercise. Cell; 159:738–49.

Polyzos SA, Kountouras J, Shields K, Mantzoros CS. (2013). Irisin: a renaissance in metabolism? Metabolism; 62:1037–44.

M.M. Bamman, J.R. Shipp, J. Jiang, B.A. Gower, G.R. Hunter, A. Goodman, et al., (2001). Mechanical load increases muscle IGF-I and androgen receptor mRNA concentrations in humans, Am J Physiol Endocrinol Metab 280 (3) E383–E390.

J.S. Kim, D.J. Kosek, J.K. Petrella, J.M. Cross, M.M. Bamman, (2005). Resting and loadinduced levels of myogenic gene transcripts differ between older adults with demonstrable sarcopenia and young men and women, J Appl Physiol 99 (6) 2149–2158.

M. Hameed, R.W. Orrell, M. Cobbold, G. Goldspink, S.D. Harridge, (2003). Expression of IGF-I splice variants in young and old human skeletal muscle after high resistance exercise, J Physiol 547 (Pt 1) 247–254.

M. Hameed, K.H. Lange, J.L. Andersen, P. Schjerling, M. Kjaer, S.D. Harridge, et al., (2004). The effect of recombinant human growth hormone and resistance training on IGF-I mRNA expression in the muscles of elderly men, J Physiol 555 (Pt 1) (2004) 231–240.

M.A. Singh, W. Ding, T.J. Manfredi, G.S. Solares, E.F. O'Neill, K.M. Clements, et al., (1999). Insulin-like growth factor I in skeletal muscle after weight-lifting exercise in frail elders, Am J Physiol 277 (1 Pt 1) E135–E143.

Huh JY, Panagiotou G, Mougios V, Brinkoetter M, Vamvini MT, Schneider BE, Mantzoros CS. (2012). FNDC5 and irisin in humans: I. Predictors of circulating concentrations in serum and plasma and II. mRNA expression and circulating concentrations in response to weight loss and exercise. Metabolism; 61: 1725–1738

Kraemer RR, Shockett P, Webb ND, Shah U, Castracane VD. (2014). A transient elevated irisin blood concentration in response to prolonged, moderate aerobic exercise in young men and women. Horm Metab Res; 46: 150–154

Norheim F, Langleite TM, Hjorth M, Holen T, Kielland A, Stadheim HK, Gulseth HL, Birkeland KI, Jensen J, Drevon CA. (2014). The effects of acute and chronic exercise on PGC-1alpha, irisin and browning of subcutaneous adipose tissue in humans. FEBS J; 281: 739–749

Ellefsen S, Vikmoen O, Slettalokken G, Whist JE, Nygaard H, Hollan I, Rauk I, Vegge G, Strand TA, Raastad T, Ronnestad BR. (2014). Irisin and FNDC5: effects of 12-week strength training, and relations to muscle phenotype and body mass composition in untrained women. Eur J Appl Physiol; 114: 1875–1888

Hecksteden A, Wegmann M, Steffen A, Kraushaar J, Morsch A, Ruppenthal S, Kaestner L, Meyer T. (2013). Irisin and exercise training in humans-results from a randomized controlled training trial. BMC Med; 11: 235

Scharhag-Rosenberger F, Meyer T, Wegmann M, Ruppenthal S, Kaestner L, Morsch A, Hecksteden A. (2014). Irisin does not mediate resistance training-induced alterations in resting metabolic rate. Med Sci Sports Exerc; 46: 1736–1743

Norheim F, Langleite TM, Hjorth M, Holen T, Kielland A, Stadheim HK, Gulseth HL, Birkeland KI, Jensen J, Drevon CA. (2014). The effects of acute and chronic exercise on PGC-1alpha, irisin and browning of subcutaneous adipose tissue in humans. FEBS J; 281: 739–749

ACSM. (2009). American College of Sports Medicine position stand. Progression models in resistance training for healthy adults. Med Sci Sports Exerc 41(3): 687–708,

Nascimento MA, Januário RS, Gerage AM, Mayhew JL, Cheche Pina FL, Cyrino ES. (2013). Familiarization and reliability of one repetition maximum strength testing in older women. J Strength Cond Res 27(6): 1636–1642,

Pina, FLC., Nunes, JP., Nascimento, MA, Riberio, AS., Mayhew, JL., Cyrino, ES. (2019). Similar Effects of 24 Weeks of Resistance Training Performed with Different Frequencies on Muscle Strength, Muscle Mass, and Muscle Quality in Older Women, Int J Exerc Sci 12(6): 623-635,

Carneiro, NH., Ribeiro, AS., Nascimento, MA., Gobbo, LA., Schoenfeld, BJ., Júnior, AA., Gobbi, S., Oliveira, AR., Cyrino, ES. (2015). Effects of different resistance training frequencies on flexibility in older women, Clin Interv Aging, Mar 5;10:531-8.

Gadelha, AB., Paiva, FML., Gauche, R., Oliveria, RJ., Lima, RM. (2016). Effects of resistance training on sarcopenic obesity index in older women: A randomized controlled trial, Arch Gerontol Geriatr. Jul-Aug; 65:168-73.

Ha, MS., Son, WM. (2018). Combined exercise is a modality for improving insulin resistance and agingrelated hormone biomarkers in elderly Korean women, Experimental Gerontology 114, 13-18.

Polyzos, S.A.; Anastasilakis, A.D.; Efstathiadou, Z.A.; Makras, P.; Perakakis, N.; Kountouras, J.; Mantzoros, C.S. (2018). Irisin in metabolic diseases. Endocrine, 59, 260–274.

Fox, J.; Rioux, B.V.; Goulet, E.D.B.; Johanssen, N.M.; Swift, D.L.; Bouchard, D.R.; Loewen, H.; Sénéchal, M. (2018). Effect of an acute exercise bout on immediate post-exercise irisin concentration in adults: A meta-analysis. Scand. J. Med. Sci. Sports, 28, 16–28.

Qiu, S.; Cai, X.; Sun, Z.; Schumann, U.; Zügel, M.; Steinacker, J.M. (2015). Chronic exercise training and circulating irisin in adults: A meta-analysis. Sports Med, 45, 1577–1588.

Lee, P.; Linderman, J.D.; Smith, S.; Brychta, R.J.; Wang, J.; Idelson, C.; Perron, R.M.; Werner, C.D.; Phan, G.Q.; Kammula, U.S.; et al. (2014). Irisin and FGF21 are cold-induced endocrine activators of brown fat function in humans. Cell Metab, 19, 302–309.

Fisher, F.M.; Kleiner, S.; Douris, N.; Fox, E.C.; Mepani, R.J.; Verdeguer, F.; Wu, J.; Kharitonenkov, A.; Flier, J.S.; Maratos-Flier, E.; et al. (2012). FGF21 regulates PGC-1 α and browning of white adipose tissues in adaptive thermogenesis. Genes Dev. 26, 271–281.

Huh, J.Y.; Dincer, F.; Mesfum, E.; Mantzoros, C.S. (2014a). Irisin stimulates muscle growth-related genes and regulates adipocyte di erentiation and metabolism in humans. Int. J. Obes, 38, 1538.

Matsuo, Y.; Gleitsmann, K.; Mangner, N.; Werner, S.; Fischer, T.; Bowen, T.S.; Kricke, A.; Matsumoto, Y.; Kurabayashi, M.; Schuler, G.; et al. (2015). Fibronectin type III domain containing 5 expression in skeletal muscle in chronic heart failure-relevance of inflammatory cytokines. J. Cachexia Sarcopenia Muscle, 6, 62–72.

Dong, J.; Dong, Y.; Chen, F.; Mitch,W.E.; Zhang, L. (2015). Inhibition of myostatin in mice improves insulin sensitivity via irisin-mediated cross talk between muscle and adipose tissues. Int. J. Obes. 40, 434.

Misu, H.; Takayama, H.; Saito, Y.; Mita, Y.; Kikuchi, A.; Ishii, K.A.; Chikamoto, K.; Kanamori, T.; Tajima, N.; Lan, F.; et al. (2017). Deficiency of the hepatokine selenoprotein P increases responsiveness to exercise in mice through upregulation of reactive oxygen species and AMP-activated protein kinase in muscle. Nat. Med.23, 508–516.

Mazur-Bialy, A.I.; Bilski, J.; Pochec, E.; Brzozowski, T. (2017a). New insight into the direct anti-inflammatory activity of a myokine irisin against proinflammatory activation of adipocytes. Implication for exercise in obesity. J. Physiol. Pharmacol, 68, 243–251.

Wrann, C.D.; White, J.P.; Salogiannnis, J.; Laznik-Bogoslavski, D.;Wu, J.; Ma, D.; Lin, J.D.; Greenberg, M.E.;Spiegelman, B.M. (2013). Exercise induces hippocampal BDNF through a PGC-1 α /FNDC5 pathway. Cell Metab, 18, 649–659.

Mazur-Bialy, A.I.; Poche´c, E.; Zarawski, M. (2017b). Anti-inflammatory properties of irisin, mediator of physical activity, are connected with TLR4/MyD88 signaling pathway activation. Int. J. Mol. Sci. 18, 701.

Perakakis, N.; Triantafyllou, G.A.; Fernández-Real, J.M.; Huh, J.Y.; Park, K.H.; Seufert, J.; Mantzoros, C.S. (2017). Physiology and role of irisin in glucose homeostasis. Nat. Rev. Endocrinol.13, 324.

Boström, P.;Wu, J.; Jedrychowski, M.P.; Korde, A.; Ye, L.; Lo, J.C.; Rasbach, K.A.; Boström, E.A.; Choi, J.H.; Long, J.Z.; et al. (2012). A PGC-1 α -dependent myokine that drives brown-fat-like development of white fat and thermogenesis. Nature 481, 463–468.

Xiong, X.Q.; Chen, D.; Sun, H.J.; Ding, L.;Wang, J.J.; Chen, Q.; Li, Y.H.; Zhou, Y.B.; Han, Y.; Zhang, F.; et al. (2015). FNDC5 overexpression and irisin ameliorate glucose/lipid metabolic derangements and enhance lipolysis in obesity. Biochim. Biophys. Acta, 1852, 1867–1875.

Ye,W.; Wang, J.; Lin, D.; Ding, Z. (2019). The immunomodulatory role of irisin on osteogenesis via AMPK-mediated macrophage polarization. Int. J. Biol. Macromol. 146, 25–35.

Mazur-Bialy, A.I.; Kozlowska, K.; Pochec, E.; Bilski, J.; Brzozowski, T. (2018). Myokine irisin-induced protection against oxidative stress in vitro. Involvement of heme oxygenase-1 and antioxidazing enzymes superoxide dismutase-2 and glutathione peroxidase. J. Physiol. Pharmacol. 69, 117–125.

Batirel, S.; Bozaykut, P.; Mutlu Altundag, E.; Kartal Ozer, N.; Mantzoros, C.S. (2014). The effect of Irisin on antioxidant system in liver. Free Radic. Biol. Med. 75 (Suppl. 1), S16.

Xin, C.; Liu, J.; Zhang, J.; Zhu, D.; Wang, H.; Xiong, L.; Lee, Y.; Ye, J.; Lian, K.; Xu, C.; et al. (2016). Irisin improves fatty acid oxidation and glucose utilization in type 2 diabetes by regulating the AMPK signaling pathway. Int. J. Obes. (Lond.) 40, 443–451.

Huh, J.Y.; Mougios, V.; Kabasakalis, A.; Fatouros, I.; Siopi, A.; Douroudos, I.I.; Filippaios, A.; Panagiotou, G.; Park, K.H.; Mantzoros, C.S. (2014b). Exercise-induced irisin secretion is independent of age or fitness level and increased irisin may directly modulate muscle metabolism through AMPK activation. J. Clin. Endocrinol. Metab. 99, E2154–E2161.

Vaughan, R.A.; Gannon, N.P.; Barberena, M.A.; Garcia-Smith, R.; Biso, M.; Mermier, C.M.; Conn, C.A.; Trujillo, K.A. (2014). Characterization of the metabolic e ects of irisin on skeletal muscle in vitro. Diabetes Obes. Metab. 16, 711–718.

Park, M.J.; Kim, D.I.; Choi, J.H.; Heo, Y.R.; Park, S.H. (2015). New role of irisin in hepatocytes: The protective e ect of hepatic steatosis in vitro. Cell Signal. 27, 1831–1839.

Zhang, D.; Xie, T.; Leung, P.S. (2018). Irisin ameliorates glucolipotoxicity-associated Beta-Cell dysfunction and apoptosis via AMPK signaling and anti-inflammatory actions. Cell. Physiol. Biochem.51, 924–937.

Ferrante, C.; Orlando, G.; Recinella, L.; Leone, S.; Chiavaroli, A.; Di Nisio, C.; Shohreh, R.; Manippa, F.; Ricciuti, A.; Vacca, M.; et al. (2016). Central inhibitory effects on feeding induced by the adipo-myokine irisin. Eur. J. Pharmacol. 791, 389–394.

Natalicchio, A.; Marrano, N.; Biondi, G.; Dipaola, L.; Spagnuolo, R.; Cignarelli, A.; Perrini, S.; Laviola, L.; Giorgino, F. (2020). Irisin increases the expression of anorexigenic and neurotrophic genes in mouse brain. Diabetes Metab. Res. Rev.36, e3238.

Allen, D.L.; Hittel, D.S.; McPherron, A.C. (2011). Expression and function of myostatin in obesity, diabetes, and exercise adaptation. Med. Sci. Sports Exerc. 43, 1828–1835.

Görgens, S.W.; Eckardt, K.; Jensen, J.; Drevon, C.A.; Eckel, J. (2015). Exercise and regulation of adipokine and myokine production. Prog. Mol. Biol. Transl. Sci.135, 313–336.

Sriram, S.; Subramanian, S.; Sathiakumar, D.; Venkatesh, R.; Salerno, M.S.; McFarlane, C.D.; Kambadur, R.; Sharma, M. (2011). Modulation of reactive oxygen species in skeletal muscle by myostatin is mediated through NF- B. Aging Cell, 10, 931–948.

Hansen, J.; Brandt, C.; Nielsen, A.R.; Hojman, P.; Whitham, M.; Febbraio, M.A.; Pedersen, B.K.; Plomgaard, P. (2011). Exercise induces a marked increase in plasma follistatin: Evidence that follistatin is a contraction-induced hepatokine. Endocrinology, 152, 164–171.

McPherron, A.C.; Lee, S.-J. (2002). Suppression of body fat accumulation in myostatin-deficient mice. J. Clin. Investig, 109, 595–601.

Guo, T.; Jou,W.; Chanturiya, T.; Portas, J.; Gavrilova, O.; McPherron, A.C. (2009). Myostatin inhibition in muscle, but not adipose tissue, decreases fat mass and improves insulin sensitivity. PloS ONE, 4, e4937.

Gonzalez-Gil ,AM.,Elizondo-Montemayor,L. (2020). The Role of Exercise in the Interplay between Myokines, Hepatokines, Osteokines, Adipokines, and Modulation of Inflammation for Energy Substrate Redistribution and Fat Mass Loss: A Review, Nutrients, Jun 26;12(6):1899.

Farrugia,CP., Comas,F., Masdeu,MS., Moreno,M., Navarrete, JMM., Rovira,O., Ricart,W., Reall, JMF. (2019). Circulating Irisin and Myostatin as Markers of Muscle Strength and Physical Condition in Elderly Subjects, Frontiers in Physiology, Volume 10 Article 871,1-9.

Kalinkovichs, A., ve Livshi, G. (2015). Sarcopenia-The Search for Emerging Biomarkers. Ageing Res Rev., 22, 58-71.

Joulia-Ekaza, D., ve Cabello, G. (2006). Myostatin Regulation of Muscle Development: molecular basis, natural mutations, physiopathological aspects. Exp Cell Res, 312, 2401-14.

Laurentino, G. C., Ugrinowitsch, C., Roschel, H., Aoki, M. S., Soares, A. G., Jr, M. N., … Tricoli, V. (2012). Strength Training with Blood Flow Restriction Diminishes Myostatin Gene Expression. Med Sci Sports Exerc., 44(3), 406-12.

Bai, X., Hu, Y., ve Li, Y. (2018). The Effect of Four Weeks Hypoxic Resistance Training on Myostatin and Follistatin Expression in Skeletal Muscle of Rats. Exercise Biochemistry Review, 1(5), 201-308.

Takei, Y., Ando,H., Tsutsui,K. (2015). Handbook of Hormones 1st Edition Comparative Endocrinology for Basic and Clinical Research, Chapter 37 – Irisin. Pages 329–30, e37-1–e3.

Timmons, J.A., Baar, K., Davidsen, P.K. ve Atherton, P.J. (2012). Is irisin a human exercise gene? *Nature, 488*, 10.

ÖZEL GEREKSİNİMLİ ÇOCUKLARA SAHİP AİLELERİN REKREASYON ALANI KATILIM ENGELLERİNİN İNCELENMESİ

Merve KOYUNCU[1], Hüseyin GÜMÜŞ[2]

[1]Toros Üniversitesi, Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, Mersin/ Türkiye
[2]Mersin Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Mersin / Türkiye

Öz: Toplumun en küçük yapı taşı olan aile, yaşamımızın büyük bir bölümünü geçirdiğimiz toplumsal gruplardır. Bu grupta her ebeveyn sağlıklı ve mutlu çocuklar yetiştirme hedefiyle hareket ederler fakat sağlık açısından sorunlu çocukların dünyaya gelmesiyle ebeveynlerin hedef ve amaçlarında mecburi bazı değişikler meydana gelir. Bu durum birçok ebeveynin hayat standartlarını ve düzenli yaşam alışkanlıklarını doğrudan etkiler. Bu etkiler birçok bilim dalının araştırma konusu olmuştur. Bu araştırmada özel gereksinimli çocuklara sahip ailelerin rekreasyon alanı katılım engelinin incelenmesi hedeflenmiştir. Bu amaç doğrultusunda araştırmaya mersin ilinden seçkisiz olmayan örnekleme yöntemlerinden uygun örnekleme yöntemi ile seçilmiş 545 ebeveyn katılmıştır. Araştırmada veri toplama formu olarak kişisel bilgi formunun yanında Gümüş ve Alay (2017) tarafından geliştirilen Rekreasyon alanı katılım engelleri ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde betimleyici istatistiklerle birlikte normal dağılımda parametrik testlerden, iki bağımsız grup ortalamaları arasında karşılaştırmalar için t-testi, ikiden fazla grupların analizinde ise tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır. Çalışmadan elde edilen verilerin analizi sonucunda ebeveynler için katılım engeli oluşturan en başat faktörün "spor alanı engeli" olduğu onu sırasıyla "bireysel engeller" ve "zaman engeli"nin izlediği tespit edilmiştir. Erkek ebeveynlerin kadın ebeveynlere oranla ve boşanmış ebeveynlerin evli ebeveynlere oranla tüm alt boyutlarda katılım engellerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Park ve rekreasyon alanlarının kullanım önceliklerine bakıldığında ilk sırada "çocuklarla oyun", "vakit geçirme" ve "yürüyüş" unsurlarının yer aldığı söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Rekreasyon, Katılım Engeli, Özel Gereksinimli Çocuklar, Ebeveyn

GİRİŞ ve KURAMSAL ÇERÇEVE

Bu çalışma toplumun en küçük yapı tasını oluşturan aile kavramında özel gereksinimli çocuklara sahip aileleri hedefleyerek, bu ailelerin rekreasyon alanlarına katılımlarında karşılaştıkları engel türlerini belirlemeye odaklanmıştır. Avrupa'nın birçok ülkesinde özel gereksinimli çocukların boş zaman planlamaları ağırlıklı olarak yerel yönetimler tarafından organize edilirken (Lundbäck & Fälth, 2019) ülkemizde böyle bir durum varlığından tam olarak söz edilemez. Bu çalışma ebeveynleri çalışan özel çocukların boş zaman etkinliklerine katılma hakkına sahip olan ve özel desteğe ihtiyacı olan çocuklar için boş zaman etkinliklerinin nasıl olması gerektiğinden ziyade karşılaştı engel türlerini ortaya koyarak bir durum çalışması ortaya çıkarmayı hedeflemektir. Bilim insanlarının söylediği gibi bir problemi ortadan kaldırmanın en önemli aşaması öncelikle onu teşhis etmektir. Dolayısıyla özel gereksinimli çocuklara sahip ailelerin boş zaman engelleri tespit edilebilirse, katılım noktasında bu engelleri ortadan kaldırmak adına yasa yapıcılara ve yerel yöneticilere öneriler geliştirilebilir. Özel gereksinimli çocuklarda öğrenme hedeflerine ulaşmada boş zaman etkinlikleri üzerine yapılan çalışmalarda, boş zaman etkinliklerinin olumlu etkisi bulunmaktadır (Göransson & Nilholm, 2014; Almqvist, Malmqvist, & Nilholm, 2015). Almqvistve diğerleri (2015), başarılı bir yöntem olarak işbirlikçi öğrenmeye dikkat çekerken rekreasyon alanlarının bu öğrenme sürecinde faydasını ortaya koyan çalışmalar yapmışlardır ve bu çalışmalarda rekreasyon alanlarının özel gereksinimli çocuklar için önemi ortaya koyan farklı çalışmaların yapılması

gerektiğini de vurgulamışlardır. Yaşamlarının çok büyük bir kısmını küçük ve belirli sosyal gruplar ile geçiren (Cavkaytar, 2018) özel gereksinimli aileler için rekreasyon alanları ve bu alanlara erişebilirlik onların bir çok yönden gelişebilmeleri için önem arz etmektedir.

Rekreasyon alanlarına katılım noktasında çok farklı kesimlerle yapılan araştırmalar bulunmakla birlikte (Ayhan vd., 2018;Erbaş, 2020;Erbaş vd., 2021; Sarol, 2017;Yağmur vd., 2020) özel gereksinimli çocukların ailelerine yönelik yapılan çalışmaya rastlanmamıştır. Toplumun sosyal gelişimi ve bütünleşmesi açısından stratejik bir öneme sahip olan rekreasyon alanları toplumun tüm kesimine hitap edebiliyor mu? Bu araştırmanın çıkış noktasını bu soru oluşturmaktadır ve çalışma bu soru çerçevesinde kurgulanmıştır.

AMAÇ

Bu araştırmanın amacı özel gereksinimli çocuklara sahip ailelerin rekreasyon alanı katılım engellerinin incelenmesidir.

KAPSAM

Araştırma, amacına uygun olarak araştırmaya 2020-2021 yıllarında Mersin ilinden seçkisiz olmayan örnekleme yöntemlerinden uygun örnekleme yöntemi ile seçilmiş 545 ebeveyn katılmıştır.

YÖNTEM

Araştırmada veri toplama formu olarak kişisel bilgi formunun yanında bireylerin park rekreasyon alanlarına katılımını engelleyen unsurları ölçmek için Rekreasyon Alanı Katılım Engelleri (RAKE) ölçeği kullanılmıştır (Gümüş ve Alay Özgül, 2017). “Beraber gelecek kimsenin olmaması”, “Cinsel saldırı korkusu” gibi toplam 17 maddeden oluşmaktadır. 5’li likert (1=Kesinlikle katılmıyorum;5=Kesinlikle katılıyorum) türünde olan RAKE, 5 alt boyut içermektedir. Bunlar, Güvenlik engeli (alfa:.93), Zaman engeli (alfa:.85), Arkadaş engeli (alfa:.90), Spor alanı engeli (alfa:.89), Bireysel engel (alfa:.88)’dir.

Verilerin analizinde betimleyici istatistiklerle birlikte normal dağılımda parametrik testlerden, iki bağımsız grup ortalamaları arasında karşılaştırmalar için t-testi, ikiden fazla grupların analizinde ise tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır

BULGULAR

Tablo 1. Katılımcıların demografik bilgileri

Değişkenler		**n**	**%**
Cinsiyet	Kadın	414	74.2
	Erkek	141	25,8
Medeni Durum	Evli	460	83,5
	Bekâr	95	16,5
Yaş grubu	22-35	122	22,3
	36-49	145	26.6
	50 ve üstü	278	51,1
Sağlık Algısı	Kotu	86	15,8
	Normal	374	68,6
	İyi	85	15,6
Toplam		**545**	**100**

Tablo 1 incelendiğinde araştırmaya katılan bireylerin %74.2'si kadınlardan oluşmaktadır. %83.5'i evli olan bireylerin %16.5'i boşanmış ya da eşini kaybetmiş bireylerdir. Katılımcıların %51.1'i 50 yaş ve üstü bireylerden oluşurken %68.6'sı sağlığını normal olarak tanımlamaktadır.

Tablo 2. Katılımcıların Rekreasyon alanı katılım engelleri

Alt boyut	$\bar{X}$	**SS**
Spor alanı engeli	4,01	1,51
Bireysel engeller	3,34	1,32
Zaman engeli	2,89	1,03
Arkadaş engeli	2,56	,83
Güvenlik engeli	2,43	,76

Çalışmadan elde edilen verilerin analizi sonucunda ebeveynler için katılım engeli oluşturan en başat faktörün "spor alanı engeli" olduğu onu sırasıyla "bireysel engeller" ve "zaman engeli"nin izlediği tespit edilmiştir. Katılımcıların genel anlamda tüm engel türlerinde ortalama değerlerin üstünde engelle karşılaştıkları söylenebilir.

SONUÇ

Araştırma sonucunda özel gereksinimli çocuklara sahip ailelerin park ve rekreasyon alanlarını kullanımlarına engel olan başat faktörün spor alanı engeli olduğu görülmüştür. Rekreasyon engelleri üzerine yapılan çalışmalar incelendiğinde son sıralarda yer alan bu alt boyutun (Ayyıldız Durhan vd., 2021;Toptaş Demirci, 2019) özel gereksinimli çocuklara sahip ailelerde en üstte yer alması park ve rekreasyon alanlarının daha özel çocukların spor yapması için çok da elverişli olmadığının bir göstergesidir. Bu bilgi yeni yapılacak rekreasyon alanlarının inşasında veya eskilerin modernize edilmesinde dikkate alındığı takdirde özel gereksinimli çocukların aileleri ile birlikte bu alanların daha fazla yararlanmalı noktasında yeni fırsatlar yaratacaktır. Özel çocukların ve ailelerinin topluma entegrasyonunda fiziksel aktivitenin ve egzersizin önemini ortaya koyan çok sayıda çalışma bulunmaktadır (Finnvold, 2018;Haney vd,2014; Jinnah ve Staneman, 2008). Özel çocukların egzersizin ve fiziksel aktivitenin iyileştirici ve tedavi edici özelliğinden yararlanabilmesi için gerekli alt yapı koşullarının sağlanmasında yerel yönetimlere büyük görevler düşmektedir.

Sonuç olarak park ve rekreasyon alanları özel gereksinimli çocuklar ve aileleri için büyük öneme sahip. Hangi yaşta olursa olsun özel gereksinimli çocuklar ve aileleri rekreasyon alanlarının bütünleştici ve kaynaştırıcı rolünden en az diğer insanlar kadar faydalanabilmelidirler. Rekreasyon alanlarının etkili ve verimli kullanılması özel gereksinimli çocukların sağlığı ve psikolojik gelişimleri için oldukça elzemdir. Rekreasyon alanlarında toplumsal bütünleşmeti ve kaynaşmayı sağlayan aileler yalnızlık hissinden kurtularak hem aile için hem de aile dışındaki bireylerle daha sağlıklı ilişkiler kurabilecektir.

KAYNAKÇA

Haney, K., Messiah, S. E., Arheart, K. L., Hanson, E., Diego, A., Kardys, J., ... & Binhack, L. (2014). Park-based afterschool program to improve cardiovascular health and physical fitness in children with disabilities. Disability and Health Journal, 7(3), 335-342.

Jinnah, H. A., & Stoneman, Z. (2008). Parents' experiences in seeking child care for school age children with disabilities—Where does the system break down?. Children and Youth Services Review, 30(8), 967-977. https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2007.11.020

Finnvold, J. E. (2018). School segregation and social participation: The case of Norwegian children with physical disabilities. European Journal of Special Needs Education, 33(2), 187-204. https://doi.org/10.1080/08856257.2018.1424781

Ayhan, C., Ekinci, N. E., Yalçın, I., & Yiğit, Ş. (2018). Investigation of constraints that occur during participation in leisure activities by high school students: A sample of Turkey. Education Sciences, 8(2), 86.

Sarol, H. (2017). Examination of the constraints and facilitators to physical activity participation of individuals Bireylerin fiziksel aktiviteye katılımını engelleyen ve kolaylaştıran faktörlerin belirlenmesi. Journal of Human Sciences, 14(4), 4354-4364.

Erbaş, Ü. (2020). The Relationship of Physical Activity Level and Recreation Area . International Journal of Recreation and Sports Science , 4 (1) , 18-27 . DOI: 10.46463/ijrss.788883

Yağmur, R. , Eroğlu, O., Ayna, Ç. & Iconomescu, T. (2020). Parks and Recreation Areas for Physical Activity: Barriers and Incentives . *International Journal of Recreation and Sports Science* , 4 (1) , 28-36 . DOI: 10.46463/ijrss.806151

Erbaş, Ü. , Gümüş, H. & Talaghir, L. (2021). Leisure and Recreation Activities for Disabled People. *International Journal of Disabilities Sports and Health Sciences,* 4 (1) , 1-7 . DOI: 10.33438/ijdshs.732891

Lundbäck, B., & Fälth, L. (2019). Leisure-time activities including children with special needs: A research overview. IJREE–International Journal for Research on Extended Education, 7(1), 7-8.

Almqvist, L., Malmqvist, J., & Nilholm, C. (2015). Vilka stödinsatser främjar uppfyllelse av kunskapsmål för elever i svårigheter? – en syntes av meta-analyser. In (pp. 1-122).

Göransson, K., & Nilholm, C. (2014). A continuing need for conceptual analysis into research on inclusive education: Response to commentators. European Journal of Special Needs Education, 29(3), 295-296. https://doi.org/10.1080/08856257.2014.934035

Ayyıldız Durhan, T. , Özdemir, A. S. & Karaküçük, S. (2021). Motivation to Participate in Exercise in Regular Recreational Exercise . International Journal of Recreation and Sports Science , 5 (1) , 42-50 . DOI: 10.46463/ijrss.978762

Toptaş Demirci, P. (2019). Recreational Activities for with Disability: School-Aged Children and Adolescents . International Journal of Recreation and Sports Science , 3 (1) , 46-57 . DOI: 10.46463/ijrss.533037

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN ALGILADIKLARI SOSYAL DESTEK DÜZEYLERİNİN FİZİKSEL AKTİVİTEYE KATILIMLARINA ETKİSİ

Hüseyin GÜMÜŞ[1], Merve KOYUNCU[2]

[1]Mersin Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Mersin / Türkiye
[2]Toros Üniversitesi, Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, Mersin / Türkiye

Öz: Bu çalışmada fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu ve algılanan sosyal destek arasındaki ilişki incelenmektedir. Araştırmanın örneklem grubunu seçkisiz olmayan örnekleme yöntemlerinden uygun örnekleme yöntemi ile seçilmiş Mersin Üniversitesi ve Toros Üniversitesi öğrencilerinden oluşan 389 kadın 102 erkek olmak üzere toplam 491 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Tekkurşun-Demir ve Cicioğlu tarafından geliştirilen Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeği ve Yıldırım (1997) tarafından geliştirilen ve 2004 te revize edilen Algılanan Sosyal Destek Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizde betimsel istatistikler, iki grup için Bağımsız Örneklem T Testi kullanılmıştır. Elde edilen bulgular incelendiğinde araştırma grubunun algılanan sosyal destek düzeylerinin ortalamanın üzerinde olduğu, en yüksek destek arkadaş desteği olarak belirlenirken, en düşük desteğin öğretmen desteği olduğu tespit edilmiştir. Fiziksel aktivite motivasyonlarında ise en yüksek ortalama nedensizlik alt boyutundayken en düşük ortalama bireysel alt boyuttadır. Cinsiyetin tüm alt boyutlarda ve toplam skorlarda anlamlı farka yol açan bir değişken olduğu tespit edilmiştir. Erkek bireylerin ortalama puanları kadınlara oranla daha yüksektir.

Anahtar Kelimeler: Sosyal destek, Fiziksel Aktivite, Algı, Öğrenci

GİRİŞ ve KURAMSAL ÇERÇEVE

Fiziksel aktiviteye katılım için öğrenciler açısından sosyal faktörler önemlidir. Gençlerin fiziksel aktiviteye katılım düzeylerindeki düşüş göz önüne alındığında bu durumu önlemek adına yeni programların geliştirilmesi, sosyal destek düzeyinin fiziksel aktiviteye katılım sağlamayla arasındaki ilişkili faktörleri anlamak önemlidir. Fiziksel aktivite ve sosyalleşme arasındaki ilişki sadece kişilerin fiziksel sağlığı açısından değerlendirilmemelidir. Fiziksel sağlığın yanında ruh sağlığı açısından da sosyalleşme kavramı büyük önem taşımaktadır. Nitekim Durkheim (1987) intihar adlı eserinde sosyal bütünleşme eksikliğinin ve ya başkalarıyla ilişki kurma eksikliğinin artan intihar olayları ile açıkladı. Bu ilişkinin sağlığımızı ve esenliğimizi nasıl etkilediği bilim dünyası tarafından uzun süredir kabul edilmektedir (Berkham ve diğ., 2000; Wilson,2021). Holt-Lunstad ve ark., (2010) yüksek ve düşük düzeyde sosyal desteğe sahip bireyler ile ölüm arasındaki ilişkiyi sigarayı azaltma ve ölüm oranı arasındaki ilişkiye benzetir. Zayıf bir sosyal ağa kıyasla güçlü bir sosyal ağa sahip olan birinin ölme riski daha az olduğunu belirtir. Kişiler arasındaki sosyal ağlar birçok şeyden etkilenebilir. Bunlar arasında kişinin davranışları (diyet, egzersiz, sigara, alkol tüketimi), nasıl hissettiği (depresif ruh hali, benlik saygısı yüksek, özgüvenli vb.) ve fizyolojik işleyişi sayılabilir. Bunlardan bir diğeri ise dışarıdan algılanan sosyal destektir. Sosyal destek kavramsal olarak, bireylere onların duygu ve davranışlarına olumlu katkı sağlayacak bilgi, öneri, maddi yardım sunma veya bireyi çevresindeki diğer bireylerle olan ilişkisinde destekleme anlamına gelmektedir (Gottlieb, 1983). Bireylerde algılanan sosyal destek düzeyinin bilinmesi, bireye farklı şekilde yardım edebilir. Sosyal destek sistemlerinin bilinmesi bireyin psikobiyolojik kaynaklarını harekete geçirmesine, isteklerinin karşılanmasına, beceriler kazandırarak, maddi ve parasal kaynaklara ulaşmasına yardım eder. Ayrıca sosyal destek sistemleri bireye rehberlik yaparak, bilgi sunarak da yardım sağlamaktadır.

House ise sosyal destek sistemlerinin bireylere üç şekilde yardım ettiğini ileri sürer. Bunlardan ilki bireyin yaşam durumlarını olumsuz etkileyen bazı elementleri yok eder veya etkisini azaltır. İkincisi olumsuz yaşam durumları karşısında bireyin dayanma gücünü artırarak sağlık durumunun daha iyileşmesine katkıda bulunur. Üçüncüsü ise çevresel stresorlerin etkilerine karşı kısmen veya tümüyle tampon görevi yaparak bireylere yardım eder. Sosyal desteğin öneminin anlaşılmasında son 20 yıldır hemen her alanda sosyal desteğin rolü üzerine yapılan araştırmaların etkisi büyüktür (Zhang ve ark., 2016; Yıldırım, 2016; Feeney ve Collins, 2015; Avcı ve Yıldırım, 2014;Peker ve Eroğlu, 2015).

AMAÇ

Bu araştırmanın amacı üniversite öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek düzeylerinin fiziksel aktiviteye katılımlarına etkisinin incelenmesidir

KAPSAM

Araştırma, amacına uygun olarak 2020-2021 eğitim-öğretim yılında üniversitede öğrenim gören, kolayda örnekleme yöntemiyle seçilen 491 öğrenciyi kapsamaktadır.

YÖNTEM

Araştırmada kişisel bilgi formunun yanısıra Yıldırım (1997) tarafından geliştirilen ve 2004 te tekrar revize edilen “Algılanan Sosyal Destek Ölçeği” kullanılmıştır. Ölçek, Aile Desteği (AİD), Arkadaş Desteği (ARD) ve Öğretmen Desteği (ÖĞD) olmak üzere üç alt boyut ve toplam 50 maddeden oluşmaktadır. Ayrıca Tekkurşun Demir ve Cicioğlu (2018) tarafından geliştirilen Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu ölçeği kullanılmıştır. Toplam 16 maddeden oluşan ölçek “Bireysel Nedenler”, “Çevresel Nedenler” ve “Nedensizlik” olmak üzere 3 alt boyuttan oluşmuştur.

Verilerin analizde betimsel istatistikler, değişken sayısına bağlı olarak iki grup için Bağımsız Örneklem T Testi (Independent Samples T Test), ikiden fazla grup için Tek Yönlü Varyans Analizi (One Way ANOVA) kullanılmıştır. Ayrıca yapılan varyans analizi sonucunda elde edilen farkların hangi gruplardan kaynaklandığının tespiti için çoklu karşılaştırma testlerinden Scheffe testi kullanılmıştır.

BULGULAR

Tablo 1. Katılımcıların demografik bilgileri

Değişkenler		**n**	**%**
Cinsiyet	Kadın	389	78,1
	Erkek	102	21,9
Eğitim	Ön lisans	264	53,6
	Lisans	227	46,4
Egzersiz Sıklığı	Haftada 1 veya daha az	319	64,4
	Haftada 2-4	172	35,6
	Hafta 5 ve fazlası	0	0
Sağlık Algısı	Kotu	18	3,5
	Normal	210	43,1
	İyi	173	35,8
	Çok iyi	90	17,6
Toplam		**491**	**100**

Tablo 1 incelendiğinde araştırmaya katılan bireylerin %78.1'1 kadın katılımcılardan oluşmaktadır. %53.6'sı ön lisans eğitimi alan katılımcıların, %35.6' sı haftanın 2-4 günü egzersiz yaptığı belirtirken, %35.8'i genel sağlık durumlarını "iyi" olarak değerlendirmişlerdir.

Tablo 5. Katılımcıların cinsiyete göre t testi sonuçları

Değişken		n	$\bar{x}$	*ss*	*t*	*p*
ASD_Aile	Erkek	102	3,39	,57	1,677	**,044***
	Kadın	389	3,08	,51		
ASD_Arkadas	Erkek	102	3,51	,73	2,051	**,040***
	Kadın	389	2,66	,53		
ASD_Ögretmen	Erkek	102	2,42	,75	1,882	**,049***
	Kadın	389	2,23	,73		
ASD_Toplam	Erkek	102	3,43	,60	2,214	**,028***
	Kadın	389	2,67	,65		
FA_Bireysel	Erkek	102	3,74	,70	2,257	**,035***
	Kadın	389	3,28	,53		
FA_Cevresel	Erkek	102	3,56	,66	1,117	**,042***
	Kadın	389	3,35	,73		
FA_Nedensizlik	Erkek	102	2,82	,71	1,254	**,036***
	Kadın	389	2,72	,67		
FA_Toplam	Erkek	102	3,02	,53	1,654	**,047***
	Kadın	389	2,71	,57		

*p<0.05

Tablo 5 incelendiğinde, araştırmaya katılan algılanan sosyal destek düzeyleri ve fiziksel aktivite katılım motivasyonu cinsiyet göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan bağımsız gruplar t-testi analizi sonucunda, cinsiyetin tüm alt boyutlarda ve toplam skorlarda anlamlı farka yol açan bir değişken olduğu tespit edilmiştir (p<.05). Erkek bireylerin ortalama puanları kadınlara oranla daha yüksektir.

SONUÇ

Üniversite öğrencilerinin algıladıkları en yüksek sosyal desteği arkadaş desteği oluştururken devamında aile desteğinin olduğu tespit edilmiştir. Bireyin hayatında, fiziksel olarak aktif olan veya fiziksel aktiviteye destek veren kişilerin olması önemli bir etkendir. Bu nedenle, ebeveynler ve akranlar genç ergenlerde fiziksel aktivitenin önemli rol modelleri ve önemli destek kaynakları olarak görülebilir (Andersen&Wold, 1992). Söz edilen çalışmada erkekler, kızlara göre boş zamanlarında daha fazla fiziksel aktivite bildirdiler ve fiziksel olarak aktif olmak için daha fazla destek aldıklarını belirttiler. Bu sonuç, kızlar için spora katılımın erkekler için olduğu kadar toplumsal bir beklenti olmadığını varsayan

Hasbrook (1986b) ile aynı doğrultudadır. Kızların genel olarak erkeklerden daha az destek aldıkları doğrulanmıştır ancak oldukça aktif hale gelen ve kuvvetli bir şekilde egzersiz yapma ihtiyacı duyan kızlar ihtiyaçları olan desteği alırlar. Anderssen ve Wold (1992), ebeveynlerin fiziksel aktiviteyi teşvik etmesi ile çocukların aktivite seviyeleri arasında sürekli olarak pozitif ilişkiler bulmuşlardır. Küçük yaş gruplarında akran desteğinin önemli olması ilginçti çünkü gelişim teorisi aile etkilerinin yaşla birlikte azalması gerektiğini öngörürken, akran etkilerinin yaşla birlikte artması gerektiğini öngörüyor (Buhrmester ve Furman, 1987). Mevcut sonuçlar, fiziksel aktivite üzerindeki akran desteğinin küçük çocuklar için bile önemli olduğunu göstermektedir (Sallis, vd., 2002). Fiziksel aktivite için sosyal destek, adolesanların fiziksel aktivite algılarını ve katılımlarını önemli ölçüde etkilemiştir. Arkadaş ilişkilerinde, fiziksel aktiviteye katılan ve egzersiz yapan bir arkadaşa sahip olan kişinin fiziksel aktiviteye katılma olasılığı yüksekken fiziksel aktiviteye katılmayan bir arkadaşa sahip olan kişinin fiziksel aktiviteye katılma olasılığı daha düşüktür (King, vd., 2008).

Araştırmanın bir diğer bulgusunda kadın öğrencilere oranla erkek öğrencilerin daha fazla sosyal destek algıladıkları ve benzer olarak fiziksel aktivite katılım motivasyonlarının da daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgunun oluşmasında geleneksel türk kültür yapısının etkisi olduğu düşülmektedir. Ata erkil toplumların bir çoğunda kadın ve erkeğe yüklenen değerlerin ve sorumlulukların faklı oluşu bu ülkelerde yaşayan bireylerin giyimlerinden davranışlarına ve hatta sosyal hayatlarına kadar bir çok unsuru etkilemektedir. Yapılan literatür taramasında fiziksel aktiviteye katılımında cinsiyet farklılıklarının önemli bir etkiye sahip olduğu belirlenmiştir. Armstrong ve Welsman (1997)'nın yapmış oldukları çalışmaya göre, fiziksel aktiviteye katılımda cinsiyet farklılıkları erken çocukluktan itibaren belirgindir ve çocuklar büyüdükçe özellikle ergenlik döneminde daha belirgin hale gelmektedir. Ren ve diğerleri (2020)'nin yapmış olduğu çalışmanın sonuçları, adolesanlar arasında fiziksel aktiviteye katılımda önemli bir cinsiyet farklılığı olduğunu göstermiştir. Sonuçlara göre, erkekler kadınlardan daha yüksek düzeyde fiziksel aktivite ile uğraşmaktadır, bu durumun erkeklerin karakteristik özelliklerinden kaynaklandığı düşünülmektedir. Erkekler ve kadınlar arasındaki fiziksel aktivite seviyeleri farkı erken bir aşamada ortaya çıkmaktadır. Yaş ilerledikçe, kadınlar egzersizle ilgili olarak düşük düzeyde zevk aldıklarını ve sonuç olarak atletik yeteneklere olan güvenin azaldığını bildirmişlerdir. Adolesanların fiziksel aktivite düzeyleri ile ilgili bir çalışmada, erkeklerin% 61,5'i önerilen fiziksel aktivite düzeyine ulaşırken, kadınlarda bu oran% 36'dır (Taymoori, vd., 2009). Başka bir çalışma da adolesan kızların fiziksel aktivite düzey sıklığının ve yoğunluğunun erkeklerinkinden daha düşük olduğuna işaret etmektedir (Shennar-Golan, & Walter, 2018).

KAYNAKÇA

Anderssen, N., & Wold, B. (1992). Parental and peer influences on leisure time physical activity in young adolescents. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 63, 341–348.

Armstrong, N., & Welsman, J. (1997). *Young people and physical activity.* New York: Oxford University Press.

Avcı, Ö. H., & Yıldırım, İ. (2014). Ergenlerde şiddet eğilimi, yalnızlık ve sosyal destek. Hacettepe Universitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 29(29-1).

Berkham, L. F., Glass, T., Brissette, I., & Seeman, T. E. (2000). From social integration to health: Durkheim in the new millennium. Social Science & Medicine, 51(6), 843–857. https://doi.org/10.1016/S0277-9536(00)00065-4

Buhrmester, D., W. Furman.(1987). The development of companionship and intimacy. *Child Develop.* 58:1101-1113.

Feeney, B. C., & Collins, N. L. (2015). A new look at social support: A theoretical perspective on thriving through relationships. Personality and Social Psychology Review, 19(2), 113-147.

Gottlieb, B. H. (1983). Social support as a focus for integrative research in psychology. American Psychologist, 38(3), 278-287.

King, K.A.; Tergerson, J.L.; Wilson, B.R. (2008) Effect of social support on adolescents' perceptions of and engagement in physical activity. *J. Phys. Act. Health*, 5, 374–384.

Peker, A., & Eroğlu, Y. (2015). Ergenlerde algılanan sosyal destek ve siber zorbalığa eğilim arasındaki ilişkiler: Arkadaştan ve öğretmenden algılanan sosyal desteğin aracı rolü. Turkish Studies, 10(3), 759-778.

Ren, Z.; Hu, L.; Yu, J.J.; Yu, Q.; Chen, S.; Ma, Y.; Lin, J.; Yang, L.; Li, X.; Zou, L. (2020). The Influence of social Supporton Physical activity in Children Adolescents: The Mediating Role of Exercise Self-Efficacy. Children,7, 23.

Sallis, J. F., Taylor, W. C., Dowda, M., Freedson, P. S., & Pate, R. R. (2002). Correlates of vigorous physical activity for children in grades 1 ough 12: Comparing parent-reported and objectively measured physical activity. *Pediatric Exercise Science*, 14, 30 – 44.

Shennar-Golan, V., & Walter, O. (2018). Physical activity intensity among adolescents and association with parent–adolescent relationship and well-being. *American Journal of Men's Health, 12*(5), 1530–1540. https://doi.org/10.1177/1557988318768600

Taymoori, P., Niknami, S., Berry, T., Ghofranipour, F. & Kazemnejad, A. (2009). Application of the health promotion model to predict stages of exercise behaviour in Iranian adolescents. *EMHJ - Eastern Mediterranean Health Journal, 15 (5), 1215-1225.*

Demir, G. T., & Cicioğlu, H. İ. (2018). Motivation Scale For Participation In Physical Activity (MSPPA): A study of validity and reliability Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeği (FAKMÖ): Geçerlik ve güvenirlik çalışması. Journal of Human Sciences, 15(4), 2479-2492.

Wilson, K. S. (2021). Social Support, Relationships, and Physical Activity. Essentials of exercise and sport psychology: An open access textbook, 219-241.

Yıldırım, İ. (2016). Akademik başarı düzeyleri farklı olan lise öğrencilerinin bazı değişkenlere göre sosyal destek düzeyleri. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 2(10).

Zhang, J., Brackbill, D., Yang, S., Becker, J., Herbert, N., & Centola, D. (2016). Support or competition? How online social networks increase physical activity: A randomized controlled trial. Preventive medicine reports, 4, 453-458.

İŞİTME ENGELLİ BİREYLERİN TOPLUMA UYUM SORUNLARI VE GELECEK BEKLENTİLERİNİN BELİRLENMESİ

Oğuzhan AYDEMİR

Nişantaşı Üniversitesi, Meslek Yüksekokulu, İşletme Yönetimi Bölümü, İstanbul / Türkiye

Öz: Tanımlayıcı nitelikte planlanan araştırma işitme engelli bireylerin toplumsal uyum sorunlarını incelemek ve sosyo-demografik özelliklerle karşılaştırmak amacıyla yapılmıştır. Araştırmanın evrenini Çekmeköy Belediyesi İşitme Engelliler Eğitim Kültür Gençlik ve Spor Kulübü Derneğine kayıtlı olan ve veri toplamada kolaylık sağlamak için okuma, anlama ve cevap verme düzeyleri daha yüksek olacağı düşünülen 12 yaş ve üzerindeki işitme engelli bireyler araştırmanın örneklemini oluşturmaktadır. Dernek kayıtlarında bulunan ve üye olan/üye olmayan işitme engellilerin tümünün araştırmaya alınması amaçlandığı için ayrıca bir örneklem seçim yöntemine başvurulmayacağı için mevcut kişiler araştırma grubu olarak belirlenmiştir. Veriler işitme engelli öğrencilerin sosyo demografik özelliklerini ve toplumsal uyum sorunlarını belirlemek için oluşturulan bir soru formu aracılığı ile toplanmıştır. Araştırma kapsamına alınan işitme engelli bireylerin %1'inin 12-15 yaş grubunda, %3'ünün 16-18 yaş grubunda ve %96'sının ise 19 yaş ve üzeri grupta olduğu saptanmıştır. Araştırma kapsamına giren işitme engellilerin %94'ünün işitme cihazı kullanmadığı, %93'ünün dudak okumayı bilmediği saptanmıştır. Yine araştırma kapsamına giren işitme engellilerin %17'sinin insanlarla çabucak kaynaştığı, %81'inin ise kısmen kaynaşabildikleri belirlenmiştir. Elde edilen sonuçlar doğrultusunda bazı öneriler getirilmiştir.

Anahtar Kelimeler: İşitme Engelli Birey, Toplumsal Uyum Sorunları

GİRİŞ

Birey, gereksinimleri ile dış çevre koşulları arasındaki ilişkiyi duyuları ile sağlar. Bunlar; işitme, görme, koklama, dokunma ve tatma duyularıdır. Bunlar arasında işitme, bireyin çevresi ile ilişki kurmasında yararlandığı duyulardan en önemlisidir. İletişimin iki ana temel öğesi, konuşma ve işitmedir. Konuşmaysa işitme yardımıyla kazanılan bir özelliktir. İşitme ve anlama, bireyin diğer insanlarla ilişki kurma yoludur. Doğal olarak bu da dil aracılığıyla gerçekleşmektedir. Bu özellik bireyin sosyalleşmesini destekleyerek, düşünmesini, konuşmasını, kendini ve düşüncelerini ortaya koymasını sağlar (Atay, 1999).

Sosyal uyum, geniş anlamda bireyin doğumuyla başlayan bir evreyi, dar anlamda ise günlük davranış uyumunu kapsayan, aynı zamanda toplumsal beklentilere uygunluk gösteren, kazanılmış davranış yeteneği olarak ifade edilebilmektedir. Başka bir ifadeyle sosyal uyum, bireyde sosyal uyarıcılara, özellikle grup yaşamının baskı ve zorluklarına karşı duyarlılık geliştirmek, başkalarıyla geçinebilmek, onlar gibi davranabilmek, onaylanabilir davranış kalıpları geliştirebilmek olarak da tanımlanabilmektedir (Yapıcı ve Yapıcı, 2005:4). Sosyal uyum, yaşamın vazgeçilmez bir parçasıdır. Yaşamını ilişkiler ağı içerisinde sürdüren bireyin, uyumunda ve mutlu olmasında sağlıklı sosyal etkileşimin etkisi büyüktür (Grusec ve Lytton, 1998:1).

Sosyal uyum, kişinin, grubun kural ve değerlerine uymayı öğrenmesi, bu değerler düzenini benimsemesidir. Bu öğrenme doğumdan ölüme dek tüm yaşam boyunca devam eder ve bu süre içinde bireyin çevredeki insanlarla ilişkileri ve diğer çevre faktörleri sosyal uyumunda önemli rol oynar (Yavuzer, 1988).

Bazı bireyler, sahip oldukları uyum sorunlarından ötürü diğer bireylerle anlaşmakta zorlanır, uyuşmazlığa düşer ve onlardan farklı davranışlar sergilerler. Ev, okul ve toplum yaşamı gibi farklı pek çok yaşam alanlarında genel kabul görmüş değer ve kurallara karşı gelme problem davranış örüntüsünün en önemli göstergelerindendir. Var olan problemlerden dolayı mutsuz oldukları için çevreyi de olumlu veya olumsuz etkileyebilirler (Azaula, Marsall ve Buck, 2000; Akt. Özdemir, 2014; Çağlar, 1981).

Sosyal uyum üzerinde etkili olan birçok faktör bulunmaktadır. Bu faktörler arasında akademik başarı (Nowicki, 2003), cinsiyet (Pulkkinen ve Tremblay, 1992), anne baba öğrenim düzeyi (Yılmaz, 1990), anne baba ve arkadaş ilişkisi (Chen ve diğ, 2004:5), anne baba tutumu, annenin kişiliği (Kochanska et al. ,1997), ekonomik durum, yer değişikliği (Aonghas, 2002:1), okulun yatılı olma durumu (Balabanlı, 1990), davranış problemleri (van Nieuwenhuijzen, 2004:1) ve engelli olma durumu (Redmond ve Rice, 1998) bulunmaktadır. Birey, bu faktörler veya farklı faktörler ile yaşamı boyunca farklı uyum deneyimleri yaşamak zorunda kalmaktadır (Erdoğan ve diğ., 2005:2). Bu farklı deneyimlerden birisi de, bireyin veya çocuğun işitme engelli olması olmasıdır.

İşitme engeli, tek veya iki kulağında tam veya kısmi işitme kaybı (Öztürk, 2011: 19) olarak ifade edilebilirken çok hafif dereceden çok ileri dereceye kadar farklılık gösterebilen işitme yetersizliği durumudur. Başka bir ifadeyle işitme engeli, bireyin işitme duyarlılığının bireyin gelişim, uyum, özellikle de iletişimdeki görevlerini yeterince yerine getirememe hali olarak ifade edilmektedir (Girgin; 2003; Engin, 2005).

İşitme engelli çocuklar, işiten çocuklar gibi aynı dil gelişim aşamalarını izlemektedir. Ancak zaman içinde işitme engeli olan çocukların sesleri işitememesi nedeniyle dil gelişimlerinde farklılıklar ortaya çıkmaktadır (Deretarla, 2000). Bu farklılık sonucu işitme engelli çocukların dil gelişimlerinin işitme engeli olmayanlara göre geri olduğu ve normal işitenlerle iletişimde zorlandıkları görülmektedir (Ekşioğlu, 1997). Ayrıca işitme engelli çocuklar dil gelişimlerinin zayıf olması nedeniyle, davranışlarını yönetmede zorluk çekmekte, dolayısıyla sosyal gelişimleri olumsuz etkilenebilmektedir (Aral ve Gürsoy 2007:95).

Yapılan birçok çalışmada işitme engelli çocukların sosyal uyum düzeylerinin normal gelişim gösteren çocuklara göre daha olumsuz olduğu belirlenmiştir. Tanskley (1993), Göktepe (1997) ve Şipal (2002) işitme engelli olan çocuklar ile normal gelişim gösteren çocukların sosyal gelişim ve sosyal uyumlarını karşılaştırdıkları çalışmalarında işitme engeli olan çocukların sosyal gelişimlerinin daha olumsuz olduğunu belirtmişlerdir. Ayrıca Pavri ve Hegwer-DiVita (2006) engelli çocuklar ile yaptıkları çalışma sonucunda engelli çocukların sosyal gelişim açısından desteğe ihtiyaçları olduğunu vurgulamışlardır.

İşitme engelli çocuklar, işitme kaybının derecesine bağlı olarak konuşulanları anlama ve düşündüklerini ifade edebilme becerilerinden belirli ölçüde yoksun kalmaktadır. Bu durumdan gelişimsel olarak olumsuz yönde etkilenen çocuk, ayrıca aile ve toplumun yanlış davranışları nedeniyle sosyal açıdan dışarıya kapanabilmektedir. Bazı aileler ve toplum, işitme engelli çocuğa farklı bir bireymiş gibi davranmakta ve çocuğun toplum içine girmesini engelleyebilmektedir (Aral ve Gürsoy, 2007:95). Haddadian ve Rose (1993), ebeveynlerin işitme engelli çocuklarına karşı davranışlarını ve iletişim becerilerini inceledikleri çalışmada, işitme engelli olan çocukların, işitme engeli olmayan çocuklara göre olgunlaşmamış kişisel-sosyal davranış sergiledikleri gözlenmiştir. Ayrıca Çelik (2004)'in işitme engelli çocuğa sahip aileler ile normal çocuğa sahip ailelerin aile işlevlerini karşılaştırmak amacıyla yaptığı çalışmada işitme engelli

çocuğa sahip ailelerin aile işlevlerine ait puanlarının, normal çocuğa sahip ailelerin puanlarına öre daha düşük olduğu saptanmıştır.

Bu çalışmada işitme engelli bireylerin toplumsal uyum sorunlarını ve gelecekten ne beklediklerini incelemeyi amaçlamaktadır. Bu nedenle başta ailelerin ve de toplumun işitme engeli bulunan bir bireyin toplumsal gelişimlerinde etkili olan faktörleri bilmeleri ve bu doğrultuda neler yapabileceklerini öğrenmeleri gerekmektedir. Bu düşünceden hareketle bu çalışmada; işitme engelli 12 yaş ve üzeri işitme engelli bireylerin toplumsal uyum sorunlarını ve gelecek beklentilerini incelemek amaçlanmıştır.

MATERYAL ve YÖNTEM

ARAŞTIRMA TASARIMI

Araştırma Amacı ve Problemi:

Araştırma, işitme engelli bireylerin toplumsal uyum sorunlarını ve gelecekten ne beklediklerini incelemeyi amaçlamaktadır. Bu doğrultuda işitme engelli bireylerin sosyo- ekonomik ve demografik özelliklerinin bulgulanarak sorun ve beklentilerinin tanımlanması araştırmanın problemini oluşturmaktadır.

Araştırmanın Evreni ve Örneklem Seçimi

Evren ve Örneklem

Araştırmanın evreni işitme engelli bireylerdir. Türkiye'de işitme engelli olduğu sağlık kuruluşları tarafından raporlanmış bireylerin, Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı bünyesinde yer alan Ulusal Engelliler Veritabanı (ÖZVERİ) 2012 yılı istatistiklerine göre 156.573 işitme engelli bulunmaktadır.

Araştırma, İstanbul İli Çekmeköy İlçesi sınırlarındaki "Çekmeköy Belediyesi İşitme Engelliler Eğitim Kültür Gençlik ve Spor Kulübü Derneği"nde işitme engellilere yönelik gerçekleştirilmiştir.

Bu doğrultuda İstanbul İlindeki toplam engelli sayısı 177.818 kişi iken işitme engelli sayısı ise toplam nüfusun %0.32'sinden oluşmaktadır. Yani 2015 yılı İstanbul nüfusunun (14.657.434[1]) 46.903 ferdi işitme engelli olarak kabul edilmektedir. Bu veriye müteakip

Çekmeköy İlçesinin 2015 yılı nüfusu 230.316[24] olduğundan, bunların %0.32'sinin yani 7.370 kişinin işitme engelli olması beklenmektedir.

Örneklem seçiminde amaçlı aşamalar göz önünde bulundurularak öncelikle işitme engellilere erişimi kolaylaştırmak amacıyla Çekmeköy'de işitme engelli olduğu bilinen bireylere ulaşma konusunda Çekmeköy Belediyesi İşitme Engelliler Eğitim Kültür Gençlik ve Spor Kulübü Derneği ile iletişim kurulmuştur. Ayrıca veri toplamada kolaylık sağlamak için okuma, anlama ve cevap verme düzeyleri daha yüksek olacağı düşünülen 12 yaş ve üzeri işitme engelli bireyler, araştırma kapsamına dahil edilmiştir.

Çekmeköy Belediyesi İşitme Engelliler Eğitim Kültür Gençlik ve Spor Kulübü Derneği'ne kayıtlı olan 12 yaş ve üzerindeki işitme engellileri, araştırmanın örneklemini oluşturmuştur. Dernek kayıtlarında bulunan ve üye olan/üye olmayan işitme engellilerin tümünün araştırmaya alınması amaçlandığı için ayrıca bir örneklem seçim yöntemine başvurulmayacağı için mevcut kişiler araştırma grubu olarak belirlenmiştir.

[24] https://biruni.tuik.gov.tr/medas/?kn=95&locale=tr, (Erişim Tarihi: 28.09.2016)

Veri Toplama Yöntemi

Soru Formu

Soru formu, konuyla ilgili literatür taraması yapıldıktan sonra elde edilen bilgilerden faydalanılarak oluşturulmuştur.

Soru formu, işitme engelli bireylerin sosyo-demografik özelliklerini belirlemek için 8 soru, ayrıca toplumsal uyum sorunları ile gelecek beklentilerini tespit etmek amacıyla 25 olmak üzere toplam 33 sorudan oluşturulmuştur.

Soru Formunun Uygulanması

Araştırma, araştırmacı tarafından yüz yüze görüşme tekniği ve işaret dili bilen bir eğitimciden yardım alınarak, etik kuralların dışına çıkmadan, araştırma kapsamına giren bireylere gerekli açıklamalar yapıldıktan ve soru formu üzerindeki yönerge okunduktan sonra, sosyo-ekonomik ve demografik özellikler ile toplumsal uyum sorunları ve gelecek beklentilerini içeren soru formunun işitme engelli bireylere uygulanması yoluyla gerçekleştirilmiştir. Soru formu zaman sınırlaması olmaksızın uygulanmış ve bireylerin soruların anlaşılması konusunda ihtiyaç duyacakları nesnel koşullar oluşturulmuştur.

Araştırmanın Değişkenleri

Bireylerin toplumsal uyum düzeylerine ilişkin sorular araştırmanın bağımlı, sosyo- ekonomik ve demografik özelliklerine ilişkin sorular ise bağımsız değişkenler olarak kabul edilmiştir.

Verilerin Analizi

Elde edilen veriler araştırmacı tarafından bilgisayarda kodlandıktan sonra SPSS programında analiz edilmiş ve araştırmanın kuramsal-kavramsal çerçevesi bağlamında değerlendirilmiştir.

BULGULAR

Araştırmanın bulguları, 2 ana başlık altında toplanmıştır. Bunlar; işitme engelli bireylerin sosyo-ekonomik ve demografik özellikleri ile topluma uyum sorunları ve gelecek beklentilerinin belirlenmesini içermektedir.

İşitme Engelli Bireylerin Sosyodemografik Özelliklerine ait bulgular Tablo Tablo 1. Cinsiyet Durumu

CİNSİYETİNİZ NEDİR?	**Sıklık**	**Yüzde (%)**
ERKEK	76	76,0
KADIN	24	24,0
Toplam	100	100,0

Tablo 1'de; araştırma kapsamına giren işitme engellilerin %76'sının erkek ve

%24'ünün ise kadın olduğu görülmektedir.

Tablo 2. Yaş Dağılımı

KAÇ YAŞINDASINIZ?	Sıklık	Yüzde (%)
12-15 YAŞ ARASI	1	1,0
16-18 YAŞ ARASI	3	3,0
19 YAŞ VE ÜZERİ	96	96,0
Toplam	100	100,0

Tablo 2'de; araştırma kapsamına giren işitme engellilerin %1'i 12-15 yar grubunu,

%3'ü 16-18 yaş grubunu ve %96'sı ise 19 yaş ve üzeri grubu oluşturmaktadır.

Tablo 3. Medeni Durum

MEDENİ DURUMUNUZ?	Sıklık	Yüzde (%)
BEKÂR	29	29,0
EVLİ	71	71,0
Toplam	100	100,0

Tablo 3'te araştırma kapsamına giren işitme engellilerin %29'u bekar, %71'i evli olduklarını belirtmişlerdir.

Tablo 4. Meslek Grupları

MESLEĞİNİZ NEDİR?	Sıklık	Yüzde (%)
CEVAP YOK	4	4,0
BAHÇIVAN	1	1,0
EMEKLİ	27	27,0
EV HANIMI	21	21,0
İŞÇİ	26	26,0
MATBAA	1	1,0
ÖĞRENCİ	1	1,0
SERBEST	19	19,0
Toplam	100	100,0

Tablo 5. Cinsiyete Göre Meslek Grupları

	Cevap Yok	Bahçıvan	Emekli	Ev Hanımı	İşçi	Matbaa	Serbest	Genel Toplam
ERKEK	4	1	25	-	25	1	20	76
KADIN	-	-	2	21	1	-	-	24
Genel Toplam	**4**	**1**	**27**	**21**	**26**	**1**	**20**	**100**

Tablo 4 ve tablo 5'te; araştırma kapsamına giren işitme engellilerin %1'inin bahçıvan,

%27'sinin emekli, %21'inin ev hanımı, % 26'sının işçi, %1'inin matbaa, %1'inin öğrenci, % 19'unun serbest işlerde çalıştığı tespit edilmiştir. %4'ünün ise bu soruya cevap vermediği görülmüştür.

Tablo 5 incelendiğinde ise; araştırma kapsamına giren işitme engelli kadınların %21 gibi büyük bir çoğunluğunun ev hanımıyım cevabını vermesi ise herhangi bir meslek grubu içinde yer almadıklarını yani mesleksiz olduklarını ortaya koymaktadır.

Tablo 6. Ailenin Sosyo-Ekonomik Durumu

AİLENİZİN SOSYAL VE EKONOMİK DURUMUNU NASIL DEĞERLENDİRİYORSUNUZ?	**Sıklık**	**Yüzde (%)**
VASIFLI ÇALIŞAN KESİM(Vasıflı, eğitim görmüş kol ve beden işçileri)	1	1,0
VASIFSIZ ÇALIŞAN KESİM (Az vasıflı veya vasıfsız bedenen çalışan kesimler, işçiler)	82	82,0
EN ALT DÜZEY (Geliri/belirli işi olmayanlar, topraksız köylüler, uzun süreli işsizler)	17	17,0
Toplam	100	100,0

Tablo 6'da; araştırma kapsamına giren işitme engellilerin %1'i kendisini vasıflı çalışan kesim arasında değerlendirirken, %82'si vasıfsız çalışan kesim, %17'si ise kendilerini en alt düzey olarak değerlendirmektedirler.

Tablo 7. Meslek Grubuna Göre Ailenin Sosyo-Ekonomik Durumu

Satır Etiketleri	VASIFLI ÇALIŞAN KESİM	VASIFSIZ ÇALIŞAN KESİM	EN ALT DÜZEY	GENEL TOPLAM
CEVAP YOK		4		4
BAHÇIVAN		1		1
EMEKLİ		26	1	27
EV HANIMI		5	16	21
İŞÇİ	1	25		26
MATBAA		1		1
SERBEST		20		20
Genel Toplam	**1**	**82**	**17**	**100**

Tablo 7'de; işçi olarak çalışan işitme engellilerden sadece 1 kişi "ailenizin sosyal ve ekonomik durumunu nasıl değerlendiriyorsunuz?" sorusuna vasıflı çalışan kesim olarak cevap verirken, işçilerden diğer 25'i ise ailesinin sosyo-ekonomik durumunu vasıfsız çalışan kesim olarak belirtmiştir. Kendisini bahçıvan ve matbaa çalışanı olarak açıklayan her 2 kişi kendisini vasıfsız çalışan kesim olarak belirtmiştir. Emeklilerden 26 kişi kendisini vasıflı çalışan kesim olarak nitelendirirken, sadece 1 kişi kendisini en alt düzey olarak nitelendirmiştir. Kendisini ev hanımı olarak belirten 5 kişi ailesinin sosyo-ekonomik durumunu vasıfsız çalışan kesim olarak nitelendirirken, bunlardan 16'sı kendisini en alt düzey olarak nitelendirmiştir. Serbest çalışıyorum diye cevap verenlerin hepsi (20 kişi) kendilerini vasıfsız çalışan kesim olarak nitelendirmişlerdir.

Tablo 8. Eğitim Durumu

EĞİTİM DURUMUNUZ NEDİR?	Sıklık	Yüzde (%)
İLKOKUL-ORTAOKUL–İLKÖĞRETİM	66	66,0
LİSE	33	33,0
ÖNLİSANS/LİSANS	1	1,0
Toplam	100	100,0

Tablo 8'de, araştırma kapsamına giren işitme engellilerin %66'sının ilkokul-ortaokul- ilköğretim mezunu oldukları, %33'ünün lise mezunu oldukları ve %1'inin ön lisans/lisans mezunu oldukları tespit edilmiştir.

Tablo 9. Hanehalkı Sayısı

SİZ DAHİL EVDE KAÇ KİŞİ YAŞIYOR-SUNUZ?	Sıklık	Yüzde (%)
1	4	4,0
2	11	11,0
3	20	20,0
4	27	27,0
5	22	22,0
6	8	8,0
7	5	5,0
8	2	2,0
9	1	1,0
Toplam	100	100,0

Tablo 9'da, araştırma kapsamına giren işitme engellilerin %4'ünün evde 1 kişi yaşadığı, %11'inin 2 kişi, %20'sinin 3 kişi, %27'sinin 4 kişi, %22'sinin 5 kişi, %8'inin 6 kişi,

%5'inin 7 kişi, %2'sinin 8 kişi ve %1'inin ise 9 kişi yaşadıkları tespit edilmiştir.

Tablo 10. Kardeş Sayısı

KAÇ KARDEŞİNİZ VAR?	Sıklık	Yüzde (%)
KARDEŞİM YOK	1	1,0
2	4	4,0
3	26	26,0
4	18	18,0
5	15	15,0
6	9	9,0
7	9	9,0
8	10	10,0
9	5	5,0
10	3	3,0
Toplam	100	100,0

Tablo 10'da, araştırma kapsamına giren işitme engellilerin %1'inin kardeşi olmadığı;

%4'ünün 2 kardeşe, %26'sının 3 kardeşe, %18'inin 4 kardeşe, %15'inin 5 kardeşe, %9'unun

6 kardeşe, %9'unun 7 kardeşe, %10'unun 8 kardeşe, %5'inin 9 kardeşe ve %3'ünün ise 10 kardeşe sahip olukları tespit edilmiştir.

Tablo 11. Aile Tipi

AİLE TİPİNİZ NASILDIR?	Sıklık	Yüzde (%)
ÇEKİRDEK AİLE (ANNE, BABA, ÇOCUKLAR)	98	98,0
GENİŞ AİLE (DEDE, NİNE, ANNE, BABA, ÇOCUKLAR)	2	2,0
Toplam	100	100,0

Tablo 11'de, araştırma kapsamına giren işitme engellilerin %98'inin Anne Baba ve çocuklardan oluşan Çekirdek Aile tipine sahip oldukları, %2'sinin ise içinde dede, nine ve başka akraba bireylerinin de girdiği Geniş Aile tipine sahip oldukları saptanmıştır.

Tablo 12. İşitme Engellilerden Dudak Okumayı Bilme Durumu

DUDAK OKUMAYI BİLİYOR MUSUNUZ?	Sıklık	Yüzde (%)
EVET	7	7,0
HAYIR	93	93,0
Toplam	100	100,0

Tablo 12'de, araştırma kapsamına giren işitme engellilerin %7'sinin dudak okumayı bildikleri, %93'ünün dudak okumayı bilmedikleri tespit edilmiştir.

Tablo 13. İşitme Engellilerden İşitme Cihazı Kullanma Durumu

İŞİTME CİHAZI KULLANIYOR MUSUNUZ?	Sıklık	Yüzde (%)
EVET	6	6,0
HAYIR	94	94,0
Toplam	100	100,0

Tablo 13'te, araştırma kapsamına giren işitme engellilerin %6'sının işitme cihazı kullandığı, %94'ünün ise işitme cihazı kullanmadığı tespit edilmiştir.

Tablo 14. Aile İçerisinde Başka İşitme Engelli Bireylerin Varlığı

AİLENİZDE SİZDEN BAŞKA İŞİTME ENGELLİ BİREY VAR MI?	Sıklık	Yüzde (%)
EVET	96	96,0
HAYIR	4	4,0
Toplam	100	100,0

Tablo 14'te, araştırma kapsamına giren işitme engellilerin %96'sının ailesi içerisinde başka bir işitme engelli birey olduğu , %4'ünün ailesinde başka bir işitme engelli bireyin olmadığı tespit edilmiştir.

1.1. Topluma Uyum Sorunları ve Gelecek Beklentilerine Ait Bulgular Tablo 15. Toplumsal Uyum Sorunları ve Gelecek Beklentileri

ğıda geleceğe ait düşünce- ifade eden bazı sorular so- nuştur. fen her bir ifadeyi okuya- bunların size ne kadar uy- olduğuna karar veriniz.		EVET		KISMEN		HAYIR	
S.N		**Sıklık**	**(%)**	**Sıklık**	**(%)**	**Sıklık**	(%)
1	İşitemediğiniz için kendinizi engelli olarak hissediyor musunuz?	100	100	-	-	-	-
2	İşitmiyor oluşunuzun, kişisel veya sosyal hayatı-	19	19	-	-	81	**81**

18	**Kalabalık ortamlarda kendinizi dışlanmış hissediyor musunuz?**	**87**	**87**	**9**	**9**	**4**	**4**
19	İşitemiyor oluşunuz; moral bozukluğu veya karamsarlık hissine neden oluyor mu?	14	14	13	13	73	**73**
20	İşitme engelinizden dolayı; işitme engeli bulunmayan arkadaşlarınızla ya da tanımadığınız herhangi bir kişiyle konuşurken kendinizi tedirgin hissediyor musunuz?	20	20	79	79	1	**1**
21	İşitemiyor olmanız sinirli olmanıza neden oluyor mu?	94	94	5	5	1	**1**
22	İşitemediğiniz için aile bireyleri ile normalden fazla tartışma yaşıyor musunuz?	20	20	78	78	2	**2**
	İşitme engeli bulunmayan bebeğinizin ya da kardeşinizin ağlama veya gülme sesini duymak ya da en azından						

23	hissetmek isterdim diye düşündüğünüz oluyor mu?	98	98	2	2	-	-
24	Geleceğe umut ve coşku ile bakabiliyor musunuz?	98	98	1	1	1	**1**
25	**Ameliyat olmadan ya da herhangi bir işitme cihazı kullanmadan toplumla bütünleşebileceğiniz, hayatınızı kolaylaştıracak (Örneğin karşıdan karşıya geçerken araba ve korna seslerini hissedebileceğiniz, konuşulanları hemen anlayabileceğiniz yani tüm sesleri hissetmenizi ve anlamanızı sağlayacak) bir cihaz üretilmiş olsa kullanmayı düşünür müydünüz?**	**97**	**97**	**3**	**3**	-	-

Araştırma kapsamına giren işitme engellilere, toplumsal uyum sorunlarının ve gelecek beklentilerinin tespiti amacıyla toplam 25 soru sorulmuştur. Buna göre:

1- "İşitemediğiniz için kendinizi engelli olarak hissediyor musunuz" sorusuna, araştırma kapsamına giren işitme engellilerin %100'ünün evet cevabı verdikleri tespit edilmiştir.

2- "İşitmiyor oluşunuzun, kişisel veya sosyal hayatınızı sınırladığını veya engellediğini düşünüyor musunuz" sorusuna, araştırma kapsamına giren işitme engellilerin %19'unun evet,

%81'inin hayır cevabı verdikleri tespit edilmiştir.

3- "İşitme engeliniz iyi bir eğitim almanızda zorluk teşkil ediyor mu/etti mi" sorusuna, araştırma kapsamına giren işitme engellilerin %98'inin evet, %2'sinin kısmen cevabı verdikleri tespit edilmiştir.

4- "İşitme engeliniz; aile fertleri ile istediğinizden daha az iletişime geçmenize sebep oluyor mu" sorusuna, araştırma kapsamına giren işitme engellilerin %11'inin evet, %87'sinin kısmen, %2'sinin hayır cevabı verdikleri tespit edilmiştir.

5- "İşitmediğiniz için ailenizi ve dostlarınızı anlamakta zorluk çekiyor musunuz" sorusuna, araştırma kapsamına giren işitme engellilerin %88'inin evet, %12'sinin kısmen cevabı verdikleri tespit edilmiştir.

6- "İşitmediğiniz için iş arkadaşlarınızı anlamakta zorluk çekiyor musunuz" sorusuna, araştırma kapsamına giren işitme engellilerin %92'sinin evet, %8'inin kısmen cevabı verdikleri tespit edilmiştir.

7- "Bir davete ya da arkadaş ortamına gittiğinizde işitme engelinizden dolayı zorluk yaşıyor musunuz" sorusuna, araştırma kapsamına giren işitme engellilerin %95'inin evet,

%5'inin kısmen cevabı verdikleri tespit edilmiştir.

8- "Akraba, komşu ve arkadaşlarınızı işitemediğiniz için istediğinizden daha mı az ziyaret ediyorsunuz" sorusuna, araştırma kapsamına giren işitme engellilerin %94'ünün evet,

%6'sının kısmen cevabı verdikleri tespit edilmiştir.

9- "Sosyal faaliyetlere katılıyor musunuz" sorusuna, araştırma kapsamına giren işitme engellilerin %96'sının evet, %3'ünün kısmen, %1'inin hayır cevabı verdikleri tespit edilmiştir.

10- "Gündemi takip etmek, eğlenmek ya da vb. durumlarda TV izlerken, çoğu TV kanallarının işitme engellilere yönelik çözümler geliştirmemesinden dolayı zorluk yasıyor musunuz" sorusuna, araştırma kapsamına giren işitme engellilerin %96'sının evet, %4'ünün kısmen cevabı verdikleri tespit edilmiştir.

11- "Sinema ve tiyatro gibi sosyal faaliyetleri işiterek/anlayarak izlemek ister misiniz" sorusuna, araştırma kapsamına giren işitme engellilerin %21'inin evet, %2'sinin kısmen, %77'sinin hayır cevabı verdikleri tespit edilmiştir.

12- "İşitme engeliniz; yeterli düzeyde alışverişe çıkmanıza engel oluyor mu" sorusuna, araştırma kapsamına giren işitme engellilerin %91'inin evet, %7'sinin kısmen, %2'sinin hayır cevabı verdikleri tespit edilmiştir.

13- "Arkadaşlarınıza güven duyuyor musunuz" sorusuna, araştırma kapsamına giren işitme engellilerin %91'inin evet, %8'inin kısmen, %1'inin hayır cevabı verdikleri tespit edilmiştir.

14- "İnsanlarla çabuk kaynaşır mısınız" sorusuna, araştırma kapsamına giren işitme engellilerin %17'sinin evet, %81'inin kısmen, %2'sinin hayır cevabı verdikleri tespit edilmiştir.

15- "İşitmiyor olmanız insanlardan uzaklaşmanıza neden oluyor mu" sorusuna, araştırma kapsamına giren işitme engellilerin %92'sinin evet, %8'inin kısmen cevabı verdikleri tespit edilmiştir.

16- "İşitmiyor olmanız yeni insanlarla tanışırken utanma hissine sebep oluyor mu" sorusuna, araştırma kapsamına giren işitme engellilerin %92'sinin evet, %8'inin kısmen cevabı verdikleri tespit edilmiştir.

17- "İşitmiyor olmanız aşırı hassas olmanıza neden oluyor mu" sorusuna, araştırma kapsamına giren işitme engellilerin %15'inin evet, %11'inin kısmen, %74'ünün hayır cevabı verdikleri tespit edilmiştir.

18- "Kalabalık ortamlarda kendinizi dışlanmış hissediyor musunuz" sorusuna, araştırma kapsamına giren işitme engellilerin %87'sinin evet, %9'unun kısmen, %4'ünün hayır cevabı verdikleri tespit edilmiştir.

19- "İşitemiyor oluşunuz; moral bozukluğu veya karamsarlık hissine neden oluyor mu" sorusuna, araştırma kapsamına giren işitme engellilerin %14'ünün evet, %13'ünün kısmen, %73'ünün hayır cevabı verdikleri tespit edilmiştir.

20- "İşitme engelinizden dolayı; işitme engeli bulunmayan arkadaşlarınızla ya da tanımadığınız herhangi bir kişiyle konuşurken kendinizi tedirgin hissediyor musunuz" sorusuna, araştırma kapsamına giren işitme engellilerin %20'sinin evet, %79'unun kısmen, %1'inin hayır cevabı verdikleri tespit edilmiştir.

21- "İşitemiyor olmanız sinirli olmanıza neden oluyor mu" sorusuna, araştırma kapsamına giren işitme engellilerin %94'ünün evet, %5'inin kısmen, %1'inin hayır cevabı verdikleri tespit edilmiştir.

22- "İşitemediğiniz için aile bireyleri ile normalden fazla tartışma yaşıyor musunuz" sorusuna, araştırma kapsamına giren işitme engellilerin %20'sinin evet, %78'inin kısmen, %2'sinin hayır cevabı verdikleri tespit edilmiştir.

23- "İşitme engeli bulunmayan bebeğinizin ya da kardeşinizin ağlama veya gülme sesini duymak ya da en azından hissetmek isterdim diye düşündüğünüz oluyor mu" sorusuna, araştırma kapsamına giren işitme engellilerin %98'inin evet, %2'sinin kısmen cevabı verdikleri tespit edilmiştir.

24- "Geleceğe umut ve coşku ile bakabiliyor musunuz" sorusuna, araştırma kapsamına giren işitme engellilerin %98'inin evet, %1'inin kısmen, %1'inin hayır cevabı verdikleri tespit edilmiştir.

25- "Ameliyat olmadan ya da herhangi bir işitme cihazı kullanmadan toplumla bütünleşebileceğiniz, hayatınızı kolaylaştıracak (Örneğin karşıdan karşıya geçerken araba ve korna seslerini hissedebileceğiniz, konuşulanları hemen anlayabileceğiniz yani tüm sesleri hissetmenizi ve anlamanızı sağlayacak) bir cihaz üretilmiş olsa kullanmayı düşünür müydünüz" sorusuna, araştırma kapsamına giren işitme engellilerin %97'sinin evet, %3'ünün kısmen cevabı verdikleri tespit edilmiştir.

TARTIŞMA ve SONUÇ

Engelli birey, sosyal ve sağlık problemi nedeniyle normal yaşam standartlarından ve imkanlarından tam anlamıyla yararlanamayan bireydir. Engelli bireylerin genel olarak yaşamlarından doyum sağlamaları, umutsuzluk yaşamamaları, normal yaşam döngüsü içerisinde yer almaları ne yazık ki günümüz şartlarında mümkün görünmemektedir.

Engellilik konusu toplumsal kökenlidir. Hiçbir engelli isteyerek engelli olmamıştır. Engellerin birçoğu toplumun bilgisizliği, sağlık hizmetleri ile sağlık eğitiminin yetersizliği, sosyoekonomik durum gibi önlenebilir nedenlerden ötürü engelli olmuşlardır. Günümüzde toplumun bilinçlilik ve duyarlılık düzeyinde farkın giderek artan düzeyde bir ilginin varlığı gözlemlenmekte ise de yine de istenilen seviyede değildir.

Ülkemizin sosyo-ekonomik ve kültürel koşulları engelli bireylere sunulması gereken hizmetler için sağlıklı bir alt yapı oluşturmamaktadır. Sorunun çarpıcılığının diğer bir yönü de engelli bir çocuğa sahip olan ailelerin büyük bir kısmının eğitim yetersizliğinden kaynaklanan umutsuzluk içinde olması ve bu umutsuzluklarını çocuklarına da yansıtmalarıdır. Bu konudaki bilgi yetersizliği ve eksikliği, engelin nedenini kavrayamamalarına, yanlış duyular içerisine girmelerine ve çocuğa sağlıklı ruhsal gelişimini ve dolayısıyla topluma kazandırılmasını sağlayacak yardımları yapamamalarına yol açmaktadır. Sorun kitle iletişim araçları ile yaygın bir eğitimi gerektirecek kadar önem ve büyüklük arz etmektedir. Bu bakımdan toplumun bilgilendirilerek bilinçlendirilmesi, hizmetlerin artan düzeyde geliştirilmesi ve hızlandırma sürecinde her birey üzerine düşen toplumsal görev ve sorumluluklarını yerine getirmek için gayret sarf etmelidir.

Özellikle işitme engelli bireylerde öğrenme süreci sağlıklı bireylere kıyasla daha zor ve daha fazla çaba gerektiren bir olgudur. Bu nedenledir ki; araştırmamız bağlamında işitme engelli bir birey yaşamın her döneminde toplumsal uyum sorunları ve bu sorunlarla baş edemeyince umutsuzlukla sonuçlanan yaşam deneyimleri kazanmaktadır.

Bu bilgiler doğrultusunda planlanan bu çalışma, işitme engelli bireylerin toplumsal uyum sorunlarının ve gelecek beklentilerinin belirlenmesi ve tespiti amacıyla yapılmıştır.

Bu bağlamda konuyu ele aldığımızda araştırmanın sonucu aşağıdaki bulgulara kolaylıkla ulaşabilmemize olanak tanımaktadır.

Araştırma konusu işitme engellilerin % 81 gibi büyük bir çoğunluğu işitemiyor oluşlarının kişisel ve sosyal hayatlarını sınırlamadığını belirtmiş olsalar da toplumun bilinçlenme seviyesinin yeteri düzeyde olmaması sebebiyle bu bireylerin %100'ü kendilerini yine de engelli olarak hissettiklerini tespit etmiş olmaktayız.

Tablo 6 ve 8'ye baktığımızda bireylerin ekonomik durumları ile eğitim durumları arasındaki doğru orantıyı görmek mümkündür. Buna göre araştırma kapsamına giren işitme engellilerin %1'i kendisini vasıflı çalışan kesim arasında değerlendirmişken, %82'si vasıfsız çalışan kesim, %17'si ise kendilerini en alt düzey olarak değerlendirmişlerdir. Tablo 8'de, araştırma kapsamına giren işitme engellilerin %66'sının ilkokul-ortaokul-ilköğretim mezunu oldukları, %33'ünün lise mezunu oldukları ve %1'inin ön lisans/lisans mezunu oldukları tespit edilmiştir. Bu sebepledir ki, işitme engellerinin iyi bir eğitim alma noktasında zorluk yaşama oranı %98 oranında olmuştur.

İşitemedikleri için ailelerini ve dostlarını anlamakta zorluk çekme oranı %88 iken bu oran iş arkadaşlarında %92'lere çıkmaktadır. Bu durum aslında kendi ailesini anlamakta bile zorluk çeken bu bireylerin, sosyalleşmenin daha zor olduğu iş ortamlarında daha yüksek olması sonucunu bize göstermektedir.

Diğer dışsal faktörlere oranla sosyalleşme durumunun daha kolay olması gereken akraba ve komşuluk ilişkilerinde bile işitememek büyük bir sorun teşkil etmektedir. Bu sebepledir ki, %94'lük büyük bir kısım, işitemedikleri için akrabalarını, komşularını hatta arkadaşlarını bile ziyaret edememelerine etki eden faktörlerden birisi olarak karşımıza çıkmaktadır.

Sosyal faaliyetlere katılım oranları da %96 gibi büyük bir orana ulaşsa da, bu durumun engelli bireylerin kendi aralarında oluşturdukları sosyal gruplaşmalar sonucu ortaya çıkan faaliyetlerden kaynaklandığı düşünülmektedir. Aksi durumda verilen diğer cevaplara tezat oluşturabilecek bir cevap olacaktır.

Araştırmaya katılanların %96'sı Gündemi takip etmek, eğlenmek ya da vb. durumlarda TV izlerken, çoğu TV kanallarının işitme engellilere yönelik çözümler geliştirmemesinden dolayı zorluk yaşadıklarını ifade etmişlerdir. Ancak bu bireylerin %77'lik büyük bir kısmı Sinema ve tiyatro gibi sosyal faaliyetleri işiterek/anlayarak izlemek istemediklerini ifade etmişlerdir. Her iki sorunun sonuçlarının farklı olması sorulan soruların anlaşılmamasından kaynaklanmış olabilir.

Arkadaşlarına güven duyanların oranı %91 olsa da %81'i insanlarla kısmen çabuk kaynaşabildiklerini belirtmişlerdir. Yine de araştırmaya katılan bireylerin %92'si işitemedikleri için insanlardan uzaklaşabildiklerini ortaya koymaktadır. Yine %92'lik bir kısmı, yeni insanlarla tanışırken, işitme engelinden ötürü utandıklarını da ortaya koymuştur. Ayrıca %79'luk bir kesim işitme engeli olmayan bir arkadaşıyla ya da tanımadığı herhangi biriyle konuşurken kendisini kısmen tedirgin hissettiğini belirtmiştir.

İşitemiyor olmaları kendilerini aşırı hassas ve karamsar hissetmelerine sebep olmasa da, araştırma kapsamındaki işitme engelli bireylerin %87'lik bir kısmı kendilerini kalabalık içinde dışlanmış ve yalnız hissettiğini, % 94' sinirli olabildiklerini belirtmişlerdir.

Her şeye ve yaşadıkları tüm olumsuzluklara rağmen geleceğe umut ile bakanların sayısı %98 olarak tespit edilmiştir. Bu durum gelecek endişelerinin kısmen bulunsa da, içinde yaşadığımız tüm olumsuz durumların düzeleceğine olan inançlarını korudukları gözlemlenmiştir. Kitle iletişim araçları ile engelli

bireyler hakkında bilgilendirme ve bilinçlendirme çalışmalarının günümüzde hız kazanması da bu durumun varlığına bir delil teşkil ediyor olabilir. Ayrıca teknoloji de yaşanılan gelişmelerin de etkisinden söz etmek mümkün olabilir. Yani yaşanılan teknolojik gelişmelerin yaşam kalitelerini olumlu anlamda yükselteceği ümidi de gelecek endişelerinin çok az olmasında rolünün büyük olabileceği varsayım olarak değerlendirilebilir.

"İşitme engeli bulunmayan bebeğinizin ya da kardeşinizin ağlama veya gülme sesini duymak ya da en azından hissetmek isterdim diye düşündüğünüz oluyor mu" sorusuna %98 ve "Ameliyat olmadan ya da herhangi bir işitme cihazı kullanmadan toplumla bütünleşebileceğiniz, hayatınızı kolaylaştıracak (Örneğin karşıdan karşıya geçerken araba ve korna seslerini hissedebileceğiniz, konuşulanları hemen anlayabileceğiniz yani tüm sesleri hissetmenizi ve anlamanızı sağlayacak) bir cihaz üretilmiş olsa kullanmayı düşünür müydünüz" sorusuna %97 bir çoğunlukla evet cevabı verilmiştir. Bu her iki soru aslında işitme engelli bireylerin eğitiminde en temel iletişim aracı işaret diline destek sunabilecek ve işitme engelli bireylerin çevrelerini anlamada, konuşulanları anlamlandırmada ve çevresel dış sesleri tanımlamada yardımcı olacak bir sistemin varlığı durumunda verecekleri tepkiyi de ortaya koymaktadır. Yani seslerin modüle edilmesi ile işitme engelli bireylerin dış sesleri duyabilmesini-iletişim kurmasını sağlayacak yeni bir iletişim sisteminin geliştirilmesi ile yaşam kalitelerinin artmasının önü açılmış olacaktır. Bu sayede işitme engelli bir birey herhangi bir cerrahi operasyona gerek duymadan ya da işitme cihazı kullanmadan dış dünya ile iletişim kurabilecek, kendisini çevresel uyaranlara karşı tetikte tutabilecek ve tehlikelere karşı uyarabilecek bir ürün üretildiğinde, hem kardeşinin hem de bebeğinin sesini duyabilme/hissedebilme şansına sahip olabilecektir. Toplumsal uyum sorunlarının belirlendiği diğer soruların aksine bu iki soru aslında, ses frekanslarını titreşim diline dönüştürebilen sistemler gibi çeşitli projelerin uygulanması ve hayata geçirilmesi ile işitme engelli bireylerin iletişim kurmalarını sağlayacak çok fonksiyonlu cihazların üretilmesi neticesinde, bu türden üretilecek yenilikçi teknolojik ürünlere bireylerin ilgisini de ortaya koyabilecek nitelikte sorulardır.

Araştırmanın geneli itibariyle işitme engelli bireylerin geleceğe yönelik umut ve coşkuları da azımsanmayacak kadar büyük olsa da, bu bireylerde topluma uyum sorununun olduğu rahatlıkla söylenebilmektedir. Bunun başlıca sebebi niteliksel eğitim eksikliği ve yeterli bilgilendirme ve bilinçlendirme çalışmalarının azlığı ve yetersiz oluşudur. Bu nedenle "işitme engeli" bir "iletişim engeli"ne dönüşmekte ve topluma uyum sağlama noktasında sorunların daha da karmaşık bir hal almasına sebep olmaktadır.

Yetersiz teknoloji ve yetersiz alt yapı nedenlerinin yanı sıra ülkemizde hızlı nüfus artışı ve buna paralel olarak artan engelli çocuklar için verilen eğitim hizmetleri görüldüğü kadarı ile nitelik ve nicelik yönünden son derece yetersizdir. Eğitim yönünün getirdiği olumsuzluklar sebebiyle duyma engeli bir iletişim engeline dönüşmekte, böylece bireyler çevrelerinden uzaklaşmakta ve topluma yarar sağlama, değer katma özelliklerini de yitirmektedirler. Eğitim müfredatlarına paralel görsel materyallerin geliştirilmesi, teknolojik alt yapının güçlendirilmesi ve iletişimi kolaylaştıracak ürünlerin geliştirilmesi zaruri hatta işitme özrü bulunanlar için hayatidir.

Bu sebepler göz önüne alındığında işitme engellilerin hayatlarını kolaylaştırıcı ve toplumsal uyum sorunlarını azaltıcı projeler ve benzeri yenilikçi çözümlerin önemi anlaşılmakta ve gerçekleştirilmesinin eğitim açısından nitelikler arz ettiği görülmektedir.

KAYNAKÇA

Aonghas, St-H. (2002) "The Social Adaptation of Children of Mexican Immigrants: Educational Aspirations Beyond Junior High School" Social Science Quarterly 83(4)1026-1043.

Aral, N. ve Gürsoy, F. (2007) Özel Eğitim Gerektiren Çocuklar ve Özel Eğitime Giriş, İstanbul, Morpa Kültür Yayınları.

Atay, M. (1999) İşitme Engelli Çocukların Eğitiminde Temel İlkeler, İstanbul, Özgür Yayınları.

Azaula, M., Msall, M.E., & Buck, G.,(2000) "Measuring functional status and family support in older schoolaged children with Cerebral Palsy, Comparison of three instruments". Arch Phys Med, 81: 307- 311.

Chen, X., Yunfeng H., De Oliveira, A. M.; Coco, A. L., Zappulla, C., Kaspar, V., Schneider, B., Valdivia, I. A., Chi-Hang T. H., De- Souza, A. (2004) " Loneliness and social adaptation in Brazilian, Canadian, Chinese and Italian children: a multi-national comparative study" Journal of Child Psychology & Psychiatry, 45(8)1373-1384.

Deretarla, E. (2000). Kaynaştırma Uygulaması Yapan İlköğretim Okullarının 3. Sınıfına Devam Eden Normal İşiten ve İşitme Engelli Öğrencilerin Okuduğunu Anlama Becerilerinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi (basılmamış). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

Ekşioğlu,N. (1997) Okul Öncesi 5-6 Yaş ve Okul Dönemi 10-11 Yaş Normal İşiten Çocukların İşitme Engelli Çocuklar ve İşitme Cihazları Hakkındaki Düşünceleri ve Entegrasyonun Etkileri, Yüksek Lisans Tezi (basılmamış), Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

Engin, N. (2005) İşitme Engelli Çocuklarda Görsel Sanatlar Eğitimi Uygulamalarının Değerlendirilmesi, Yüksek Lisans Tezi (basılmamış), Gazi Üniversitesi, Ankara.

Erdoğan, S., Şimşek Bekir, H., Şanlı, H. S. (2005) "Gazi Üniversitesi Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin Ekonomik, Sosyal, Kültürel Uyum Sorunlarını Etkileyen Bazı Etmenler" Gazi Üniversitesi Endüstriyel Sanatlar Eğitim Fakültesi Dergisi,16,1-13

Girgin, M.C. (2003) İşitme Engelli Çocukların Eğitimine Giriş, T.C. Anadolu Üniversitesi Yayınları No:1531, Engelliler Entegre Yüksekokulu Yayınları No:6, Eskişehir.

Göktepe, D. (1997) 7-11 Yaş Grubu İleri Derecede İşitme Engelli Çocuklarda İşitme Engelinin Psiko-Sosyal Gelişime Etkisinin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi (basılmamış), Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

Grusec, J.E. ve Lytton, H. (1998) Social Development: History, Theory and Research, New York, Springer-Verlag.

Haddadian, A. ve Rose, S. (1993) "An Inverstion on Parent's Attitundes and the Communication Skills of their Deaf Children" American Annals of the Deaf, 136,273- 277.

Kochanska, G., Clark, A.L. and Goldman, S.M. (1997). "Implications of Mothers' Personality for their Parenting and their Young Children's Developmental Outcomes" Journal of Personality, 2(65) 387-420.

Nowicki, E. A.(2003) “A Meta-Analysis of the Social Competence of Children with Learning Disabilities Compared to Classmates of Low and Average to High Achievement” Learning Disability Quarterly, 26(3) 171-188.

Öztürk, M. (2011) Türkiye’de Engelli Gerçeği, MÜSİAD Yayınları, İstanbul.

Pavri, S., Hegwer-DiVita, M. (2006) “Meeting the Social and Emotional Needs of Students with Disabilities: The Special Educators’Perspective”, Reading and Writing Quarterly, 22(2),139-153.

Pulkkinen,L. ve Tremblay,,R.E.(1992) “Patterns of Boys Social Adjustment in Two Cultures and at Different Ages : A Longitudinal Perpective” International Journal of Behavioral Development,15(4)527-553.

Redmond; S. M. and Rice, M. L. (1998) “The Socioemotional Behaviors of Children With SLI Social Adaptation or Social Deviance?”, Journal of Speech, Language, and Hearing Research, 41, 688-700.

Şipal, R. F. (2002) 7-11 Yaş Arası İşitme Engelli ve İşitme Engeli Olmayanın Sosyal Uyum Düzeylerinin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi (basılmamış), Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

Tanskley, C. K. (1993) “Interactions Between Mothers and Normal Hearing or Hearing- Impaired Children” The Volta Review,95, 33-47.

van Nieuwenhuijzen, M., de Castro, B.O., Wijnroks, L., Vermeer, A., Matthys, W. (2004) The relations between intellectual disabilities, social information processing, and behaviour problems. European Journal of Developmental Psychology, 1(3) 215-229.

Yavuzer H. (1988), Çocuk Psikolojisi, Altın Kitaplar, İstanbul, 1988, s.55.

Yapıcı, Ş. ve Yapıcı, M. (2005) Gelişim ve Öğrenme Psikolojisi, Ankara, Anı Yayıncılık. Yılmaz, F. (1990) Lise ve Dengi Okullara Devam Eden Öğrencilerin Uyum Düzeylerini

Etkileyen Faktörler, Yüksek Lisans Tezi (basılmamış), Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun.

SPORTMENLİK VE ETİK

Hayrettin GÜMÜŞDAĞ[1], Alparslan KARTAL[1]

[1] Yozgat Bozok Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Yozgat / Türkiye

Öz: Bu araştırmanın amacı; sportmenlik ve etik kavramları arasında ki ilişkiye yönelik yapılan çalışmaların incelenmesi, derlenmesidir. Gürpınar (2009) Altyapıdan itibaren sporcuların spor eğiticileri tarafından sportmence davranışlar gösterecek şekilde yetiştirilmesi gerektiğini ayrıca sporculara altyapı ve okul maçlarında sportmenliği teşvik edici uygulamaların yapılması gerektiğini vurgulamıştır. Eğitim sistemimizde sportif erdem ve sportmenlik ile ilgili amaçlar, ilköğretim ve ortaöğretim beden eğitimi dersi müfredatında yer almaktadır. Ancak Güven (2011), okullarda sportmenlik kavramlarını öğretecek olan beden eğitimi öğretmenlerinin yetiştirildiği üniversite programlarında, sporda sosyal alanlarla ilgili olması gereken zorunlu derslerin yer almadığını, bu nedenle öğretmenlerin sporun sosyolojik, psikolojik ve felsefi boyutlarından habersiz olarak mezun olduklarını düşünmektedir. Eğitim kurumlarımızda sportif erdem, etik ve sportmenlik gibi konularda iyi bir eğitim verilmediği bir ortamda, spor sahalarında sportmence davranışlar beklemek akıllıca olmayacaktır. Sportmenlik ve etik kavramları birbirinden farklı kavramlar gibi görünse de birbiriyle yakından ilişkisi olan kavramlardır. Sporun, maddi kazanç sağlama özelliği, sporda kazanma hırsını artırmaktadır. Buna bağlı olarak ahlaki ve sportmenlik değerlerinin ikinci plana atılmasına sebep olabilmektedir. Bu sebepledir ki, sporda sportmenlik ve etik arasında bulunan ilişkinin irdelenmesi gerekliliği doğmuş olup, bu çalışma da sporun en önemli iki kavramı olan sportmenlik ve etik kavramları arasında ki ilişkinin açıklanması amaçlanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Spor, Etik, Sportmenlik, Kavram

GİRİŞ

Etik kavramı, iyi ve kötünün, doğru ve yanlışın ne olduğunu araştırmaktır." (Karakaş 2008). Etik; doğru ve yanlış davranışları tanımlayan kurallar bütünüdür. Bu kurallar bizlere davranışlarımızın toplumun yapısına uygunluğunu, kabul görmezliğini ve yanlışlığını söyler (Karakoç ve Aydın, 2011).

Etik, bir şeyin iyi ya da kötü olduğunu belirtmez iyiye nasıl ulaşılacağına yön gösterir. Etiğin amacı insanın iyi temellendirilmiş ahlaki kararları kendi başına vermek durumunda olduğunu ve başka hiç kimseye ne herhangi bir otoriteye ne de sözde daha yetkin kişilere (anne, baba, öğretmen, din adamı vb.) teslim olmaması gerektiğini anlatmaya çalışır. Ahlak konusunda hiç kimse doğuştan bir başkasından yetkin değildir daha fazla bilgili, ya da daha deneyimlidir ve bu nedenle daha kolay uyum sağlar, eleştirel yaklaşımıyla daha kolay vurgular (Karakaş,2008) Etik kavramı aynı zamanla ahlak kavramıyla iç içe olarak kabul edilmektedir. (Uyan, 2007) Etiği, ahlaka ilişkin sorun ve yargılarla ya da ahlaki sorun ve yargılarla ilgili felsefe dalı olarak tanımlanmış, doğru ya da iyi ile aynı anlamda ve ahlaka aykırı (immoral) ve etiğe aykırı (unetichal) ile karşıt anlamda kullanılmıştır. Genel olarak biz etiği tartışırken, ahlaki sorunlardan, ahlaki yargılardan, ahlaki koşullardan, ahlaki kanıtlamalardan, ahlaki deneyimlerden, ahlaki bilinçten ya da ahlaki bakış açısından söz edebiliriz (Çüçen, 2005).

Etik ve ahlakın bulunması gereken en önemli olgulardan birisi spordur. Spor, belirli ölçüde fiziksel güç ve beceri gerektiren yarışmalı ve eğlenceli etkinlikler olarak tanımlanmaktadır. Spor bugün artık insan sağlığını, toplumsal dayanışmayı ve sosyal yapılanmayı etkileyen temel unsurlardan biri haline gelmiş, insanların gelişimine katkı sağlayan eğitim aracı, sosyal bir iletişim şekli olarak benimsenmiş ve artık

insanlar sporun içerisinde doğrudan ya da dolaylı (taraftar) olarak yer bulmasını sağlamıştır. Sporun en önemli özeliği haline gelen pazarlana bilen bir olgu haline gelmesi sporculara, sponsor firmalara ya da spor kulübü yöneticilerine büyük kitleler tarafından tanınma, itibar kazanma ve büyük paralar elde etme gibi kazanımlar sağlamıştır. Spor tüketicilerine ne kazandırdığı ise birçoklarına göre hala meçhuldür zira kimileri onu kitlelerin afyonu olarak görmüş, kimileri barış ve dostluğun aracı saymış, kimileri canını vermeye hazır birer fanatik olmuştur. Şurası bir gerçek ki, spor, yapanlar açısından azımsanmayacak faydaları olan bir uğraştır ve tüm dünyada ve ülkemizde ilk dönemlerden buyana kitleleri peşinden sürüklemektedir (Doğan, 2005).

Genel tanımıyla spor, insanın aklını ve vücudunu kullanarak rakibine kendisine tabiata mesafeye ve zamana karşı eşit kurallar içinde yaptığı, temelinde mücadele ve rekabet olan yarışma şeklidir. Spor kişilerde ve toplumda sağlıklı ilişkilerin oluşmasına olanak sağlayan kurallara saygı ve sosyal barışa inanmış bireyler kazandıran bir araçtır (Gürpınar ve Güven, 2011)

Spor, insan gelişim özelliklerine doğrudan etki yaptığı gibi, barış, sevgi, kardeşlik, hoşgörü, saygı, dürüstlük ve özveri gibi kavramları da beraberinde getirmektedir. (Tuncel, 2006). Sporun bu birleştirici ve barışçıl özelliği, sportmenlik kavramı olarak tanımlanmıştır.

Etik, hayatımızın her alanında olduğu gibi spor kavramında da oldukça önemli bir kavram haline gelmiştir. Sportmen olmak ve etik davranmak sporun vazgeçilmez iki unsurudur. Sportmenlik ve etik dışı davranışlar bir arada bulunmaması gereken önemli iki kavram olmasına rağmen günümüzde spor sık sık etik dışı olaylarla birlikte anılır duruma gelmiştir. Halbuki Sporu meslek olarak edinmiş ve spora yön veren kişilerin (antrenör, yönetici, gazeteci. vb.) etik kurallara uyma ve sportmenlik olgusuna sahip olma konusunda dikkat etmeleri gerekmektedir.

Son dönemlerde üstün başarıya ve kazanma şartına bağlı spor dallarında etik tartışmalar spordan daha çok konuşulmaya başlamıştır. (Altınok, 2005) Bu doğrultuda “her ne pahasına olursa olsun kazanmalıyım”, “kaybetmek her şeyin sonudur” mantığı yatmaktadır, bu düşünce tarzı da başarıya giden yolda her türlü çirkin girişimi (şike, doping, şiddet vb.) olağan saymakta bu durum da tüm dünyada sorun olarak görülen holigan izimi doğurmaktadır. Bunların yanı sıra yöneticilerin yaptıkları olumsuz konuşmalar, TV programlarındaki tartışmalar, gazetelerin olumsuz haberleri de sporda şiddeti artırıcı etmenlerdir bu da göstermektedir ki şiddet sadece spor yapanları kapsamaktadır. Bunların yanı sıra günümüzde sporcuları olumsuz davranışlara iten nedenlerden bir tanesi de spor ahlakı ile bağdaşmayacak şekilde sporculara yönelik reklam anlaşmaları ve rekorlara göre ek ödemeler yapılmasıdır. Sporda yaşanan olumsuzlukların ortadan kaldırılması için yeni yasal düzenlemeler yapılmıştır ve daha da geliştirilmeye ihtiyaç vardır. (Duru, 2002)

Sporcuları sportmenlik dışı nedenlere iten kazanma hırsı, sporcunun kendini göstermeye çalışması, tanınmaya çalışması, maddi kazanımlar ve günümüz sporcularından beklenen kazanma gereksinimi gibi etmenlerdir. Dünyada ve buna bağlı olarak ülkemizde spora olan ilgi giderek artmaktadır, ilginin yoğun olarak yaşandığı – yaşatıldığı büyük paraların döndüğü ve buna bağlı olarak sürekli etik dışı davranışlarla tartışılan sporda sorunlar daha karmaşık hale gelmektedir (Topçu, 2013).

SONUÇ

Sportmenlik normatif standartlarla ilişkilidir spordaki sosyo-ahlaki davranışlarla özdeşleşir ve spor ruhuna uygun erdemli davranışların neler olduğunu bunların nasıl uygulanacağını anlatır (Balıkçıhanlı ve Yıldırım, 2011). Spor, sporcu ve başarı kavramlarının toplumların var olmalarında diğer toplumlar ve kültürler arasında seçkin bir konuma gelmelerinde son derece önemli bir etkendir bu da sosyolojik açıdan sporun ne kadar önemli olduğunu göstermektedir (Yılmaz ve arkadaşları, 2006). Etiği, bireyin kendisi ve diğer bireylerle olan ilişkisini düzenleyen kurallar olarak tanımlayabiliriz. Sportmenliğin yayılması için etik kuralların toplum tarafından kabul görmüş olması gerekmektedir. Bireylerin yaşayış biçimlerinin birbirlerine saygı ve hoşgörüyü getirmesi gibi etmenler sporun işleyişinin sportmen ve etik bir ortamda sağlanması adına büyük önem taşımaktadır.

Genel anlamda sporun gelişmesinde önemli rol oynayan spor etiği, sporun taraflarının görev ve sorumluluklarını dürüstlük, adalet, açıklık, tarafsızlık ve saygı gibi fair-playa uygun evrensel değerler doğrultusunda gerçekleştirmelerini sağlayacak ilkeleri kapsamaktadır. Spor etiğinin temel amacı da bireylere spor alanında kabul görmüş evrensel etik ilkelerinin benimsetilerek bu ilkelerin sportif ortamlarda uygulanmasını sağlamaktır (Obuz, 2009) Sporun gelişimine baktığımızda insanın gelişimi ile palel olduğu insan davranışlarıyla geliştiği görülmektedir. Spor ve etik dışı davranışlar mantıksal açıdan yaklaşıldığında bir arada bulunmaması gereken iki kavram olmasına rağmen günümüzde spor sık sık etik dışı olaylarla birlikte anılır duruma gelmiştir (Topçu, 2013).

Alan yazında yapılan çalışmalara bakıldığında, bireylerin etik değerlere bağlılığı ile sportmenlik düzeyleri arasında paralel bir ilişki bulunduğu görülmektedir. Bu açıdan bakıldığında, sportmenlik ve etik değerlerin benimsenmesi için sporla ilişkisi olan birerlerin etik, ahlak ve sportmenlik konularında sistemli bir eğitim almaları ve bu kavramları benimseyerek spor hayatlarına devam etmelidirler.

KAYNAKÇA

Altınok, C. (2005) “Spor Sosyolojisi,” Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi

Balıkçıkanlı, Sezen, G., Yıldıran, İ. (2011) “Profesyonel Futbolcuların Sportmenlik Yönelimleri ve Empatik Eğilim Düzeyleri” Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, Ix (2), 49-68

Çüçen, A, K. (2005) “Felsefeye Giriş,” Asa Yayın Evi. 4. Basım, Bursa

Dogan, Ö. (2010)” Ahlak Felsefesi” İnkılap Yayınevi 2.Baskı, İstanbul

Duru, A. (2002) “Spor Felsefesi,” Özener Matbaası, E Yayınları, İstanbul

Gürpınar. B, Güven, Ö. (2011) “Futbol Hakemlerinin Karşılaştıkları Sportmenlik Dışı Davranışların İncelenmesi,” Spor Metre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi 2011 Ix(1)

Gürpınar, B. (2009), Basketbol ve futbol hakemlerinin karşılaştıkları sportmenlik dışı davranışlar ve bu davranışların çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. Yayımlanmamış doktora tezi. Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Ankara.

Karakaş, H. (2008)" Satış Yönetiminde Etik, Satıcıların Etik Algılamalarının Demografik Faktörleri ile İlinkisini Ölçmeye Yönelik İlaç Sektöründe Bir Uygulama," Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Adana.

Karakoç, Ö., Yüksek, S., Aydın, D. (2011) "Milli Takım Düzeyindeki Erkek Judocuların Kulüp Antrenörlerinde Gözlemledikleri Etik Dışı Davranışlar," Kastamonu Eğitim Dergisi, Cilt:19, No:1, S:221-232

Obuz, Ü. (2009) "Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü Öğrencilerinin Öğretmenlik Mesleğiyle İlgili Etik Olmayan Davranışlarına İlişkin Görüşler," Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Adana.

Topçu, E.Ü. (2013). Etik ve Sportmenlik İlişkisi. Yüksek Lisans Tezi. Niğde Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Niğde.

Tuncel Dolaşır, S. (2006) "Antrenörlük Etiği," Yüksek Lisans Tezi, Anadolu Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu, Eskişehir

Yılmaz.A, Tütüncü, K, Demirel, E. (2006) "Bir Ahlak Kuramı," Ayrıntı Yayınları, İstanbul

ÇOCUKLARIN FİZİKSEL AKTİVİTELERE KATILIMI ENGELLEYEN FAKTÖRLER

Hayrettin GÜMÜŞDAĞ[1], Alparslan KARTAL[1]

[1] Yozgat Bozok Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Yozgat / Türkiye

Öz: Bu araştırmanın amacı; çocukların fiziksel aktivitelere katılım engellerine yönelik yapılan çalışmaların incelenmesi, derlenmesidir. Fiziksel aktivite çocukluk döneminde oldukça önemli bir kavramdır. Çocuklar fiziksel aktivite programları ve spor ile beraber sosyalleşirler ve takım ruhu, disiplin liderlik, sportmenlik gibi becerilerle tanışırlar. Fakat, çocukluk dönemindeki eğitim yoğunluğu, ailenin bakış açısı, tesis uzaklığı, yetersizliği gibi birçok neden çocukların fiziksel aktivitelere katılımını engelleyebilmektedir. Fiziksel aktivite, çocukların ve gençlerin sağlıklı büyümesinde ve gelişmesinde önemli bir faktördür. Sosyalleşmede, kötü alışkanlıklardan uzaklaşmada, hastalıkların tedavisinde ve uygulanan tedavilerin desteklenmesinde yani yaşam süresince hayat kalitesinin iyileştirilmesinde büyük farklar yaratabilmektedir. Bu çalışmada, çocukların fiziksel aktivitelere katılım engeller ile ilgili literatürde bulunan çalışmalar incelenmiş, derlenmiş ve bu engelleri daha az seviyeye indirmek amacıyla önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Çoçuk, Fiziksel Aktivite, Engel, Katılım

GİRİŞ

İnsanlar yaşam boyu içten ve dıştan gelen uyaranlar alırlar. Sürekli değişen iç ve dış etkenler nedeniyle kişi sürekli bu koşullara uyum sağlamak için değişiklikleri dengelemeye çalışır ve daima yeni bir denge durumuna ayak uydurarak yaşamına devam eder. Değişen durumlara uyum sağlayabilmek ise sağlıklı yaşamı sunar. Birçok alt etken ile sınanan sağlıklı yaşamın en önemli faktörlerinden biri ise fiziksel olarak aktif olmaktır (Yoncalık ve ark. 2017).

Yaşam kalitesini etkileyen önemli faktörlerden biri olan fiziksel aktivitelerin kişinin refah ve sağlığını pozitif yönde etkilediği yapılan araştırmalar tarafından doğrulanmaktadır (Sarol, 2017). Sağlıklı ve kaliteli bir yaşamın parçası olan fiziksel aktiviteler en etkili sosyal aktivitelerden birisi olarak kabul edilmektedir. Kontrollü ve bilinçli yapılan fiziksel aktivite, sağlıklı ve kaliteli bir yaşam tarzı sunar. Vücudu geliştirip iradeyi güçlendirirken aynı zamanda bireye beceri ve yetenekler kazandırır (Ağaoğlu ve ark. 2008). Sağlıklı yaşam için fiziksel aktivitelerin alışkanlık haline getirilmesiyle oluşturulan yaşam biçimi kişi ve toplum sağlığı açısından büyük önem taşımaktadır. Fiziksel aktivite yaşamın bir parçası olmalı ve hayat boyu devam ettirilmelidir (Yıldırım ve Bayrak 2015).

Bireylerin sağlıkla ilişkili yaşam kalitelerini arttırmak ve bazı hastalıklara yakalanma olasılığını da en aza indirgeyebilmek için en önemli faktörlerden birisi de fiziksel aktivite düzeyinin artırılmasıdır (Hekim, 2015). Sağlıkla direkt ilişkisi olan fiziksel aktiviteler kişilerin ruhsal ve fiziksel sağlıklarını olumlu yönde etkilemektedir. Fiziksel aktiviteler hastalıklardan korurken hastalıkların tedavisinde de kullanılmaktadır. Bunun yanında stres, anksiyete ve depresyon sorunlarını azaltarak toplumsal yararlar sağlamaktadır (Alpözgen ve Özdinçler, 2016).

Fiziksel aktivitenin yaralarını şu şekilde sıralayabiliriz;

- Yaşam kalitelisini artırmaya ve aynı zamanda geliştirmeye destek olur.
- Tansiyonu ve kalp hastalıklarını kontrol altında tutarak oluşabilecek tehlikeleri en aza düşürür.

- Stres ve endişeden uzak tutarak genel ruh sağlığının iyileşmesine yardımcı olur.
- Fazla kilo alımını kontrol altında tutarak düzgün fiziğe sahip olmayı sağlar.
- Denge ve koordinasyon gelişimine katkıda bulunur.
- Eklem ve kemik rahatsızlıklarını en aza indirger.
- Güçlü bağışıklık sistemi sağlar.
- Bireyin güçlü olmasını aynı zamanda pozitif düşünmesini sağlar.
- Sosyal ilişkileri güçlendirir (Hekim, 2015).

Düzenli yapılan fiziksel aktivite her yaşta sağlığa yarar sağlarken gençlerin ve çocukların sağlıklı gelişimine de katkı sağlar. Fiziksel aktivite aynı zamanda çocukların istenmeyen alışkanlıklarından uzaklaşmasına ve sosyalleşmesine olanak sağlamaktadır.

İnsan fizyolojik ve psikolojik açıdan iyi durumda olmak için, gereken durumlarda, yedek kuvvetini ve gücünü ortaya koyabilmek için harekete ihtiyaç duymaktadır. Sporun koruyucu hekimliğin bir aracı olmasının yanı sıra, bireyin hastalıklara karsı dirençli olmasına yardım etmekte ve sağlığını geliştirmektedir (Baştürk, 2019).

Yapılan araştırmalara göre depresyon ve anksiyete çocuklar arasında çok karşılaşılan ruh sağlık sorunlarından birisidir. ABD de yapılan araştırmaya göre 9 – 17 yaş arası çocukların %5 i depresyon tanısı almakta ve ilaç kullanımına başlamaktadır. Fiziksel aktivitelere katılım ile olumlu düşünceler kazanımı, fiziksel ve ruhsal halin iyileştirilmesi, toplumda kolay kabul görme etkenleri sayesinde en az ilaç tedavisi kadar verim almak mümkündür (Meydanlıoğlu, 2015). Bunun yanında fiziksel aktivite kişilere;

Çocukluk döneminde kazandırılan düzenli fiziksel aktivite alışkanlıkları çocukların kas gelişimi, kardiyovasküler gelişimi, kemik gelişimi için oldukça önemlidir. Bu sayede çocukların sağlıklı büyüme gerçekleştirmesi yetişkinlikte de hastalıklardan korunma ihtimalini artırmaktadır (Kerkez, 2012). Özellikle çocukluk çağlarında başlayan kalp damar hastalıklarının risk etkenleri yetersiz fiziksel aktivite ile ilişkilendirilmektedir. Çocuklarda obezite kalp rahatsızlıklarına yol açmakta, yetişkinlikte ise hastalıklı bir hayata neden olmaktadır. Tüm bunları engellemek ve sağlıklı nesiller yetiştirebilmek için çocukluk çağındaki kişilere fiziksel aktivitelere katılım konusunda destek olunmalıdır (Memiş ve Yıldıran, 2008). Çocuğun zihinsel, duygusal ve fiziksel gelişiminde hareket önemli bir faktördür. Bu sebeple okul öncesi dönemden başlayarak çocukların düzenli ve bilinçli hareket etmeleri sağlanmalı ve hareketli yaşam alışkanlığı kazandırılmalıdır (Kerkez, 2012).

Çocuklar fiziksel aktivite programları ve spor ile beraber sosyalleşirler ve takım ruhu, disiplin liderlik, sportmenlik gibi becerilerle tanışırlar. Diğer yandan aktiviteler çocukların başka yönlere çekilmesine, kötü alışkanlıkların oluşmasına ilaç ve silah kullanmasına engel olmaktadır (Yan, 2007). Fiziksel aktivite, çocukların ve gençlerin sağlıklı büyümesinde ve gelişmesinde önemli bir faktördür. Sosyalleşmede, kötü alışkanlıklardan uzaklaşmada, hastalıkların tedavisinde ve uygulanan tedavilerin desteklenmesinde yani yaşam süresince hayat kalitesinin iyileştirilmesinde büyük farklar yaratabilmektedir (Baltacı, 2008).

ABD ‘de Ulusal Beden Eğitimi ve Spor Birliği’nin yayınladığı önerilerde,

- Çocukların uyku dışında 1 saatten daha uzun süre hareketsiz kalmaması
- Çocukların günde en az 1 saat fiziksel aktivitelere katılması

- Çocukların motor becerilerini geliştirebileceği açık ve kapalı alanların oluşturulması
- Çocuklarından sorumlu olan ailelerin, okul öncesi dönemdeki çocukların sağlıklı gelişimi için fiziksel hareketlere olanak sağlamakta yükümlü oldukları belirtilmektedir (Kerkez, 2012).

Kişilerin fiziksel aktivitelere katılımını etkileyen birçok faktör bulunmaktadır. Fiziksel aktiviteleri etkileyen faktörler olarak; demografik ve biyolojik, psikolojik, bilişsel ve emosyonel, davranışsal nitelikler ve beceriler, sosyal, kültürel ve fiziki çevre faktörleri önemli rol oynamaktadır. Çünkü bireyler, cinsiyet, yaş, sosyal çevre, motivasyon ve yeterlilik gibi kişisel faktörlerden etkilenebilmektedir (Işıkgöz ve ark., 2018). Fizyolojik, psikolojik ve davranışsal değişkenlerin yanında özellikle çalışan bireylerde zaman eksikliği faktörü de fiziksel aktivite katılımını etkileyen önemli faktörlerden biridir (Özbek, 2019).

Fiziksel aktiviteleri etkileyen rekreasyonel alanların nitelikleri de önem taşımaktadır. Yapılan araştırmalarda; spor tesislerine erişim, mevsim ve hava koşulları, fiziksel aktivite mekanının fiziksel durumu, fiziki çevre etkenleri, bisiklete binme ve yürüme gibi aktiviteler için uygun alanların bulunması ve bu alanlara ulaşılabilirlik gibi faktörlerin fiziksel aktiviteyi etkilediği belirtilmiştir. Kişilerin mekân seçimi yaparken onları engelleyen ve yönlendiren unsurları bilmeleri koruyucu halk sağlığı açısından önem taşımaktadır. (Işıkgöz ve ark., 2018).

Cinsiyet ile spor faaliyetleri arasındaki ilişkide kadınların eğitim seviyeleri ve meslekleri, anne baba eğitim seviyeleri, aylık gelir seviyeleri, aile yapısı, ailenin spora katılımı, yaşanılan sosyal çevrenin uygun olması, spor tesislerinin durumu, arkadaş gruplarının etkisi, kadınların kilo durumları, televizyon etkisi, spor konusunda ilgi ve istekleri fiziksel aktivite katılımını etkileyen faktörlerdir.

Ayrıca bireyin yeterli farkındalık seviyesine erişememesi yani düşük uyarılmışlık seviyesine sahip olması serbest zaman engellerini daha çok algılamasına sebep olmaktadır (Gürsel ve ark., 2019).

SONUÇ

Çocukların fiziksel aktivitelere katılımını engelleyen birçok faktör olduğu görülmektedir. Bu engeller ile ilgili yapılan çalışmalar aşağıda belirtilmiştir.

Kıbns' da yapılan bir çalışmaya göre spora katılmama nedenleri yaş gruplan itibariyle ve tercih sırasıyla şöyledir; 8-13 yaş için "para, ilgi eksikliği, zaman eksikliği, spor dalının güç olması", 14-19 yaş için; "para, ilgisizlik, zaman yetersizliği", 20-30 yaş için; "para, zaman yetersizliği, uygun yerin olmayışı, ilgisizlik", 31-45 yaş için; "ilgisizlik, yorgunluk, zaman yetersizliği", 46-60 yaş için; "uygun tesisin olmaması, ilgisizlik, zaman yetersizliği, yorgunluk", 61-70 yaş için ise; "ilgisizlik ve sağlık durumudur. Bunun yanında Anadolu Üniversitesi öğrencileri üzerinde yapılan bir çalışmada öğrencilerin herhangi bir etkinliğe katılmama nedenleri; "maddi imkânsızlık, yeterli zaman bulamama, ilgi duymama" olarak belirlenmiştir (Taşmektepligil ve Bostancı, 2000). Ayrıca küçük yaş gruplarında da aile ve arkadaş faktörü çocukların fiziksel aktivitelere katılımını önemli ölçüde etkilemektedir. Spor etkinliklerine katılım üzerine aile faktörü etkisini belirlemek amacıyla Hong Kong Üniversitesi Spor Bölümü tarafından yapılan bir araştırmada ulaşılan sonuçlarda çocukların yarısından fazlasının ailesi ile yine büyük bir çoğunluğunun ise arkadaşlarıyla sportif aktiviteler içinde bulundukları belirtilmiştir. Bunun yanı sıra sportif faaliyetlerde sakatlanma ve yaralanmalar ailelerde sakatlanma kaygısına sebep olmakta ve kaygı faktörü çocukların aktivitelerini engellemektedir (Güven ve Öncü, 2006).

Mustafaoğlu ve Yasacı (2018) tarafından dijital oyun oynamanın çocukların ruhsal ve fiziksel sağlığ,ı üzerine olumsuz etkileri araştırılmış, erkek çocuklarının bilgisayar oyunlarını kız çocuklarına göre daha fazla oynadıklarını belirtmişlerdir.

Akgül ve ark. (2012) ilköğretim öğrencilerinin okul içi ve okullar arası sportif etkinliklere katılma nedenlerini çeşitli değişkenler açısından araştırmış ve eğitim- öğretim çalışmaları sebebiyle öğrencilerin okul içi ve okul dışı sportif aktivitelere fazla zaman ayıramadıklarını, okul içinde ya da toplu spor merkezlerinde imkânlar olsa bile müfredat programı sebebiyle spora ilginin azaldığını belirtmişlerdir

Özbek (2019) lise öğrencilerinde fiziksel aktiviteleri engelleyen faktörleri araştırmış ve yaşı daha küçük olan öğrencilerin okul faktöründen daha çok etkilendiğini belirtmiştir.

Martins ve ark. (2015), 2007-2014 yılları arasında ergenlerin fiziksel aktivitenin kolaylaştırıcıları ve engelleri hakkındaki bakış açılarını incelemişlerdir. Bu araştırmada gençlerin bakış açısına göre, fiziksel aktiviteye katılımlarını engelleyen başlıca etkenler ve ana kolaylaştırıcılar olarak: fiziksel aktiviteye yönelik tutum; motivasyon, yeterlilik ve vücut imajı algıları; eğlence, arkadaşların etkisi, aile ve beden eğitimi öğretmenleri ve çevresel fiziksel aktivite fırsatları sıralanmıştır. Belirli yaşam geçiş dönemleri, fiziksel aktiviteye engel olarak vurgulanmıştır.

Yapılan çalışmalarda görüldüğü üzere çocuklarda fiziksel aktiviteye katılımı engelleyen birçok faktör olduğu görülmüştür. Bu engellerin ortadan kaldırılması adına, ailelerin daha da bilinci hale getirilmesi sağlanabilir. Eğitim kurumları ile aile arasında gerekli bilgilendirmeler ve iş birliği yapılması, fizik aktivitelere katılım engellerini azaltabilir.

KAYNAKÇA

Ağaoğlu S, Taşmektepligil Y, Aksoy Y, Hazar F (2008) Yaz Spor Okullarına Katılan Gençlerin Yaş Gruplarına Göre Fiziksel ve Teknik Gelişimlerinin Analizi. Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 6(3), 159-166.

Akgül S, Göral M, Demirel M, Üstün Ü (2012) İlköğretim Öğrencilerinin Okul İçi ve Okullar Arası Sportif Etkinliklere Katılma Nedenlerinin Çeşitli Değişkenler Açısından Araştırılması. Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 32(1).

Alpözgen A.Z, Özdinçler A.R. (2016) Fiziksel Aktivite ve Koruyucu Etkileri: Derleme. Sağlık Bilimleri ve Meslekleri Dergisi, 3(1), 66-72.

Baltacı G. (2008) Çocuk ve Spor. Ankara: Hacettepe Üniversitesi-Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Bölümü, Birinci Basım: Şubat.

Baştürk D. (2019) Direnç Antrenmanına Yönelik Farklı Yaklaşımların Araştırılması. Serhat Özdenk, Ozan Yılmaz (Ed.), Spor ve Rekreasyon Araştırmaları Kitabı-1.Cilt İçinde (Ss. 110-123). Konya, Çizgi Kitabevi Yayınları.

Bek N. (2012) Fiziksel Aktivite ve Sağlığımız. Ankara: Klasmat Matbaacılık, 2. Baskı.

Gürsel N, Güzel P, Yıldız K (2019) Kadınların Rekreasyonel Faaliyetlere Katılımında Motivasyon ve Engelleri ile İlgili Durum Tespiti; Manisa İli Örneği. Spor Ve Performans Araştırmaları Dergisi, 2019; 10(2), 164-174.

Güven Ö, Öncü E. (2006) Beden Eğitimi ve Spora Katılımda Aile Fakörü. Aile ve Toplum Dergisi; 3(10), 81-90.

Hekim M. (2015) Tip II Diyabet, Hipertansiyon ve Obezitenin Önlenmesinde Fiziksel Aktivitenin Önemi. Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi; 8(38), 1081-1086.

Işıkgöz E, Esentaş M, Şahin Hm (2018) Beden Eğitimi ve Spor Alanında Öğrenim Gören Öğrencilerin Fiziksel Aktivite Mekân Seçimini ve Fiziksel Aktiviteye Katılımını Etkileyen Faktörlerin İncelenmesi. İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi; 5(1) 21-32.

Kerkez F. (2012) Sağlıklı Büyüme İçin Okul Öncesi Dönemdeki Çocuklarda Hareket ve Fiziksel Aktivite. Spor Bilimleri Dergisi; 23(1), 34-42.

Martins J, Marques A, Sarmento H, Costa F C (2015) Adolescents' Perspectives On The Barriers And Facilitators Of Physical Activity: A Systematic Review Of Qualitative Studies. Health Education Research, 30(5), 742–755.

Memiş U.A, Yıldıran İ (2008) Çocukluk ve Ergenlikteki Fiziksel Aktivite Deneyimleri ile Yetişkinlikteki Fiziksel Aktivite Düzeyleri Arasındaki İlişki. Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimler Dergisi; 13(1), 13-32.

Meydanlıoğlu A (2015) Çocuklarda Fiziksel Aktivitenin Biyopsikososyal Yararları. Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar; 7(2), 125-135.

Mustafaoğlu R, Yasacı Z (2018) Dijital Oyun Oynamanın Çocukların Ruhsal ve Fiziksel Sağlığı Üzerine Olumsuz Etkileri. Bağımlılık Dergisi, 2018; 19(3), 51- 58.

Özbek S, (2019) Lise Öğrencilerinin Fiziksel Aktivitelere Katılımını Engelleyen Faktörler Ölçeğinin Geliştirilmesi. Doktora Tezi, Kırıkkale: Kırıkkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Sarol H. (2017) Bireylerin Fiziksel Aktiviteye Katılımını Engelleyen ve Kolaylaştıran Faktörlerin Belirlenmesi. Journal Of Human Sciences,; 14(4), 4354- 4364.

Taşmektepligil My, Bostancı Ö (2000) Farklı Özelliklere Sahip Fertlerin Sportif Faaliyetlere Katılımlarını Etkileyen Faktörlerin Belirlenmesi. Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi; 5(2) 26-42.

Yıldırım M, Bayrak C (2015) Üniversite Öğrencilerinin Spora Dayalı Fiziksel Aktivitelere Katılımları ve Yaşam Kalitelerinin Akademik Başarı ve Sosyalleşme. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi; 34(1), 123-144.

Yoncalık M.T. (2016) Öğretmen Adaylarının Fiziksel Aktivite Seviyelerinin Belirlenmesi. Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 10(1), 40-50.

1.ULUSLARARASI SPOR VE SOSYAL BİLİMLERE MULTİDİSİPLİNER YAKLAŞIM KONGRESİ

SÖZEL ÖZET SUNUMLAR

ÇOCUKLARIN FİZİKSEL AKTİVİTELERE KATILIMI ENGELLEYEN FAKTÖRLER

Hayrettin GÜMÜŞDAĞ, Alparslan KARTAL

Türkiye

Öz: Bu araştırmanın amacı; çocukların fiziksel aktivitelere katılım engellerine yönelik yapılan çalışmaların incelenmesi, derlenmesidir. Fiziksel aktivite çocukluk döneminde oldukça önemli bir kavramdır. Çocuklar fiziksel aktivite programları ve spor ile beraber sosyalleşirler ve takım ruhu, disiplin liderlik, sportmenlik gibi becerilerle tanışırlar. Fakat, çocukluk dönemindeki eğitim yoğunluğu, ailenin bakış açısı, tesis uzaklığı, yetersizliği gibi birçok neden çocukların fiziksel aktivitelere katılımını engelleyebilmektedir. Fiziksel aktivite, çocukların ve gençlerin sağlıklı büyümesinde ve gelişmesinde önemli bir faktördür. Sosyalleşmede, kötü alışkanlıklardan uzaklaşmada, hastalıkların tedavisinde ve uygulanan tedavilerin desteklenmesinde yani yaşam süresince hayat kalitesinin iyileştirilmesinde büyük farklar yaratabilmektedir. Bu çalışmada, çocukların fiziksel aktivitelere katılım engeller ile ilgili literatürde bulunan çalışmalar incelenmiş, derlenmiş ve bu engelleri daha az seviyeye indirmek amacıyla önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Çoçuk, Fiziksel Aktivite, Engel, Katılım

SPORTMENLİK VE ETİK

Hayrettin GÜMÜŞDAĞ, Alparslan KARTAL

Türkiye

Öz: Bu araştırmanın amacı; sportmenlik ve etik kavramları arasında ki ilişkiye yönelik yapılan çalışmaların incelenmesi, derlenmesidir. Gürpınar (2009) Altyapıdan itibaren sporcuların spor eğiticileri tarafından sportmence davranışlar gösterecek şekilde yetiştirilmesi gerektiğini ayrıca sporculara altyapı ve okul maçlarında sportmenliği teşvik edici uygulamaların yapılması gerektiğini vurgulamıştır. Eğitim sistemimizde sportif erdem ve sportmenlik ile ilgili amaçlar, ilköğretim ve ortaöğretim beden eğitimi dersi müfredatında yer almaktadır. Ancak Güven (2011), okullarda sportmenlik kavramlarını öğretecek olan beden eğitimi öğretmenlerinin yetiştirildiği üniversite programlarında, sporda sosyal alanlarla ilgili olması gereken zorunlu derslerin yer almadığını, bu nedenle öğretmenlerin sporun sosyolojik, psikolojik ve felsefi boyutlarından habersiz olarak mezun olduklarını düşünmektedir. Eğitim kurumlarımızda sportif erdem, etik ve sportmenlik gibi konularda iyi bir eğitim verilmediği bir ortamda, spor sahalarında sportmence davranışlar beklemek akıllıca olmayacaktır. Sportmenlik ve etik kavramları birbirinden farklı kavramlar gibi görünse de birbiriyle yakından ilişkisi olan kavramlardır. Sporun, maddi kazanç sağlama özelliği, sporda kazanma hırsını artırmaktadır. Buna bağlı olarak ahlaki ve sportmenlik değerlerinin ikinci plana atılmasına sebep olabilmektedir. Bu sebepledir ki, sporda sportmenlik ve etik arasında bulunan ilişkinin irdelenmesi gerekliliği doğmuş olup, bu çalışma da sporun en önemli iki kavramı olan sportmenlik ve etik kavramları arasında ki ilişkinin açıklanması amaçlanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Spor, Etik, Sportmenlik, Kavram

PLATES, YOGA, ZUMBA VE YÜRÜYÜŞ-KOŞU YAPAN KADINLARIN PSİKOLOJİK İYİ OLUŞ HALLERİ VE FİZİKSEL GÖRÜNÜŞ MÜKEMMELLİĞİ İLE ÖZ GÜVEN ARASINDAKİ İLİŞKİ

Bayram KAYA, Murat Bekleyiş APAYDIN, Hakan SUNAY

Türkiye

Öz: Mükemmelliyetçilik; Hatasız yüksek standartlara ulaşma çabası veya bu standartlara ulaşma olarak tanımlanabilir. Fiziksel mükemmelliğe ulaşan kişilerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin de yüksek olacağı ön görülmektedir. Psikolojik iyi olma kavramı ilk olarak Bradburn tarafından ortaya atılmıştır. Fiziksel ve psikolojik açıdan kendisini mükemmel hisseden kişinin öz güven düzeyi de yüksek olacaktır. Bu bilgilere göre çalışmanın amacı Plates, Yoga, Zumba ve Yürüyüş-Koşu Yapan Kadınların Psikolojik İyi Oluş Halleri ve Fiziksel Görünüş Mükemmelliği ile Öz Güven Arasındaki İlişkiyi çeşitli değişkenlere göre incelemektir. Betimsel tarama modeli uygulanmıştır. Araştırma için hazırlanan kişisel bilgi formu; eğitim durumu, yaş durumu, medeni durum, aylık gelir, egzersiz çeşidi ve egzersiz yaptığı süre olmak üzere 6 adet değişkenden oluşmaktadır. İkinci bölümde fiziksel mükemmelliyetçiliğini ölçmek için Yang ve Stoeber (2012) tarafından geliştirilen Kolsallayan (2017) tarafından Türkçe uyarlanan 12 maddeden oluşan "Fiziksel Görünüş Mükemmeliyetçiliği Ölçeği" uygulanmıştır. 5'li likert tipindeki ölçek iki alt boyuttan oluşmaktadır. Üçüncü bölüm de ise Diener ve ark. (2009) tarafından geliştirilen ve Telef (2013) tarafından Türkçeye uyarlanan 8 maddeden ve 7'li likert tipinden oluşan "Psikolojik İyi Oluş Ölçeği" uygulanmıştır. Dördüncü bölümde katılımcıların öz güvenini ölçmek için, Akın (2007) tarafından geliştirilen 5'li likert tipi, 33 maddeden ve 2 alt boyuttan oluşan "Öz Güven Ölçeği" uygulanmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu; Kırşehir İlinde Plates, Yoga, Zumba ve Yürüyüş-Koşu egzersizi yapan gönüllü 404 kadından oluşmaktadır. Uygulanan kişisel bilgi formuyla beraber ölçeklerden ve alt boyutlarından alınan puanlar frekans, yüzde, aritmetik ortalama, ikili değişkenlerde bağımsız örneklem t testi, çoklu değişkenlerde One-Way ANOVA testi uygulanmıştır. Fiziksel Görünüş Mükemmeliyetçiliği boyutu, Kusurlu Olmaktan Endişelenme, Mükemmeliyetçilik İçin Umut alt boyutları, Psikoloji boyutu, Öz Güven boyutu, İç Özgüven ve Dış Özgüven alt boyutları ile eğitim durumu değişkeni arasında fark anlamlı bulunmuştur. Fiziksel Görünüş Mükemmeliyetçiliği boyutu, Kusurlu Olmaktan Endişelenme, Mükemmeliyetçilik İçin Umut alt boyutları ve Psikolojik iyi oluş boyutu ile yaş durumu değişkeni arasında fark anlamlı bulunmuştur. Medeni Durum değişkeni ile Fiziksel Görünüş Mükemmeliyetçiliği boyutu ve tüm alt boyutları ile Psikolojik İyi Oluş boyutu arasında fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Fiziksel Görünüş Mükemmelliyetçiliği boyutu ve Kusurlu Olmaktan Endişelenme ile Mükemmeliyetçilik İçin Umut alt boyutları, Psikolojik İyi Oluş boyutu, Öz Güven boyutu ve İç Özgüven alt boyutu ile Aylık Gelir değişkeni arasında fark anlamlı bulunmuştur. Uzun süre fiziksel aktivitelere katılan katılımcıların iyi bir fiziğe sahip olması ve psikolojik yönden güçlü olması, bunun sonucu olarak öz güven seviyesinin yüksek bulunması beklenen bir durum olarak değerlendirilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Psikolojik İyi Oluş, Fiziksel Görünüş, Öz Güven

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN ALGILADIKLARI SOSYAL DESTEK DÜZEYLERİNİN FİZİKSEL AKTİVİTEYE KATILIMLARINA ETKİSİ

Hüseyin GÜMÜŞ, Merve KOYUNCU

Türkiye

Öz: Başkalarıyla etkileşimin birçok davranış gibi fiziksel aktivite düzeyini de etkilediği sosyal bir dünyada yaşıyoruz. Bu çalışmada fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu ve algılanan sosyal destek arasındaki ilişki incelenmektedir. Araştırmanın örneklem grubunu seçkisiz olmayan örnekleme yöntemlerinden uygun örnekleme yöntemi ile seçilmiş Mersin Üniversitesi ve Toros Üniversitesi öğrencilerinden oluşan 389 kadın 102 erkek olmak üzere toplam 491 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Tekkurşun-Demir ve Cicioğlu tarafından geliştirilen Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeği ve Yıldırım (1997) tarafından geliştirilen ve 2004 te revize edilen Algılanan Sosyal Destek Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizde betimsel istatistikler, Regresyon Analizi ve Açımlayıcı Faktör Analizinin yanı sıra değişken sayısına bağlı olarak iki grup için Bağımsız Örneklem T Testi kullanılmıştır. Elde edilen bulgular incelendiğinde araştırma grubunun algılanan sosyal destek düzeylerinin ortalamanın üzerinde olduğu, en yüksek destek arkadaş desteği olarak belirlenirken, en düşük desteğin öğretmen desteği olduğu tespit edilmiştir. Fiziksel aktivite motivasyonlarında ise en yüksek ortalama nedensizlik alt boyutundayken en düşük ortalama bireysel alt boyuttadır. Cinsiyetin tüm alt boyutlarda ve toplam skorlarda anlamlı farka yol açan bir değişken olduğu tespit edilmiştir. Erkek bireylerin ortalama puanları kadınlara oranla daha yüksektir. Ölçüm araçları arasındaki ilişkinin incelendiği korelasyon analizi bulguları algılanan sosyal destek ile fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu arasında pozitif yönlü düşük ve orta düzey ilişkiler olduğunu göstermektedir. Ayrıca regreasyon analizi neticesinde algılanan sosyal destekte gerçekleşen bir birim artışın, fiziksel aktiviteye katılım üzerinde 0,144'lik bir artış yaratacağı gerçekleştirilen regresyon modeliyle ortaya konulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Sosyal Destek, Fiziksel Aktivite, Algı, Öğrenci

ÖZEL GEREKSİNİMLİ ÇOCUKLARA SAHİP AİLELERİN REKREASYON ALANI KATILIM ENGELLERİNİN İNCELENMESİ

Merve KOYUNCU, Hüseyin GÜMÜŞ

Türkiye

Öz: Toplumun en küçük yapı taşı olan aile, yaşamımızın büyük bir bölümünü geçirdiğimiz toplumsal gruplardır. Bu grupta her ebeveyn sağlıklı ve mutlu çocuklar yetiştirme hedefiyle hareket ederler fakat sağlık açısından sorunlu çocukların dünyaya gelmesiyle ebeveynlerin hedef ve amaçlarında mecburi bazı değişikler meydana gelir. Bu durum birçok ebeveynin hayat standartlarını ve düzenli yaşam alışkanlıklarını doğrudan etkiler. Bu etkiler birçok bilim dalının araştırma konusu olmuştur. Bu araştırmada özel gereksinimli çocuklara sahip ailelerin rekreasyon alanı katılım engelinin incelenmesi hedeflenmiştir. Bu amaç doğrultusunda araştırmaya mersin ilinden seçkisiz olmayan örnekleme yöntemlerinden uygun örnekleme yöntemi ile seçilmiş 545 ebeveyn katılmıştır. Araştırmada veri toplama formu olarak kişisel bilgi formunun yanında Gümüş ve Alay (2017) tarafından geliştirilen Rekreasyon alanı katılım engelleri ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde betimleyici istatistiklerle birlikte normal dağılımda parametrik testlerden, iki bağımsız grup ortalamaları arasında karşılaştırmalar için t-testi, ikiden fazla grupların analizinde ise tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır. Çalışmadan elde edilen verilerin analizi sonucunda ebeveynler için katılın engeli oluşturan en başat faktörün "spor alanı engeli" olduğu onu sırasıyla "bireysel engeller" ve "zaman engeli"nin izlediği tespit edilmiştir. Erkek ebeveynlerin kadın ebeveynlere oranla ve boşanmış ebeveynlerin evli ebeveynlere oranla tüm alt boyutlarda katılım engellerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Park ve rekreasyon alanlarının kullanım önceliklerine bakıldığında ilk sırada "çocuklarla oyun", "vakit geçirme" ve "yürüyüş" unsurlarının yer aldığı söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Rekreasyon, Katılım Engeli, Özel Gereksinimli Çocuklar, Ebeveyn

KİCK BOKS SPORCULARININ İLETİŞİM BECERİ DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Abdurrahman KIRTEPE, Metin YILDIZ, Muhammed GÜLER

Türkiye

Öz: Bu araştırmanın amacını kick boks sporuyla uğraşan kişilerin iletişim yeterlilik becerilerinin farklı değişkenlere göre incelenmesi oluşturmuştur. Bu amaç doğrultusunda; çalışmamız kapsamında Elâzığ ilinde 2021 yılında kick boks sporu ile uğraşan 623 kişiden 284'ü katılmıştır. Dünya genelinde etkili olan pandemi nedeni ile ölçeklerin sporculara ulaştırılması ve doldurulması aşamasında https://docs.google.com (Google Formlar) internet sitesi üzerinden yapılan online anket yöntemiyle gerçekleştirilmiştir. Çalışmanın modeli olarak, ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Çalışmada 'Kişisel Bilgi Formu' kullanılarak katılımcıların demografik özellikleri, 'İletişim Yeterlilik Ölçeği (İYÖ)' kullanılarak da diğer çalışma verileri elde edilmiştir. Çalışmaya katılanlardan elde edilen veriler SPSS 22 analiz programı kullanılarak istatistiki analizler yapılmıştır. Elde edilen verilerin analizinde basıklık (kurtosis) ve çarpıklık (skewness) değerlerine bakılarak verilerin normal dağılım göstermediği görülmüştür. Araştırmada ikili karşılaştırmalar için Mann- Whitney U testi ve çoklu karşılaştırmalar içinse Kruskal- Wallis testi kullanılmıştır. Çalışmada hata payı $p<0,05$ olarak alınmıştır. Elde edilen bulgular sonucunda; kick boks sporu ile uğraşan bireylerin cinsiyet değişkenine göre iletişim beceri düzeyleri arasında anlamlı bir fark görülmemiştir ($p>0,05$). Sporcu lisansı olup olmama değişkenine göre yapılan analizler sonucunda da anlamlı bir fark tespit edilmemiştir ($p>0,05$). Spor yılı değişkeni ile İletişim Yeterlilik Ölçeği (İYÖ) alt boyutlarından olan 'empati yeterliliği, sosyal davranış yeterliliği, uyum yeterliliği, insan ilişkileri ve dinleme yeteneği' arasında herhangi bir anlamlı farklılık görülmez iken ($p>0,05$) 'iletişimde bireysel yönler, iletişime teşvik yeterliliği ve duyarlılık yeterliliği' alt boyutlarında gruplar arasında anlamlı farklılık görülmüştür ($p<0.05$).

Anahtar Kelimeler: İletişim, Spor, İletişim Becerisi, Kick Boks

REKREATİF AMAÇLI DOĞA SPORLARI AKTİVİTELERİNE KATILAN BİREYLERİN SÜRDÜRÜLEBİLİR TÜKETİM YÖNELİMLERİNİN İNCELENMESİ

Ahmet ERDEM, Enes Buğra ÖZ, Mustafa ARICI, Betül GİRGİN, Serdar TUNCER

Türkiye

Öz: Çevre, insanoğlunun var oluşundan itibaren insanlık için temel yaşam kaynağı olmuştur. İnsan ve çevre arasındaki bu etkileşim günümüzde nüfusun artmasına bağlı olarak ihtiyaçların ve tüketimin çoğalmasıyla olumsuz yönde ilerlemektedir. İnsan, ihtiyaçlarını karşılarken, gelişirken çevreye geri dönüşü olmayan tahribatlar vermekte bunun sonucunda ise çevre küresel bir sorun haline gelmektedir. Bu çalışmanın amacı rekreatif amaçlı doğa sporları aktivitelerine katılan bireylerin sürdürülebilir tüketim davranışlarının çeşitli değişkenlere göre incelenmesidir. Çalışmaya 72 kadın (%48.3), 77 erkek (%51,7) toplam 149 doğa sporlarına katılan birey (Xyaş=25.6±7.09) gönüllü olarak katılmıştır.Tarama (survey) modeli esas alınarak yürütülen bu çalışmada, Doğan ve arkadaşları (2015) tarafından geliştirilen "Sürdürülebilir Tüketim Davranışları Ölçeği" kullanılmıştır. Ölçek 17 madde 4 alt boyuttan oluşmakta ve yeşil tüketime yönelik bireylerin tutum ve yönelimlerini ölçmektedir. Verilerin analizinde normal dağılım şartlarının uygunluğu gözlendiğinden, Parametrik testlerden ikili karşılaştırmalar için bağımsız örneklem t testi, üç ve daha fazla grup karşılaştırması için tek yönlü varyans analizinden yararlanılmış, anlamlılık düzeyi $p<0,05$ olarak belirlenmiştir. Çalışmanın sonucunda, cinsiyete göre yeniden kullanılabilirlik alt boyutunda erkekler lehine, yaşa göre çevre duyarlılığı alt boyutunda 31 yaş ve üzeri katılımcılar lehine, eğitime göre çevre duyarlılığı alt boyutunda lise ve lisans düzeyine göre ilköğretim ve lisansüstü lehine, medeni duruma göre ihtiyaç dışı satın alma alt boyutunda bekar katılımcılar lehine ve tasarruf alt boyutunda evli katılımcılar lehine istatistiksel olarak anlamlı sonuçlar bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Çevre Duyarlılığı, Rekreasyon, Doğa Sporları, Yeşil Tüketim, Sürdürülebilir Tüketim

AŞIRTMALI ABA GÜREŞİ MÜSABAKALARINDA GALİP VE MAĞLUP GÜREŞÇİLERİN ÜST EKSTREMİTE YORGUNLUK DEĞERLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

Ahmet KOYUNLU, Murat BİLGİÇ, Mustafa ÖZDAL

Türkiye

Öz: Bu çalışmanın amacı geleneksel spor dalları içerisinde yer alan aşırtmalı aba güreşi müsabakalarında galip ve mağlup güreşçilerin üst ekstremite yorgunluk değerlerinin karşılaştırılmasıdır. Çalışmaya Gaziantep ilinde yapılan 2. Uluslararası Aşırtmalı Aba güreşi müsabakalarına katılmış Başpehlivan kategorisinde güreşen sporcular dahil edilmiştir. Deneklerin üst ekstremite kuvvetini belirlemek amacıyla pençe kuvveti ölçümleri yapıldı. ölçümler sonucunda elde edilen verilerin istatistiksel olarak analiz edilmesinde SPSS paket programı (SPSS for Windows, sürüm 22.0, SPSS Inc., Chicago, Illinois, ABD) kullanıldı. Yapılan istatistik değerlendirme sonucunda her iki ekstremitede de meydana gelen müsabaka sonrası yorgunluğun mağlup ya da galip olma durumu ile kıyaslamasında anlamlı bir istatistiksel farklılık oluşmamıştır ($p>0,05$). Ortalamalar incelendiğinde galip olan güreşçilerin el kavrama kuvveti yorgunluklarının daha fazla olduğu görülmektedir. Sonuç olarak; aşırtmalı aba güreşi müsabakalarında el aşırtma tekniğinin kullanılmakta ve bu teknik müsabakaya katılan hem galip hem de mağlup sporcular tarafından tatbik edilerek müsabaka gerçekleştirilmektedir. Aşırtmalı aba güreşi müsabakasında harcanan çabanın üst ekstremite yorgunluk değerlerinde galip ve mağlup sporcularda anlamlı bir istatistiki bir farklılık olmamakla birlikte galip sporcuların müsabakayı kazanmak için daha fazla efor göstererek ortalama olarak mağlup sporculardan daha fazla yorgunluk gösterdiği tespit edilmiştir. Sporcuların müsabakayı kazanmak için harcamış olduğu eforun daha fazla olması sebebiyle üst ekstremite yorgunluk değerlerinde galip sporcularda mağlup sporculara göre daha fazla etkilenmenin olabileceği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Aba Güreşi, Aşırtma, Başpehlivan, Yorgunluk

AŞIRTMALI ABA GÜREŞİ MÜSABAKALARINDA MÜSABAKA SÜRESİ İLE ÜST EKSTREMİTE YORGUNLUĞU ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Ahmet KOYUNLU, Murat BİLGİÇ, Mustafa ÖZDAL

Türkiye

Öz: Bu çalışmanın amacı geleneksel spor dalları içerisinde yer alan aşırtmalı aba güreşi müsabakalarında müsabaka süresi ile üst ekstremite yorgunluğu arasındaki ilişkiyi araştırmaktır. Çalışmaya Gaziantep ilinde yapılan 2. Uluslararası Aşırtmalı Aba güreşi müsabakalarında mücadele eden Başpehlivan kategorisinde güreşen sporcular katıldı. Deneklere üst ekstremite kuvvetini belirlemek için pençe kuvveti ölçümleri yapıldı. Elde edilen verilerin istatistiksel olarak analiz edilmesinde SPSS paket programı (SPSS for Windows, sürüm 22.0, SPSS Inc., Chicago, Illinois, ABD) kullanıldı. Yapılan istatistiksel değerlendirmelerin neticesinde Aşırtmalı aba güreşinde müsabaka süresi arttıkça güreşçilerin sağ ile sol el kavrama kuvvetinin azaldığı ve yorgunluğun arttığı tespit edildi. Müsabaka süresi ile sağ el kavrama kuvveti yorgunluğu arasında orta düzeyde pozitif yönlü anlamlı korelasyon (r:0,474; p:0,006); müsabaka süresi ile sol el kavrama kuvveti yorgunluğu arasında orta düzeyde pozitif yönlü anlamlı korelasyon (r:0,381; p:0,032) olduğu belirlendi ($p<0,05$). Sonuç olarak; aşırtmalı aba güreşinde el aşırtma tekniğinin kullanılması, muhtelif teknik uygulamalarının tatbiki sırasında kavrama kuvvetinin ön planda olması, dolayısıyla müsabakayı kazanmak adına güreşçilerin müsabakalarda harcamış olduğu eforun müsabaka süresi boyunca devam ettirme ve karşılaşma sırasında hem rakibin teknik uygulamalarına karşı koyabilmek hem de kendi teknik uygulamalarını eksiksiz gerçekleştirebilmek için harcamış olduğu çabanın üst ekstremite yorgunluğunu arttırdığı ve yorgunluk artışına bağlı olarak uzun süre devam eden müsabakalarda performansın olumsuz yönde etkilenebileceği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Aba Güreşi, Aşırtma, Başpehlivan

GENÇ VOLEYBOLCULARDA MÜSABAKA HATA ORANLARININ BAŞARIYA ETKİSİ

Ali Yılmaz, Yalçın Kaya, Semih KARAMAN

Türkiye

Öz: Voleybol, gün geçtikçe seyircisi, sporcusu ve izlenme oranları artan bir branş durumundadır. Bu nedenle artan rekabetle birlikte, sporcuların performanslarının artışı ve hatalarının minimuma inmesi sahada büyük önem taşımaktadır. Bu çalışmamada amaç, voleybolcuların başarılarına ve başarısızlıklarına etki eden unsurların analizlerini yaparak hataların ve başarıyı etkileyen unsurların ortaya çıkmasına yardımcı olmak ve çözüm önerilerinde bulunmaktır. Araştırmada 2019-2020 yılları arasında 17 Yaş Altı Erkekler Avrupa Voleybol Şampiyonasında yer alan 8 Avrupa ülkesinin milli takımı ve bu takımların yaptığı grup elemesi, yarı final ve final maçların içerisinde yapılan hataların analizleri yapılmıştır Taranan veriler ilk 8'e giren takımlarda yapılmış olup, toplam 56 maçın verisi alınmıştır. Verilerin toplanması için Avrupa Voleybol Konfederasyonu'nun (C.E.V.) resmi sitesinde yer alan müsabaka analizleri incelenmiştir. Sporcuların servis hata ortalamaları, servis karşılama hata ortalamaları, hücum hata ortalamaları ve hücumda bloğa takılma ortalamaları ele alınmıştır. Elde edilen verilerin istatistiksel çözümlemeleri SPSS 25.0 Paket Programında tanımlayıcı istatistikleri ve Spearman Korelasyon testi kullanılarak analiz edilmiştir .Elde edilen bulgular ışığında incelenen müsabakalarda takımların derecesine oranla servis hata ortalamaları 12,06±0,97olduğu ve en fazla servis hata ortalaması Bulgaristan ve Polonya'ya ait olduğu, servis karşılama hata ortalamaları 5,61±1,20 ve en fazla servis karşılama hatasının Çekya'ya ait olduğu, hücum hata ortalamaları 8,54±1,84 ve en fazla hücum hata ortalamasının İtalya ve Rusya'ya ait olduğu ve hücumda bloğa takılma ortalamaları 8,04±1,44 ve en fazla hücumda bloğa takılma oranının İtalya'ya ait olduğu saptandı. İlk 8'e giren takımların hata oranlarının arasında anlamlı bir korelasyon bulunmamıştır ($p>0,05$). Birinci olan Fransa'nın incelenen değerlerden 3'ünde en az hataya sahip olduğu görülmüştür. Bu sebeple sporcuların hatalarını minimuma indirmeleri için stres ile daha iyi başa çıkabilmeleri, taraftar veya dış bir etkenden daha az etkilenmeleri ve müsabaka esnasında bilinçli farkındalık ve odaklanmalarının arttırılması önerilebilir.

Anahtar Kelimeler: Voleybol, Skor, Hata, Başarı

ALAN BİLGİSİ SINAVI ÖĞRETMENLİK PROGRAMLARINDA UYGULANMALI MI? BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLİĞİ PROGRAMI ÖRNEĞİ

Anıl TÜRKELİ, Sevinç NAMLI

Türkiye

Öz: Bu çalışmada, beden eğitimi ve spor öğretmenliği programlarında 2019 yılı Kamu Personeli Seçme Sınavı ile ilk kez uygulanan öğretmenlik alan bilgisi sınavına ilişkin öğretmen adaylarının görüşlerine başvurulmuştur. Nitel araştırma yöntemlerinden fenomenoloji (olgu bilim) deseni ile tasarlanan çalışma, beden eğitimi ve spor öğretmenliği programından mezun olmuş, 4 kız ve 5 erkek olmak üzere 9 öğretmen adayı ile iki ayrı zaman diliminde yaklaşık dokuz aylık bir zaman aralığında yürütülmüştür. Araştırmanın üçüncü aşaması ise sınav sonrası atanamayan ve bir sonraki sınava giren 3 kız, 4 erkek ile yürütülmüştür. Yarı yapılandırılmış görüşme formu ile katılımcılara sınav öncesi "alan sınavı gerekliliği, uygulanma şekli'' gibi üç soru yöneltilirken sınav sonrası aynı adaylara "soru dağılımı, sınavın genel puanlarına etkisi'' gibi üç soru yöneltilmiştir. Üçüncü aşamada ise ''bir önceki yıla göre sınav zorluğu ve kaynak yeterliliği gibi sorular yöneltilmiştir. Elde edilen veriler içerik analizine tabi tutularak kod ve temalar altında sınıflandırılmıştır. Araştırmada iki farklı kodlayıcılar tarafından güvenilirlik kat sayısı ,89 bulunmuştur. Görüş ayrılığı yaşanan kodlar üzerinde yapılan çalışmalar sonucunda her iki kodlayıcının ortak görüşe vardığı kodlar yazılmıştır. Ayrıca güvenilirliği ve inandırıcılığı arttırmak için araştırmacılar tarafından belirlenen kodlara ve temalara ilişkin katılımcı görüşlerine de yer verilmiştir.Yapılan analiz sonuçlarına göre katılımcıların çoğunun sınavın olması gerektiği fakat sınavın getirilme zaman aralığının kısa olduğunu dile getirmişlerdir. Uygulama sınavı ile girdikleri bölümün alan sınavının da uygulamalı olması gerektiği, çalışma kaynaklarının yetersizliği gibi bulgulara rastlanmıştır. Bunlara ek olarak katılımcıların piyasaya çok sayıda kaynak sürüldüğü fakat bu kaynakların bazılarının içerik bakımından yetersiz olduğunu belirtmişlerdir.

Anahtar Kelimeler: Beden Eğitimi, Öabt, Öğretmen Adayı, Kpss

YARALANMA KAYGISININ TAEKWONDO SPORCULARI ÜZERİNDEKİ ETKİSİNİN DEMOGRAFİK FAKTÖRLERLE DEĞERLENDİRİLMESİ

Atlas AKBAŞ, Gökhan ÇETİNKAYA, Yusuf SOYLU

Türkiye

Öz: Bu araştırmanın amacı olimpik bir spor dalı olan taekwondo ile ilgilenen sporcularda yaralanma kaygısını araştırmak ve bu kaygının sporcular üzerinde ne gibi etkileri olduğunu öğrenmektir. Araştırmanın örneklemi, Türkiye'deki 18 yaş ve üstü 186 lisanslı taekwondocudan oluşmaktadır. Veri toplama aracı olarak araştırmacı tarafından hazırlanan demografik veri formu ile Rex ve Metzler (2016) tarafından geliştirilen "Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği" kullanılmıştır. Çalışmada kullanılan veriler, internet üzerinden katılımcıya gönderilen anket sorularına alınan cevaplardan toplanmıştır. Analizler, SPSS 25.0 paket programında gerçekleştirilmiştir. Analizlerde istatistiksel anlamlılık değeri %95 güven aralığında p <,05 olarak kabul edilmiştir. Analizlerden elde edilen bulgular incelendiğinde, taekwondocularda cinsiyet değişkeninin spor yaralanması kaygı düzeyi üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı görülmüştür. Yaş değişkeni ile spor yaralanması kaygı düzeyi ve alt boyutları arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı tespit edilmiştir. Ancak taekwondocularda yaşın artması sonucunda yeteneğini kaybetme kaygı düzeylerinde artış görülmüştür. Erkek sporcuların, kadın sporculara göre yeteneğini kaybetme kaygısının ise daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Üst kuşaklarda bulunan taekwondocuların spor yaralanması kaygı düzeyleri, acı çekme kaygı düzeyleri ve yeniden yaralanma kaygı düzeyleri, alt kuşaklara göre daha yüksek bulunmuştur. Son olarak daha önce spor yaralanması geçirmiş taekwondocuların, spor yaralanması geçirmemiş taekwondoculara oranla spor yaralanması kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Çalışmadan elde edilen sonuçlar; sporcularda yaş, deneyim ve geçmişteki yaralanma öyküsü değişkenlerinin yaralanma kaygı düzeyini artırdığını göstermektedir. İleride bu durumun, sporcularda müsabakalardan ve antrenmanlardan kaçma isteği ortaya çıkarabileceği ya da sporcu kimliğinden uzak kalma şeklinde travmalara yol açabileceği öngörülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Taekwondo, Kaygı, Yaralanma

PROFESYONEL FUTBOL KULÜPLERİ ALTYAPILARININ ANTRENÖRLER TARAFINDAN DEĞERLENDİRİLMESİ

Avni Burak BİÇER, Ali ERASLAN, Tekin ÇOLAKOĞLU

Türkiye

Öz: Kulüplerin altyapılarında oyuncular yetiştirmesi, dışarıdan bir oyuncuyu transfer etmekten çok daha uygun ve bütçe yaratmak için etkili bir yoldur. Bu araştırmanın amacı profesyonel futbol kulüpleri altyapılarının antrenörler açısından değerlendirilmesidir. Nitel araştırma yöntemlerinden olgu bilim deseninin kullanıldığı bu araştırmada katılımcılar amaçlı örneklem yönteminden ölçüt örnekleme ile belirlenmiştir. Çalışmanın örneklem grubunu Ankara ilindeki profesyonel kulüp altyapılarında en az beş yıl görev alan sekiz antrenör oluşturmuştur. Katılımcılarla yüz yüze görüşmeler yapılmış ve araştırmacı tarafından hazırlanan yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Elde edilen veriler içerik analiziyle çözümlenmiştir. Antrenörlerin altyapı oyuncu yetiştirme politikalarıyla ilgili cevapları "genel görüşler", "başarısız olma sebepleri" ve "öneriler" şeklinde üç kategoride toplanmıştır. Buna göre, antrenörlerin daha çok olumsuz görüşe sahip olduğu, yapılan planların uygulamaya geçmemesinin en önemli başarısız olma sebebi olduğu ve oyuncuların A takımda daha uzun süre almasının da en çok vurgulanan öneri olduğu ifade edilmiştir. Antrenörlerin altyapı bütçeleri ile ilgili görüşleri "genel görüşler", "bütçe kalemleri" ve "öneriler" şeklinde üç kategoriden oluşmaktadır. Bütçenin yetersiz olması genel görüşlerde en çok ifade edilen unsur olarak görülmektedir. Antrenörlerin tesisler hakkındaki görüşlerinde "genel görüşler", "tesis yetersizliğinin nedenleri" ve " öneriler" şeklinde üç kategoriden oluşmaktadır. Buna göre, genel olarak tesislerde saha sayısının yetersiz olduğu ifade edilmiştir. Altyapıda görev alan antrenörler ve oyuncu temsilcisi hakkındaki görüşlerine bakıldığında "olumlu" ve "olumsuz" olmak üzere iki kategori ortaya çıkmış olup, ifadelerin daha çok olumsuz olduğu görülmektedir. Sonuç olarak, profesyonel kulüp altyapı politikalarının yetersiz olduğu, gerekli imkânların sağlanmadığı, antrenörlerin yeterince nitelikli olmadıkları ve altyapıda oyuncu temsilcilerine çeşitli nedenlerden karşı olunduğu görülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Futbol, Antrenör, Altyapı

ESPOR ANTRENÖRLERİNİN ESPOR KAVRAMINA YÖNELİK METAFORİK ALGILARI

Aylin Özge PEKEL, Yasin Nuri ÇAKIR, Nagihan ÇAREDAR, Yekta ŞAHİN, Hacı Ahmet PEKEL

Türkiye

Öz: Espor strateji ve planların yoğun olarak yer aldığı, fiziksel ve zihinsel çaba gerektiren, modern spor ile önemli bir etkileşim içerisine girmeye başlayan ve çevrim içi oyunlar üzerine kurulu bir spor dalıdır. Branşın önemli parçalarından biri olan antrenörlerin espor kavramına yönelik metaforik algılarının ortaya çıkarılması bu araştırmanın amacını oluşturmaktadır. Araştırmaya, 2021 yılında ülkemizde ilki gerçekleştirilen espor 1. kademe antrenörlük kursuna katılmış olan 40'ı erkek, 10'u kadın olmak üzere toplam 50 antrenör adayı katılmıştır. Araştırmada nitel araştırma yöntemlerinden biri olan fenomenoloji (olgu bilim) deseni kullanılmıştır. Verilerin elde edilmesinde, her bir antrenör adayına kişisel bilgi formu uygulanmış ve antrenör adaylarından "espor …… gibidir/benzer; çünkü ..……" cümlesini tamamlamaları istenmiştir. Veri toplama aracı bizzat araştırmacılar tarafından uygulanmıştır. Ayrıca tüm katılımcılar gönüllülük esasına dayanarak çalışmada yer almıştır. Veriler içerik analizi tekniğiyle çözümlenmiştir. Verilerin analizinde sırasıyla adlandırma, eleme, kategori geliştirme, geçerlik ve güvenirliğin sağlanması, elde edilen metaforların frekanslarının hesaplanması, yorumlanması ve yapılan çizimlerinin incelenmesi aşamaları takip edilmiştir. Her ne kadar bilgisayar oyunlarının sağlıksız olarak görülmesi e-spor için daha büyük problemlerin göstergesi olsa da bu araştırmada antrenör adaylarının çoğunun e-spor kavramına yönelik olumlu dönütler yaptığı görülmüştür. Yıllık olarak belirli aralıklarla yapılabilecek takiplerle e-spor antrenörlerinin teknolojik gelişim ve değişimler ile birlikte oluşabilecek antrenör ihtiyaçlarının belirlenmesi ve bu ihtiyaçların çözüme ulaştırılması adına çalışmanın tekrarlanması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Espor, Spor, Antrenör, Metafor, Algı

MUTLULUK İÇİN DANS ET: DANSA KARŞI TUTUM VE MUTLULUK ARASINDAKİ İLİŞKİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

Ayşe DEMİR

Türkiye

Öz: Bu çalışmanın amacı; dans eğitimi alan bireylerin dansa yönelik tutum ve mutluluk düzeyi ilişkisinin belirlenmesidir. Araştırmaya, İstanbul Esta Dans Akademide çeşitli alanlarda dans eğitimi alan 56'sı (%72,7) kadın ve 21'i (%27,3) erkek olmak üzere toplam 77 birey gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada veri toplama araçları olarak; birinci bölümde bireylerin demografik bilgilerini tanımlamaya yönelik oluşturulan kişisel bilgi formu, ikinci bölümde 39 madde ve 3 alt boyuttan oluşan "Dansa Yönelik Tutum Ölçeği" son bölümde ise 5 madde ve tek alt boyuttan oluşan "Oxford Mutluluk Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmanın veri analizinde; demografik bilgilerin dağılımı frekans analizi, dansa yönelik tutum ölçeği ve mutluluk ölçeklerinin demografik bilgilere göre değişimi bağımsız gruplarda t testi ve tek yönlü varyans analizi ile incelenmiştir. Dansa karşı tutum ölçeği ile mutluluk ölçeği arasındaki ilişkinin belirlenmesi amacıyla korelasyon analizi yapılmış ve pearson korelasyon katsayısı elde edilmiştir. Çalışmada kullanılan ölçeklerin güvenilirlik düzeyinin belirlenmesi için güvenilirlik analizi yapılmış olup analizler %95 güven düzeyinde SPSS 20.0 yazılımı ile yapılmıştır. Araştırma sonucunda; dansa yönelik tutum ölçeğinin alt boyutları motivasyon ve farkındalık cinsiyet ile anlamlı farklılık gösterirken, kaçınma alt boyutu göstermemiştir. Motivasyon alt boyutu ile diğer demografik özellikler arasında anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Kadınların farkındalık ve motivasyon düzeyinin erkeklerden daha yüksek olduğu görülmüştür. Mutluluk ölçeğinde ise demografik özellikler arasında anlamlı bir farklılık olmadığı yalnızca haftalık dans etme süresine göre anlamlı farklılık göstermiştir. Daha uzun süre dans edenlerin daha mutlu olduğu yani dans süresi arttıkça mutluluğun arttığı söylenebilmektedir. Çalışmada dansa karşı tutum ölçeği ile mutluluk arasındaki ilişkiye bakıldığında ise iki değişken arasında herhangi bir ilişki olmadığı sonucuna varılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Dans, Mutluluk, Dans Akademisi

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR DERSİ ÖĞRETİM PROGRAMI KAPSAMINDAKİ DEĞERLERİN UYGULANMASINA YÖNELİK ÖĞRETMEN GÖRÜŞLERİ

Ayşe ÖNAL, Zeki TAŞ, Bijen FİLİZ, Gülten HERGÜNER

Türkiye

Öz: Günümüz eğitim anlayışında akademik başarının yanında öğrencileri uygun değerler ile donatmak hedeflenmektedir. Bu çalışmanın amacı, beden eğitimi ve spor dersi öğretim programı kapsamındaki değerlere ve değerlerin uygulanmasına yönelik öğretmen görüşlerini belirlemektir. Çalışma kapsamına, Milli Eğitim Bakanlığına bağlı devlet okullarında, 2021-2022 eğitim öğretim yılında görev yapan yaklaşık 10 yıl ve üzeri mesleki tecrübesi olan 19 beden eğitimi ve spor öğretmeni alınmıştır. Araştırmanın yöntemi, nitel araştırma desenlerinden betimleyici fenomenolojik desene göre oluşturulmuştur. Bulgularda, müfredattaki değerlerin kavram olarak anlamlandırılması; değerlerin öğrencilere aktarılma sürecindeki uygulamalar, okul derslerine ilişkin görüşler; öğretmenlerin aldığı eğitim; değerlerin aktarılmasının önündeki engeller; ailenin ve okulun durumu; öncel ve ardıl değerler; değerlerin aktarılmasına yönelik öğretmen görüşleri ortaya konmuştur. Verilerin analizi sonucunda; Değerlerin öğrenciye aktarılmasında beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin ve dersinin oldukça etkili ve önemli olduğu, müfredattaki değer açıklamalarının genelde anlaşılır olduğu ancak uygulamada plansız şekilde verildiği, değerlerle ilgili lisans ve hizmet içi eğitimlerin yetersiz ve verimsiz olduğu, sosyal medya, aile yapısı, okulun konumu gibi faktörlerin değer aktarımını etkilediği, bunlara karşın öğretmen eğitimlerinin, işbirliğinin ve öğretmen önerilerinin dikkate alınması ile değerleri aktarmada etkili olunacağına ve verimliliği artıracağına dair veriler elde edilmiştir. Çalışma sonucunda ulaşılan temaların ilgili birimlerce incelenerek sunulan önerilerin dikkate alınması, gerekli tedbirlerin alınması ile değerlerin öğrencilere aktarılması sürecine olumlu katkılar sağlayacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Beden Eğitimi ve Spor Dersi, Öğretim Programı, Değerler ve Uygulanması, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni

CUMHURİYETİN İLK YILLARINDA YURT DIŞINA ÖĞRENCİ GÖNDERME UYGULAMALARI VE BEDEN EĞİTİMİ ALANINDA ÖĞRENİM İÇİN İSVEÇ'E GÖNDERİLEN İLK KUŞAK ÖĞRENCİLERİ "VİLDAN AŞİR SAVAŞIR" İLE "NİZAMETTİN KIRŞAN"

Ayşen İÇKE

Türkiye

Öz: Toplumlararası kültürel etkileşimin en etkili vasıtalarından olan yurt dışı eğitimi uygulaması, 18. yüzyıldan itibaren Batı Avrupa ülkeleri dışında kalan toplumlarca gerçekleştirilmeye başlanılan modernleşme hareketleri çerçevesinde devletlerin ihtiyaç duydukları alanlarda yetişmiş insan gücünün temini için başvurdukları yöntemlerden biri haline gelmiştir. Dünyada modernleşme hareketlerinin yaygınlık kazanmasına paralel olarak, modernleşme çabası içerisine giren devletler tarafından, öğrenim amaçlı yurt dışına öğrenci gönderme uygulamaları 19. yüzyıldan itibaren yoğunluk kazanmaya başlamıştır. Bu yüzyılda geniş ölçekte modernleşme hareketine giren Osmanlı Devleti tarafından da çok sayıda öğrenci öğrenim için yurt dışına gönderilmiş ve birçok modern bilim dalının ülkeye girişi bu öğrenciler vasıtasıyla olmuştur. Beden Eğitimi'nin Türkiye'de bir bilim dalı olduğunun bilincine varılması, II. Meşrutiyet'in ilânı sonrası eğitim amacıyla İsveç'e gönderilen Selim Sırrı (Tarcan) Bey'in çabalarıyla gerçekleşmiştir. I. Dünya Savaşı sonrası Osmanlı Devleti'nin varlığının sona ermesi üzerine kurulan Cumhuriyet döneminde de yurt dışı eğitimi uygulamasından yüksek oranda yararlanılmış; Mustafa Kemâl Atatürk'ün önderliğinde siyasal, sosyal, ekonomik ve kültürel yönleriyle bir bütün olarak gerçekleştirilen modernleşme projesi çerçevesinde, Mühendislik ve Uygulamalı Bilimlerden Sosyal Bilimlere, İktisadî, İdarî, Hukuk ve Malî Bilimlerden Temel Fen Bilimlerine, Güzel Sanatlar ve Beden Eğitiminden Sağlık Bilimlerine kadar çeşitli bilim dallarında tahsil için çok sayıda öğrenci dünyanın önde gelen üniversitelerine gönderilmişler ve bu öğrencilerin neredeyse tamamı öğrenimlerini tamamlayıp ülkeye döndüklerinde alanlarında öncü rol üstlenmişlerdir. Cumhuriyet Hükûmetinin öncelikli konuları arasında yer alan yurt dışı eğitimi uygulaması, ilk kez 14 Ağustos 1923 tarihli Hükûmet Programında ifadesini bulmuştur. Söz konusu olan Programda, gençlerin ihtisas peyda etmeleri için Avrupa'daki irfan merkezlerine gönderileceği, ayrıca bir Beden Eğitimi Öğretmenliği Okulu'nun açılacağı ve izcilik teşkilatına özel önem verileceği ifade edilmektedir. Cumhuriyet Hükûmetinin önemle üzerinde durduğu konulardan olan Beden Eğitiminin bir bilim dalı olarak ülkeye yerleşmesi, bunun için açılması planlanan Beden Eğitimi Öğretmenliği Okulu'nun uzman kadrosunu temin etmek üzere, Maarif Vekâleti'nin 1924 yılı sonlarında yurt dışına gönderdiği ilk öğrenci kafilesiyle, Vildan Aşir (Savaşır) ve Nizamettin (Kırşan) Beyler öğrenim için İsveç'e gönderilmişlerdir. İsveç'in Stockholm şehrindeki üç yıllık tahsillerini başarıyla tamamlayan Vildan Aşir (Savaşır) ve Nizamettin (Kırşan) Beyler 1928 yılında yurda dönerek, Türkiye'de Beden Eğitimi dersleri ile sportif faaliyetlerin düzenlenmesinde, Türk sporunun yurt dışında temsilinde önemli görevler üstenmişler ve sporun halka benimsetilip, yaygınlaşmasında etkin rol oynamışlardır. Bu çalışmada, Cumhuriyet Hükûmetinin Beden Eğitimi alanında öğrenim için yurt dışına gönderdiği ilk öğrencilerden olan Vildan Aşir (Savaşır) ve Nizamettin (Kırşan) Beylerin yurt dışındaki eğitim faaliyetleri ve tahsilleri sonrası Türkiye'deki hizmetleri açıklanmaya çalışılacaktır.

Anahtar Kelimeler: Cumhuriyet, Yurt Dışı Eğitimi, Spor, Beden Eğitimi, Vildan Aşir Savaşır, Nizamettin Kırşan

FUTBOLDA HAYAL ETMENİN YAŞ VE BRANŞ YAŞINA GÖRE İNCELENMESİ

Azize ERDOĞAN

Türkiye

Öz: Bu çalışmada; futbolda hayal etmenin yaş ve branş yapma süresine göre incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma betimsel bir araştırma olmakla birlikte, evrenini İstanbul ilinin Üsküdar ilçesinde bulunan Bağlarbaşı Futbol Okulu, örneklemini ise futbol okulunda eğitim alan 76 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak; geçerlik güvenirlik testi yapılmış ve Cronbach Alfa katsayısı "924" bulunan, "Çocuklar İçin Spor Etkinliği Hayal Etme Ölçeği" kullanılmıştır. Bununla birlikte araştırmada öğrencilerin bilgilerini içeren "Kişisel Bilgi Formu" kullanılmış. Bu çalışmada yaş ve spor branş yılına göre çocukların futbolda hayal etme durumları karşılaştırılmıştır. Araştırmanın normallik testi yapılmış ve verilerin normal dağılım gösterdiği görülmüştür. Normal dağılım görülmesinden ötürü araştırmada, tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi yapılmış ve çocukların yaşları ve spor branş yılları arasındaki istatistiksel farklılıkları ortaya koymak adına post-hoc testi yapılmıştır. Sonuç olarak; Futbolda hayal etmenin yaş ve branş yapma süresine göre incelenmesi üzerine yapılan çalışmada, çocukların hayal etme durumları üzerinde spor branşı yıllarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermezken, yaşlarına göre futbolda hayal etme durumları arasında anlamlı bir farklılık görülmektedir. Bu farklılık; "özel bilişsel" alt boyutunda 12 ve 13 yaş arasında "13" yaşındaki öğrenciler lehine, "Genel motivasyonu üstünlük" alt boyutunda 9 ve 12 yaş arasında "9" yaşındaki öğrenciler lehine istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar görülmüştür. Bu sonuçtan yola çıkarak hayal etmenin yaş üzerinde incelenmesi sonucunda futbolda etkili olduğu ve bu yüzden antrenman planlamasında hayal etme çalışmalarına yer verilmesi gerektiği sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Hayal Etme, Futbol, Yaş ve Branş Yılı

SINIF ÖĞRETMENLERİNİN OYUN VE FİZİKİ ETKİNLİKLER DERSİNE YÖNELİK TUTUMLARININ İNCELENMESİ

Bekir ÇAR, Hasan GÜLER, Volkan SURAL, Ersan TOLUKAN

Türkiye

Öz: Giriş ve Amaç: Geçmişten günümüze doğru insanlık tarihine bakıldığında bireylerin hayata adapte olmalarını sağlamak ve gelişimlerini tamamlamak amacıyla oyun oynamış, oyunları yalnızca bir araç değil amaç olarak görerek hayatlarının merkezlerine almışlardır. Aynı zamanda temel ihtiyaçlarını karşılamak amacıyla fiziksel etkinliklerde de bulunmuşlardır. Bu bakımdan oyun ve fiziksel etkinlikler birbirlerini tamamlayan ana unsur olarak ortaya çıkmıştır. Sınıf öğretmenlerinin oyun ve fiziki etkinlikler dersine yönelik negatif ya da pozitif tutumlarının etkisiyle birlikte dersin öğrenciler için etkili ve verimli olması öğrencilerin bir sonraki kademedeki beden eğitimi ve spor dersi açısından da büyük önem arz etmektedir. Araştırmanın amacı, sınıf öğretmenlerinin oyun ve fiziki etkinlikler dersine yönelik tutumlarının çeşitli değişkenlere göre incelenmesidir. Yöntem: Çalışmaya 2020 – 2021 eğitim-öğretim döneminde Ankara ilinin Altındağ ilçesinde görev yapan 171 kadın ve 51 erkek sınıf öğretmeni katılmıştır. Veri toplama araçları olarak "Kişisel Bilgi Formu" ve Hazar ve Tekkurşun-Demir (2018) tarafından geliştirilen "Sınıf Öğretmeni Adaylarının Oyun Ve Fiziksel Etkinlikler Dersine Yönelik Tutum Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmaya katılan sınıf öğretmenlerinden elde edilen verilerin analizinde Kruskal Wallis çoklu karşılaştırma testleri kullanılmıştır. Bulgular: Araştırma da sınıf öğretmenlerinin sınıf düzeyi ve mesleki kıdem değişkenlerine göre istatistiki olarak anlamlı farklılıklar tespit edilirken ($p<0,05$), mezun olunan üniversite ve cinsiyet değişkenlerine göre istatistiki olarak anlamlı farklılık tespit edilememiştir ($p<0,05$). Sonuç: araştırmada sınıf öğretmenlerinin oyun ve fiziki etkinlikler dersine yönelik tutumlarının ortalamadan daha fazla olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Oyun ve Fiziki Etkinlikler, Tutum, Sınıf Öğretmenleri,

KÜRESEL İNOVASYON ENDEKSİ ÇERÇEVESİNDE TÜRKİYE

Çiğdem KOŞAR TAŞ, Sibel ÖRK ÖZEL

Türkiye

Öz: İnovasyon, kısaca yenilik anlamına gelmekte olup teknolojik alanlarda yeni fikirlerin, yöntemlerin ve buluşların uygulanarak toplumsal, kültürel ve ekonomik alanlarda kullanılması şeklinde tanımlanabilir. Son yıllarda teknolojik gelişmelerle birlikte inovasyon kavramı da dünya gündemine hızla yerleşmiş olup sıklıkla kullanılmaktadır. Bu doğrultuda, birtakım kuruluşlar tarafından uluslararası düzeyde kabul gören ve inovasyonu temsilen çeşitli göstergeleri içeren bazı endeksler oluşturulmuştur. Bu endekslerden bir tanesi de Küresel İnovasyon Endeksi'dir (Global Innovation Index-KİE). Küresel İnovasyon Endeksi, Birleşmiş Milletler'in (BM) İsviçre merkezli kuruluşu Dünya Fikri Mülkiyet Örgütü (World Intellectual Property Organization-WIPO) tarafından 2007 yılından bu yana yıllık olarak yayınlanmaktadır. Bu endeks, ülkelerin inovasyon yatırımlarının belirlenmesinde ve ilgili politikaların geliştirilmesinde ülkelere yol göstermektedir. Tüm bölgelerden ve gelir gruplarından onlarca ülke, inovasyon politikalarının inşasında bu endeksten faydalanmaktadır. 132 ülke için ortaya konulan bu endekste, girdi alt endeksine ait 5 adet ana gösterge ve çıktı alt endeksine ait 2 adet ana gösterge olmak üzere toplam 7 adet ana gösterge bulunmaktadır. Bu alt endekslere ait ana göstergelerin her birinde 3'er adet alt gösterge mevcuttur. Dolayısıyla bu endeks toplamda 21 adet göstergeden oluşmaktadır. Bu çalışmada, ana endeks, alt endeksler ve göstergeler bağlamında Türkiye'nin 2017-2021 dönemi incelenmiştir. Ele alınan dönem çerçevesinde Türkiye'nin inovasyondaki başarısı ve diğer ülkelere göre mevcut durumu teorik olarak ortaya konmuştur. Bu doğrultuda, ülkemizin durumu değerlendirilerek geliştirilecek olan politikalarla ilgili önerilerde bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: İnovasyon, Küresel İnovasyon Endeksi, Türkiye

COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNİN PROFESYONEL KADIN BASKETBOL OYUNCULARINDA BESLENME ALIŞKANLIKLARININ YEME TUTUMU VE DEPRESYON DURUMU ÜZERİNE ETKİLERİ

Damla Deniz DÜZ, Ayla TAŞKIRAN, Reşat SADIK

Türkiye

Öz: Bu araştırmanın amacı Covid-19 pandemi süresinde profesyonel kadın basketbol oyuncularının beslenme alışkanlıklarının, yeme tutumu ve depresyon durumu üzerine etkilerini belirlemek olarak saptanmıştır. Bu çalışmada, Kadınlar Basketbol Süper ligi oyuncularından 26, Türkiye Kadınlar Basketbol Ligi oyuncularından 52, Kadınlar Basketbol Bölgesel Ligi oyuncularından 22 sporcu olmak üzere 100 profesyonel kadın basketbol oyuncusu katılmıştır. Çalışmaya katılan basketbol oyuncularının yeme tutumunu ve depresyon durumunu ölçmek üzere 4 adet anket uygulanmıştır. Ayrıca sosyo-demografik ve beslenme alışkanlığını öğrenmek için bilgi anket formu kullanılmıştır. Veriler SPSS 25 for Windows paket program ile analiz edilmiştir. Bu anketler, sporcuların farklı duygu durumlar sırasında tükettikleri besinleri, günlük yaşadıkları duygu durumları ve yeme tutumları ile ilgili sorular içermektedir. Verilen cevaplar ile etki durumu hesaplanmaktadır. Çalışmaya katılan sporcuların yaş ortalaması 25'dir. Çalışmaya katılan sporcuların %64'ü 3 ana öğün tüketirken, %5'i 5 öğün ve üzeri öğün tüketimi yapmaktadır. Katılımcıların %54'ü bazı durumlarda öğün atladıklarını belirtmişlerdir. Salgın döneminde tek başına yaşayan sporcuların, sosyal çevrenin beslenme tipinden, duygu durum değişikliğinin meydana getirdiği değişken yeme tutumundan, depresyon durumunun beslenmeye yansımasından etkilendiği araştırmamızda görülmektedir. Öğün tüketim miktarı, öğün atlama sebebi ile beslenme alışkanlıkları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ($p<0.05$). Yapılan benzer bir çok araştırmada kadınların negatif durumlarda duygusal yeme isteklerinin daha fazla olduğu belirtilmiştir. Araştırmaya katılan sporcuların beslenme alışkanlıklarının depresyon durumu ve yeme tutumuna etkisi olduğu saptanmıştır. ($p<0.05$).

Anahtar Kelimeler: Beslenme Alışkanlıkları, Covid-19, Pandemi, Depresyon, Yeme Tutumu

FİZİKSEL AKTİVİTENİN OTİZMLİ ÇOCUKLARDA GÖRÜLEN POSTÜR VE YÜRÜYÜŞ BOZUKLUKLARININ TEDAVİSİNDE ETKİSİ

Defne ÖCAL KAPLAN

Türkiye

Öz: Otizm spektrum bozukluğu, üç yaşından önce ortaya çıkan ve ömür boyu devam eden, sosyal beceriler, iletişimin her türünde yaşanan problemler, tekrarlayan davranış kalıpları ve sınırlı bilgi alanları şeklinde karakterize edilen gelişimsel bir bozukluktur. Dünya sağlık örgütü verilerine göre 160 çocuktan birinde ortaya çıkan otizm, tüm etnik kültürlerde ve ekonomik gruplarda gözlemlenmektedir. Otizmli çocuklar koşma, zıplama, atlama ve dönme gibi çok sayıda, kendiliğinden uyarılma durumu haricinde meydana gelen ve işlevsiz görünen, tekrarlayan, istemsiz, düzensiz hareketler olan yürüyüş stereotipi sergilerler. Otizmli çocuklarda motor kusurlara yani bozulmuş vestibüler kontrol ve ince ve kaba motor anormalliklere sıklıkla rastlanmaktadır. Yapılan pek çok çalışmanın verilerine göre özellikle altı yaş altı otizmli çocukların, sağlıklı akranlarına göre idiyopatik parmak ucu yürüyüşüne daha yatkın oldukları gözlemlenmektedir. Ayrıca otizmli çocuklarda postüral kontrol ve yürümedeki eksiklikler, serebellum ve bazal ganglionlara duyusal entegrasyondaki işlev bozukluğu ile ilişkilendirilmektedir. Otizmli çocuklarda gözlemlenen yürüyüş bozuklukları çoğunlukla beraberinde postüral problemlere yol açmakta tedavi edilememesi durumunda özellikle hareket sistemi organları başta olmak üzere bazı metabolik hastalıkların oluşmasına zemin hazırlamaktadır. Bu problemlerin önüne geçebilmek için yürüme eğitimi, alt ekstremite güçlendirme, denge ve propriyoseptif eğitimi içeren değerlendirmeye dayalı, bireysel olarak uyarlanmış bir egzersiz programı, genel olarak otizmli çocuklar için fiziksel aktiviteyi ve yaşam kalitesini artırma amacıyla yürüyüş kalıplarını ve koordinasyonunu iyileştirebilir. Çalışma ile yaşamın ilk yıllarında teşhis edilebilen otizm spektrum bozukluğunun fiziksel özelliklerinin tanımlanmasının beraberinde, en tipik semptomlardan olan postür ve yürüyüş bozukluklarının erken tanı ile ilerlemesinin engellenmesi ve daha etkili tedavi planlarının oluşturulabilmesi anlamında farkındalık yaratmak amaçlanmaktadır. Otizm spektrum bozukluğunun bu yönüne ilişkin bilgi ve anlayış, egzersizle tedaviye olan ilgiyi artırabilir.

Anahtar Kelimeler: Otizm Spektrum Bozukluğu, Yürüyüş Bozukluğu, Postür, Egzersiz

PANDEMİ DÖNEMİNDE ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN SPORA YÖNELİK TUTUMLARI VE COVID – 19'A YAKALANMA KAYGISININ İNCELENMESİ

Deniz BEDİR, Sevinç NAMLI, Fatih AĞDUMAN, Ekrem GEZER

Türkiye

Öz: Bu araştırma, Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin spora yönelik tutumları ve COVID – 19'a yakalanma kaygısının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Çalışmaya 151 erkek (% 62,7), 90 kadın (% 37,3) olmak üzere toplam 241 düzenli spor yapan üniversite öğrencisi (X = 23,73 ± 5,21 yaş) katılmıştır. Tarama modelinde uygulanan çalışmada demografik bilgi formu, "Spora Yönelik Tutum Ölçeği" ve "Sporcuların Yeni Tip Koronaviruse Yakalanma Kaygısı Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin istatistiksel analizi JASP 0.15 yazılımı aracılığıyla yapılmıştır. Elde edilen veriler normal dağılım gösterdiğinden istatistiksel analizde parametrik testlerden Bağımsız Örneklem T testi ve Pearson Korelasyon testleri kullanılmıştır. Katılımcılar cinsiyet değişkenine göre gruplandığında, kadın öğrencilerin COVID – 19'a yakalanmayla ilgili bireysel ve toplam kaygı puanlarının erkek öğrencilerden istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek olduğu saptanmıştır ($p < 01$). Yaşa göre ise 26 – 30 yaş aralığında bulunan öğrencilerin COVID – 19'a yakalanma bireysel ve toplam kaygı puanlarının 17 – 25 yaş aralığında bulunan öğrencilerden fazla olduğu görülmüştür ($p < 01$). Takım sporlarıyla ilgilenen öğrencilerin "sporla yaşama" alt boyut ortalama puanları bireysel sporlarla ilgilenen öğrencilerden daha fazlayken, COVID – 19'a yakalanma hususunda bireysel ve toplam kaygı puanlarının daha düşük olduğu tespit edilmiştir ($p < 05$). COVID – 19'a yakalanan öğrencilerin "spora ilgi duyma" ve "sporla yaşama" alt boyut ortalama puanları COVID – 19 geçirmeyen öğrencilerden anlamlı düzeyde daha az olduğu görülmektedir ($p < 05$Sonuç olarak kadın sporcuların erkeklere, büyük yaş grubundakilerin ise küçük yaş grubundaki bireylere göre COVID – 19'a yakalanma kaygısının daha yüksek olduğu; COVID – 19'a yakalanan bireylerin spora daha az ilgi duyduğu ifade edilebilir.

Anahtar Kelimeler: Salgın, Endişe, Spora İlgi, Koronavirus, Atlet

KAMU POLİTİKALARI BAĞLAMINDA SOSYAL POLİTİKA VE SAĞLIK POLİTİKALARINDA SOSYAL HİZMETİN ÖNEMİ

Doğucan ERDOĞAN

Türkiye

Öz: Sosyal hizmet genel tanımıyla bireylerin psikososyal yönden kuvvetlendirilmesini, dezavantajlı birey ve gruplara yönelik sosyal problemlerin çözümü, sosyal yardım ve hizmetlerin yapılmasını sağlayan ve hürriyetini amaçlayan tatbik eden bir meslek ve bilimsel disiplindir. Sosyal hizmet alanı birçok disiplinden faydalanmaktadır. Yararlandığı disiplinlerin başında sosyal politika disiplini gelmektedir. Sosyal politika tanımı ise devletlerin sosyal alanlarda uyguladığı hizmetler şeklinde tanımlanmaktadır. Geçmiş dönemlerden itibaren günümüze dek sosyal politika ve sosyal hizmet karşılık bir biçimde bağlantılıdır. Sosyal çalışmacılar, dezavantajlı birey ve grupların sorunları çözümü için çalışmaktadır. Sosyal politika ise bu sorunların ortadan kalkması amaçlı planlamalar yaparak bu planların gerçekleştirilmesine yönelik adımların uygulanmasını sağlamaktadır. Bireylerin ihtiyaçlarının karşılanması, sosyal problemlerin giderilmesi ve bu problemlerin çözümünde sosyal politikalar önem arz etmektedir. Sosyal çalışmacılar, tüm uygulayacağı çalışmaları sosyal politikalar doğrultusu kapsamında hazırlanan resmi mevzuatlar, kanunlar ve yükümlülükler çerçevesinde gerçekleştirmektedir. Sosyal refah kapsamında sağlık hizmetleri ülkeler için önem arz etmektedir. Sosyal devlet bağlamında sağlık hizmetleri devletlerin yükümlülüğü olarak ifade edilmektedir. Sosyal çalışmacıların tıbbi kapsamda göreve başlamaları psikososyal kavramın oluşmasıyla başlamıştır. Tıbbi alanda görev yapan sosyal çalışmacıların başta bireyler olmak üzere ve toplumun daha iyi sağlık faaliyetlerinden yararlanmasına yönelik çalışmalarda bulunmaktadır. Bu alanda görev yapan sosyal çalışmacılar bireyi yakınları ve çevresiyle birlikte değerlendirmekte olup sağlık hizmetleri sunmaktadır. Tıbbi sosyal hizmet alanında çalışan sosyal çalışmacıların, hastaların sağlık haklarından yararlanmasını sağlarken Tıbbi Sosyal Hizmet Uygulama Yönergesi başta olmak üzere, kanunlar, yönetmelik ve tüzükler çerçevesinde gerçekleştirmektedir. Bu kapsamda sosyal politikalar ve sağlık politikalarında sosyal hizmetin önemi büyüktür. (Bu çalışma yazarın İstanbul Aydın Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü'nde yapılan yüksek lisans mezuniyet şartı için hazırlanmıştır.)

Anahtar Kelimeler: Sosyal Politika, Sağlık Politikası, Sosyal Hizmet

TÜRK FUTBOL TAKIMLARININ UEFA ORGANİZASYONLARINDAKİ PERFORMANSININ İNCELENMESİ

Erdal ARI, Necdet APAYDIN, Hacı Ahmet TAŞPINAR

Türkiye

Öz: Bu çalışmanın amacı, 2004-2005 sezonundan itibaren UEFA organizasyonlarına katılan Türk futbol takımlarının performansının incelenmesidir. UEFA Avrupa Ligi'nde müsabakalar 2004-2005 sezonundan itibaren grup usulü ile oynanmaktadır. 2004-2005 sezonu ile 2020-2021 sezonu arasındaki 17 sezonda, UEFA Şampiyonlar Ligi ve Avrupa Ligi organizasyonlarına katılan Türk takımlarının müsabakalarındaki toplam ve maç başına atılan ve yenilen gol sayısı, müsabakalardaki galibiyet, mağlubiyet ve beraberlik sayısı incelenmiştir. UEFA organizasyonlarındaki başarı, üst tura yükselme ve grup sıralamalarının frekans değerleri olarak belirtildi. Veriler UEFA'nın resmi internet sayfasından kaydedilmiştir ve tanımlayıcı (ortalama, standart sapma ve minimum-maksimum) değerler ve frekans değerleri olarak sunulmuştur. Analiz sonuçlarına göre, 2004-2005 sezonundan itibaren, dokuz farklı Türk futbol takımı UEFA organizasyonlarına katılmıştır. Şampiyonlar Ligi'ne katılan Türk takımları, iki kez son 16 takım turuna ve iki kez çeyrek finale yükselmişlerdir. Şampiyonlar Ligi grubunu üçüncü sırada bitiren ve Avrupa Ligi'ne devam eden Türk futbol takımları, dört kez son 32 takım turuna, bir kez de çeyrek finale yükselmişlerdir. Ayrıca, takımlar Avrupa Ligi'nde on kez son 32 takım turuna, beş kez son 16 takım turuna ve bir kez yarı finale yükselmiştir. Şampiyonlar Ligi grup aşamasında, takımlar grubu dokuz kez sonuncu, beş kez üçüncü, üç kez ikinci ve bir kez birinci olarak bitirmişlerdir. Avrupa Ligi gruplarında ise takımlar, grubu dokuz kez birinci, beş kez ikinci, yedi kez üçüncü, yedi kez de dördüncü olarak bitirmişlerdir. Galibiyet sayısı bakımından, en başarılı sezonun Şampiyonlar Ligi'nde 2007-2008 sezonu (7 galibiyet), Avrupa Ligi'nde ise 2016-2017 sezonu (11 galibiyet) olduğu belirlendi. Şampiyonlar Ligi'nde maç başına atılan gol sayısının Avrupa Ligi'nden daha düşük (0,98±0.44 gol, 1,28±0.19 gol, sırasıyla) ve maç başına yenilen gol sayısının (1,99±0,63 gol, 1,41±0,34 gol, sırasıyla) Avrupa Ligi'nden daha yüksek olduğu belirlendi. Turnuvaların kalite farklılığının bu bulgu üzerinde etkili olabileceği söylenebilir. Sonuç olarak, Türk futbol takımlarının UEFA organizasyonlarında başarı istikrarını sağlayamadıkları ifade edilebilir. Başarı istikrarının genç oyuncu gelişimi, akılcı transfer politikası, profesyonel yönetim ve kurumsallaşma gibi hedeflere odaklanan uzun vadeli planlarla sağlanabileceği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: UEFA, Şampiyonlar Ligi, Avrupa Ligi, Futbol

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLERİNDE DUYGULARIN KARAR VERME VE ÖZ YETERLİK ÜZERİNE ETKİSİ

Erdem KARTAL, Gülten HERGÜNER

Türkiye

Öz: Bu araştırmanın amacı; beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin duygu durumlarının karar verme ve öz yeterlik üzerine etkisini belirleyerek, farklı değişkenler açısından incelemektir. Araştırmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın evrenini Sakarya ilinde görev yapan beden eğitimi ve spor öğretmenleri oluşturmaktadır. Örneklemi ise bu evren içerisinden kolayda örnekleme yöntemiyle seçilen 292 (214 erkek + 78 kadın) beden eğitimi ve spor öğretmeni oluşturmaktadır. Araştırmanın verileri "Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği", Melbourne Karar Verme Ölçeği, "Öz yeterlik Ölçeği" ve "Kişisel Bilgi Formu" kullanılarak toplanmıştır. Veriler bağımsız gruplar t- testi, tek yönlü varyans (ANOVA), Pearson korelasyon ve Regresyon analizi kullanılarak çözümlenmiştir. Araştırma bulgularına göre; öğretmelerin duygu durumları puanlarının cinsiyet ve medeni duruma göre farklılaştığı ($p<.05$) duygu durumları ile yaş ve hizmet yılı arasında ise anlamlı ilişkiler olmadığı tespit edilmiştir. Öğretmenlerin karar verme kaçıngan ve erteleyici karar verme puanlarının cinsiyete göre farklılaştığı ($p<.05$) karar vermede öz saygı, dikkatli ve panik karar verme puanlarının ise cinsiyete göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir ($p>.05$). Medeni duruma göre ise karar vermede öz saygı, kaçıngan ve panik karar verme puanların farklılaştığı ($p<.05$), dikkatli ve erteleyici karar verme puanlarının ise medeni duruma göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir ($p>.05$). Ayrıca karar verme puanları ile yaş ve hizmet yılı arasında ise anlamlı ilişkiler olmadığı tespit edilmiştir ($p>.05$). Öz yeterlik açısından incelendiğinde ise cinsiyete göre öz yeterlik puanlarının farklılık gösterdiği ($p<.05$), medeni duruma göre ise farklılık göstermediği saptanmıştır ($p>.05$). Ek olarak öz yeterlik puanları ile yaş ve hizmet yılı arasında ise anlamlı ilişkiler olmadığı tespit edilmiştir ($p>.05$). Bağımlı değişkenler arasındaki ilişki sonuçları ise olumlu duygu durumu puanları ile öz yeterlik ve karar vermede öz saygı arasında pozitif yönde orta düzeyde; dikkatli karar verme ile pozitif yönde düşük düzeyde; olumlu duygu durumu puanları ile kaçıngan, erteleyici ve panik karar verme ile negatif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Olumsuz duygu durumları ile öz yeterlik arasında negatif yönde düşük düzeyde; karar vermede öz saygı arasında negatif yönde orta düzeyde; dikkatli karar verme ile negatif yönde düşük düzeyde; kaçıngan, erteleyici ve panik karar verme ile pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir ($p<.05$). Sonuç olarak; beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin duygu durumlarının karar verme ve öz yeterlik üzerinde anlamlı etkiye sahip olduğu tespit edilmiştir ($p<.05$).

Anahtar Kelimeler: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni, Duygu Durumu, Karar Verme, Öz Yeterlik

ELİT SPORCULARIN COVİD-19 KAYGI DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ: JUDO VE BOKS ÖRNEĞİ

Geylan BOSTAN, Hüseyin Hakan KUDAK

Türkiye

Öz: Araştırmanın amacı, Türkiye Milli Takımlarında yer alan (Elit) Judocu ve Boksörlerin Covid-19 kaygı seviyelerini belirlemektir. Mevcut Covid-19 pandemisine rağmen yakın temasla antrenman yapmaya devam eden elit sporcuların bu durumdan ne kadar etkilendiklerinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Fiziki mesafenin mecburen azaldığı bu iki branş sporcularının hastalığın bulaşması hususunda ne derce kaygılandıkları incelenmiştir. Çalışmaya deney grubu olarak 114 Elit sporcuya, kontrol grubu olarak 159 kişiye ve toplamda 273 kişiye Akkuzu (2020) ve arkadaşları tarafından Türkçe güvenirlik ve geçerlik çalışması yapılan Koronavirüs Kaygı Ölçeği uygulanmıştır. Araştırmada toplanan verilerin analizi için SPSS 21.0 programından yararlanılmıştır. Araştırma verilerinin analizinde betimsel istatistikler olan aritmetik ortalama, frekans, standart sapma ve yüzde değerlerine bakılmıştır. Bu çalışma için parametrik analizlerin yapılıp yapılmayacağını belirlemek için öncelikle ölçek verilerinin normal dağılım gösterip göstermediğine bakılmıştır. Normal dağılım analizi sonucunda araştırma verilerinin normal dağılım göstermediği belirlenmiştir. Buna göre araştırma verilerinin analizinde ikili karşılaştırmalar için Mann Whitney-U testi kullanılmıştır. Araştırmaya katılan kişilerin %41,8'i elit milli sporculardan oluşan deney grubunu, %58,2'si ise kontrol grubunu oluşturmaktadır. Covid-19 kaygı ölçeğinin genel ortalamasında milli sporcu olmayan kontrol grubundaki kişilerin kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu ve bu farkların istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür ($p<0,05$). Covid-19 kaygı ölçeğinin genel ortalamasında kadınların kaygı düzeyinin erkeklere göre daha yüksek olduğu ve bu farkların istatistiksel olarak anlamlı bulunduğu görülmüştür ($p<0,05$).

Anahtar Kelimeler: Covid-19, Kaygı, Elit Sporcular

GÜZEL SANATLAR EĞİTİMİ ALANINDA GELİŞTİRİLEN ÖLÇEKLERİN İNCELENMESİ

Hamza ÜSTÜN

Türkiye

Öz: Eğitim bilimlerinin tüm alt alanlarında olduğu gibi güzel sanatlar eğitimi alanında da ölçekler, katılımcılar hakkında bilgi toplamada, tutumlarını, kaygılarını, performanslarını vb. özelliklerini belirlemede sıklıkla kullanılmaktadır. Bu ölçekler bireylerin bir enstrümana karşı olan yeterliliklerini ölçmede ya da sanatsal yaratıcılık hakkında tutumlarını belirlemede öğreticiye yardımcı olur. Ağırlıklı olarak performansa dayalı öğretim gerçekleştirilen müzik ve görsel sanatlar alanlarında hazırlanan ölçeklerin içeriği ve kapsamı da bu bağlamlardan hareket ile ayrıca önemli bir hal almıştır. Çalışma kapsamında TOAD Türkiye Ölçme Araçları Dizininde yer alan güzel sanatlar eğitimi kategorisinde müzik ve görsel sanatlar alanlarında gerçekleştirilen 116 ölçek çalışması incelenmiştir. Hazırlanan ölçeklerin incelenmesinde nicel araştırma biçimlerinden içerik analizi yöntemi kullanılmıştır. Araştırma kapsamında belirlenen ölçekler, müzik ve görsel sanatlar sınıflandırmaları, hazırlandıkları yıl, yayınlanma türleri, müzik ve görsel sanatlar eğitimi alt boyutları, madde, örneklem ve faktör sayıları, ölçüm türleri ve hazırlanan likert biçimleri açısından incelenmiştir. Çalışmadan elde edilen sonuçlara göre, en çok çalışmanın müzik alanında yapıldığı, yayın türü açısından en fazla makale türünün yayınlandığı, çalışmaların en fazla yapıldığı boyutun çalgı eğitimi olduğu sonuçlarına ulaşılmıştır. Madde sayılarının 20-30 aralığında, faktör sayısının tek faktörde toplandığı, örneklem sayılarının ise ağırlıklı olarak 100-200 aralığında olduğu belirlenmiştir. Ölçüm türleri açısından en çok tutum ölçmeye yönelik çalışmaların yapıldığı ve beşli likert tipi ölçeğin yaygın olarak kullanıldığı sonuçlarına ulaşılmıştır. Elde edinilen sonuçlar ilgili bölümlerde tablolaştırılarak açıklanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Ölçek, Güzel Sanatlar, Müzik, Görsel

P. CLODEMİR TROMPET METODUNUN İNCELENMESİ

Hamza ÜSTÜN

Türkiye

Öz: Müzik eğitiminin önemli bir alt öğrenme alanı olan çalgı eğitimi, başlangıç seviyesinden ustalık seviyesine çok geniş öğrenme öğretme yöntemlerinin kullanıldığı bir süreçtir. Her ne seviyede olunursa olunsun bu süreç içerisinde en önemli faktörlerden biri çalgının öğretiminde kullanılan metotlardır. Trompet eğitimi ülkemizde ve dünyada çok uzun bir süredir sistematik bir şekilde gerçekleşse de, trompet ile ilgili yazılan metotların sayısı oldukça azdır. Bu durum elde var olan metotların detaylı bir şekilde incelenerek en doğru metodun seçilmesinde kaynak oluşturması bakımından önemli bir husus olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu araştırmada trompet eğitiminde sıklıkla kullanılan "P. Clodomir Methode Complete de Trompette a Pistons" metodu, başlangıç seviyesi, egzersizlerin içerikleri, ton durumları, gamlar ile ilgili bilgilendirmeler, çalış biçimleri ve düet içerikleri açılarından incelenmiştir. Araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden içerik analizi kullanılmıştır. Araştırma sonucunda Clodemir metodunda yer alan toplam 252 egzersiz ve düet belirlenen özelliklere göre incelenmiştir. Bu bağlamlardan hareket ile, metodun başlangıç seviyesi açısından uygun olduğu, etütlerin sarmal bir şekilde ilerleyerek icracının gelişimini planladığı, dudak pozisyonu ve ağızlık kullanımı ile ilgili bilgilere yer verilmediği, öğretmen öğrenci düetlerinde seviyenin göz ardı edildiği sonuçlarına ulaşılmıştır. İncelenen egzersizlerin %16,7'si başlangıç seviyesi, %51,9'u orta seviye ve %31,4'ünün ise ileri seviye çalıcı becerileri gerektirdiği belirlenmiştir. Elde edinilen sonuçlar ilgili bölümlerde tablolaştırılarak açıklanmıştır. Araştırmanın trompet eğitimcilerine ve öğrencilerine yol gösterici bir kaynak olacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Trompet, Trompet Eğitimi, Clodemir, Metot

OKUL YÖNETİCİLERİNİN YÖNETİM TARZLARININ ÖĞRETMENLERİN ÖRGÜTSEL SESSİZLİKLERİNİ YORDAMA DÜZEYİ

Kiraz YILDIZ PEKER

Türkiye

Öz: Bu araştırmada, kamuya ait okul yöneticilerinin yönetim tarzının öğretmenlerin örgütsel sessizliğini yordama düzeyi belirlenmeye çalışılmıştır. Araştırmada "ilişkisel tarama modeli" kullanılmıştır. Araştırmanın hedef evrenini, Mersin ilindeki kamuya at okullarda görev yapan 1985 öğretmen oluşturmaktadır. Hedef evrenden örneklem yoluyla 300 kişiye ulaşılmıştır. Verilerin toplanmasında "Yönetim Tarzı Ölçeği" ve "Örgütsel Sessizlik Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde; madde analizlerinde aritmetik ortalama ve standart sapma testleri, görüşlerin cinsiyete ve eğitim düzeyine göre farklılaşıp farklılaşmadığı belirlemek için t-testi, mesleki kıdem ve branş değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için ANOVA ve Kruskal Wallis H testi yapılmıştır. Yönetim tarzlarının örgütsel sessizliği yordama düzeyini belirlemek için regrasyon analizi yapılmıştır. Öğretmenler, müdürlerin işbirlikli yönetim tarzı sergilediklerine katılırken otoriter yönetim tarzı sergilediklerine kısmen katılmışlardır. Öğretmenler, müdürlerin ilgisiz ve karşı koyucu yönetim tarzı sergilediklerine katılmamışlardır. Öğretmenler, duygularından dolayı sessizlik yaşadıklarını belirtirken kısmen yöneticilerinden, izole olmaktan, örgütten ve okul ortamından dolayı sessizlik yaşadıklarını belirtmişlerdir. Öğretmenler, sessizliklerini sessizlik kaynağına bağlamamışlardır. Öğretmen görüşleri mesleki kıdem, branş değişkenlerinde müdürlerin yönetim tarzları açısından anlamlı farklılıklar gösterirken, cinsiyet, eğitim düzeyi değişkenlerinde ise anlamlı bir farklılık göstermemiştir. Öğretmen görüşleri örgütsel sessizliği değerlendirmede mesleki kıdemlerine göre farklılaşırken; cinsiyet, eğitim düzeyi ve branşa göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir. İşbirlikli ve otoriter yönetim tarzları örgütsel sessizliğin tümü ve alt boyutları üzerinde anlamlı birer yordayıcıdır. İlgisiz ve karşı koyucu yönetim tarzları ve okul ortamı sessizliği hariç, örgütsel sessizlik üzerinde anlamlı bir yordayıcı çıkmamıştır. Yönetim tarzı alt boyutları örgütsel sessizliğin %49'unu açıklamaktadır. Yönetim tarzı alt boyutları tümü birden okul ortamı sessizliğinin %49'unu, duygusal sessizliğin %36'sını, sessizliğin kaynağının %41'ini, yönetici sessizliğinin %22'sini, izolasyon sessizliğinin %38'ini açıklamaktadır. Örgütsel sessizlik ve alt boyutlarıyla en yüksek ilişkiyi işbirlikli yönetim tarzı ve otoriter yönetim tarzı göstermiştir. İşbirlikli yönetim tarzı örgütsel sessizliğin alt boyutlarıyla anlamlı negatif ve orta düzeyde bir ilişki gösterirken otoriter yönetim tarzı anlamlı, pozitif ve düşük düzeyde bir ilişki göstermiştir.

Anahtar Kelimeler: Yönetim Tarzları, Örgütsel Sessizlik, Okul Yöneticileri

UEFA KADINLAR ŞAMPİYONLAR LİGİ MÜSABAKALARININ ANALİZİ

Lale ORTA, Gökhan ÇETİNKAYA, Metecan KIZILÇAM

Türkiye

Öz: Bu araştırmada, kadın futbolunun en önemli organizasyonlarından biri olan UEFA Kadınlar Şampiyonlar Ligi'nde (UWCL) oynanan müsabakalarının istatistiki yönden analiz edilmesi amaçlanmıştır. Güncel durumun ortaya konulabilmesi amacıyla çalışma 2018-2019, 2019-2020 ve 2020-2021 sezonları ile sınırlandırılmıştır. Verilerin toplanması aşamasında Union of European Football Associations (UEFA) resmi web sitesi kayıtları esas alınmıştır. Araştırmaya konu toplam 325 müsabakaya ilişkin resmi müsabaka raporları incelenmiş ve elde edilen veriler SPSS 25.0 programına aktarılmıştır. Analiz yöntemi olarak tanımlayıcı istatistikler kullanılmıştır. Araştırma bulguları ışığında öne çıkan önemli sonuçlar şöyledir; UEFA Kadınlar Şampiyonlar Ligi'nde ev sahibi takım olma avantajının kazanmaya olan etkisi %7,4'dür. Deplasman takımların ev sahibi takımlara oranla daha fazla sarı kart gördüğü, kırmızı kartlarda ise anlamlı bir farklılık bulunmadığı tespit edilmiştir. En sık rastlanılan skorlar ev sahibi takımların 2-0'lık ve deplasman takımlarının 1-0'lık galibiyetleridir. Oynanan hemen hemen her müsabakada gol atıldığı ve golsüz biten müsabakaların oranının sadece %1,2 olduğu saptanmıştır. Müsabaka başı gol ortalaması 3,94 olarak bulunmuştur. Gollerin önemli bir bölümünün son çeyrek saatlik dilim ve müsabaka sonuna eklenen ilave süre içerisinde atıldığı tespit edilmiştir. Neredeyse dört maçtan birinde takımların beş veya daha farklı galibiyetler elde ettiği izlenmektedir (%22,5). Yüksek farklı skorların sayıca fazla oluşunun, UEFA Kadınlar Şampiyonlar Ligi'nde takımlar arasındaki güç dengesizliğini gösterir nitelikte olduğu söylenebilir. Son yıllarda önemli kulüplerin kadın futbol takımlarını kurmasının, yakın gelecekte saha içi rekabeti arttıracağı ve güç dengesinin sağlanması yolunda önemli düzeyde katkı sağlayacağı öngörülmektedir.

Anahtar Kelimeler: UEFA Kadınlar Şampiyonlar Ligi, UWCL, Kadın Futbolu, Müsabaka Analizi

BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENİ ADAYLARININ OKUL DENEYİMİ DERSİNE İLİŞKİN GÖRÜŞLERİ

Mehmet Hasan SELÇUK, Yasin KARACA

Türkiye

Öz: Bu araştırmanın amacı beden eğitimi öğretmeni adaylarının okul deneyimi dersine ilişkin görüşlerini belirlemektir. Araştırmada, gruptaki bireylerin bir olgu ve olayla ilgili görüşlerinin, tutumlarının alındığı, olgu ve olayların betimlenmeye çalışıldığı betimsel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmaya Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören ve basit rastgele örnekleme yöntemiyle seçilen 37 kadın, 48 erkek, toplam 86 gönüllü öğretmen adayı oluşturmuştur. Öğretmen adaylarının 41'i, Engellilerde Egzersiz ve Spor Eğitimi bölümünde; 45'i, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümünde öğrenim görmektedir. Çalışmada veri toplama aracı olarak Kılınç ve Salman (2007) tarafından geliştirilen ''Okul Deneyimi Derslerine Yönelik Tutum Ölçeği'' kullanılmıştır. Bu araştırmada, öğretmen adaylarının okul deneyimi dersine ilişkin görüşleri; bölüme, ders hedeflerini bildirmeye yönelik, öğretim elemanının adayı gözlemleme sayısına, uygulama öğretmeninin adayı gözlemleme sayısına, adayların uygulama öğretmeni ve arkadaşlarını gözlemleme sayısına ve yaptıkları gözlem sayısını yeterli bulma durum değişkenlerine göre incelenmiştir. Araştırmacılar tarafından toplanan verilerin analizinde; betimsel istatistik için frekans ve yüzde; ilişkisiz ölçümlerde ortalama puanların karşılaştırılması için varyans analizi (One-way ANOVA, bağımsız örneklem t-testi), anlamlı farklılığın gruplarını belirlemek için Tukey testi uygulanmıştır. Öğretmen adaylarının Okul Deneyimi dersine yönelik tutumlarında bölüme göre anlamlı farklılık saptanmıştır. Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümünde öğrenim gören öğretmen adaylarının Okul Deneyimi dersine yönelik tutumlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Araştırma sonucunda öğretmen adaylarının okul deneyimi dersine yönelik tutum düzeylerinin toplam puanlarının orta düzeyde ve tutumlarının yüksek olduğu bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Öğretmen, Okul Deneyimi, Beden Eğitimi Öğretmeni Adayı

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN ÖZ YETERLİLİK DÜZEYLERİNİN BAZI DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ

Mehmet YILDIRIM, Sema USLU

Türkiye

Öz: Bu araştırmanın amacı; Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin öz yeterlilik düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesidir. Araştırmanın evrenini 2020-2021 Eğitim-Öğretim yılında Yozgat Bozok Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde farklı programlarda öğrenim gören 1096 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmanın evrenini ise 2020-2021 Eğitim-Öğretim yılında Yozgat Bozok Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde farklı programlarda öğrenim gören 1096 öğrenci içerisinden kolayda örnekleme tekniği ile ve gönüllülük esasına dayalı olarak seçilen 304 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak katılımcıların kişisel bilgilerini toplamak amacıyla "Demografik Bilgi Formu", öğrencilerin öz yeterlilik düzeylerini belirlemeye yönelik olarak ise Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Yıldırım ve İlhan (2010) tarafından yapılan "Öz Yeterlilik Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen veriler SPSS 20 programına aktarılmıştır. Verilerin analizinde öncelikle katılımcıların kişisel özelliklerini belirlemeye ilişkin betimleyici frekans (n), yüzde (%), aritmetik ortalama ($\bar{x}$) ve standart sapma (ss) kullanılmıştır. Çalışmanın güvenirlik değerleri düzeyinin saptanmasında ise iç tutarlılık için "Cronbach alpha katsayısı" yöntemi uygulanmıştır. Araştırmada veri setinin basıklık ve çarpıklık değerleri incelenmiş ve verilerin normal dağılım sergilediği tespit edilerek, istatistiki analizlerinde parametrik testler (t-Testi, Anova) kullanılmıştır. Araştırmanın sonucunda; öz yeterlilik ölçeği alt boyutlarının en önemlisinin yılmama boyutu olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin öz yeterlilik düzeylerinin yüksek seviyede olduğu bulunmuştur. Bölüm, aile aylık gelir düzeyi, lisanslı olarak hala aktif spor yapma değişkenlerine göre öğrencilerin öz yeterlilik düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklar tespit edilmiştir ($p<0.05$). Cinsiyet, sınıf, anne eğitim düzeyi, baba eğitim düzeyi, spor branşı ve spor yapma yılı değişkenlerine göre öğrencilerin öz yeterlilik düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklar tespit edilmemiştir ($p>0.05$).

Anahtar Kelimeler: Öz Yeterlilik, Öğrenci, Spor

ÇEVRİMİÇİ EGZERSİZLERİN YETİŞKİN KADINLARIN BİLİNÇLİ FARKINDALIK, MENTAL İYİ OLUŞ VE BEDEN İMAJI ÜZERİNE ETKİSİ

Merve ÖZYILDIRIM, Çetin YAMAN, M.Sibel YAMAN

Türkiye

Öz: Bu araştırmada; çevrimiçi egzersizlerin yetişkin kadınların bilinçli farkındalık, mental iyi oluş ve beden imajı üzerine etkisini incelemek amaçlanmıştır. Ön test-son test kontrol gruplu desen olarak yürütülen araştırmaya 15' i deney, 18' i kontrol grubunda olmak üzere toplam 33 kişi katılım göstermiştir. Araştırmada kontrol grubu 17 kişi olarak başlamış fakat iki kişinin çalışmadan çıkarılması sonucunda 15 kişi ile tamamlanılmıştır. Araştırmada veriler Brown ve Ryan (2003)'ın geliştirdiği, Türkçe uyarlaması ise Özyeşil, Arslan, Kesici ve Deniz (2011) tarafından yapılan Bilinçli Farkındalık Ölçeği; Warwick ve Edinburg olmak üzere iki üniversitenin ortak çalışması olarak kurgulandığı Türkçe uyarlamasının ise Keldal (2015)'ın yaptığı Mental İyi Oluş Ölçeği; Tylka ve WoodBarcalow (2015)'un geliştirdiği Türkçe uyarlamasının ise Anlı, Akın, Eker ve Özçelik (2015) tarafından yapıldığı Bedeni Beğenme Ölçeği ve araştırmacı tarafından oluşturulan Kişisel Bilgi Formu ile toplanmıştır. Kişisel bilgi formu, yaş eğitim düzeyi gibi bulguları içermektedir. Verilerde hangi testlerin yapılması gerektiğine karar vermek amacıyla post hoc yapılmış ve normal dağılım gösterdiğini tespit edilmiştir. Bu sebeple verilerin analizinde betimsel istatistikler dışında, parametrik testlerden bağımsız gruplar t-testi ve bağımlı gruplar t-testi kullanılmıştır. Araştırma bulguları incelendiğinde; deney grubunun bilinçli farkındalık, mental iyi oluş ve beden imajı ön test-son test puanlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Bu farklılığın deney grubunun ortalama puanlarının yüksek olmasından kaynaklandığı tespit edilmiştir. Kontrol grubunun bilinçli farkındalık, mental iyi oluş ve beden imajı ön test-son test puanlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır. Ayrıca deney grubunun puanlarında artış gözlemlenirken kontrol grubunun puanlarında düşüş meydana gelmiştir. Sonuç olarak; çevrimiçi yapılan egzersizlerin yetişkin kadınların bilinçli farkındalık, mental iyi oluş ve beden imajı üzerinde etkili olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Çevrimiçi Egzersiz, Yetişkin Kadın, Bilinçli Farkındalık, Mental İyi Oluş, Beden İmajı

9 HAFTALIK KUVVET VE DAYANIKLILIK ANTRENMANLARININ KIZ BASKETBOLCULARDA AEROBİK PERFORMANSA ETKİSİNİN ARAŞTIRILMASI

Murat Bekleyiş APAYDIN, Emin SÜEL, Hacı Ahmet AKKAYA

Türkiye

Öz: Bu çalışmanın amacı 9 haftalık uygulanan kuvvet ve dayanıklılık antrenman metodunun aktif olarak liglerde oynayan kız basketbolcularda dayanıklılık performansına etkisini tespit etmek amacıyla yapılmıştır. Basketbol branşında artan rekabet ortamı içerisinde deplasmanlı ligler ve alt yaş grubu kategorilerinde performans unsuru önemli rol oynamaktadır. Mevcut çalışmamıza katılan sporcu deney grubunun n=15 yaş ortalaması (x̄16±0,7) boy ortalaması (x̄176±7,3) cm vücut ağırlığı ortalaması ise (x̄64±7) kg olan aktif olarak basketbol gelişim liginde (BGL) mücadele eden kız basketbolculardan sporculardan oluşmaktadır. Planlanan çalışma öncesi sporcuların velilerinden bilgilendirilmiş gönüllü olur formu (BGOF) imzalatılarak bütün etik kurallar dikkate alınarak ve sporcular ile yüz yüze görüşülerek çalışmanın içeriği anlatılmış ve sporcular uygulamaya dahil edilmiştir. Sunulan çalışmamızda katılımcılara 9 hafta boyunca sporculara mevcut basketbol antrenmanlarına ek kuvvet (9 gün) ve dayanıklılık (20 gün) antrenmanları uygulanmıştır. Çalışmamıza katılım gösteren sporculara 9 hafta öncesinde ve antrenman programı sonrasında olmak üzere farklı zaman dilimlerinde (ölçümler günün aynı saatinde yapılmıştır) zaman diliminde 30-15 aralıklı Fitness Testi uygulanmış olup veriler istatiksel olarak SPSS 22 programına kaydedilmiştir. Araştırmada verilerin normal dağılım gösterdiği (1.5>X>-1.5) kabul edilmiş ve parametrik testlerden olan paired sample t test kullanılmasına karar verilmiştir. Çalışma sonunda sporcuların koşu mesafesi verilerinde (KM) ve maksimum aerobik sürat (MAS) değerlerinde anlamlı fark $p<0,05$ düzeyinde olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Kuvvet, Dayanıklılık, 30-15 Aralıklı Fitness Testi

SINIF ÖĞRETMENLERİ VE BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİNİN BEDEN EĞİTİMİ VE OYUN DERSİ YETERLİLİKLERİNİN İNCELENMESİ

Murat GENÇ, Zekiye BAŞARAN

Türkiye

Öz: Sağlıklı bir toplumun oluşması, sağlıklı bireylerin yetişmesine bağlıdır. Spor, bireyleri hem sağlık hem de toplumsallaşmada etkileyen önemli bir unsurdur. Sporun benimsenmesi birinci olarak ailede ikinci olarak da ilköğretimde oluşur. Bu yüzden ilköğretimde spor bilincinin doğru verilmesi gerekir. Bu çalışmanın amacı da beden eğitimi ve oyun dersini yürüten sınıf öğretmenleri ile branş öğretmeni olan beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin, beden eğitimi ve oyun dersi yeterlilik düzeylerinin karşılaştırmalı olarak incelenmesidir. Çalışma, karşılaştırılmalı tarama modeli kullanılarak yapılmıştır. Araştırmanın örneklemini, 354 sınıf öğretmeni ve 128 beden eğitimi ve spor öğretmeni olmak üzere toplam 482 katılımcı oluşturmuştur. Veriler yüz yüze ve online toplanmıştır. Veri toplama aracı olarak kişisel bilgi formu ve Kara (2007) tarafından geliştirilen Beden Eğitimi Dersi Öğretmen Yeterlik Ölçeği uygulanmıştır. Anket/ölçekten elde edilen verilerin analizinde SPSS 26.0 paket programı kullanılmıştır. Normal dağılım gösteren verilere, parametrik testlerden Independent Samples T-testi ve bağımsız grupların karşılaştırılması içinse One-way ANOVA analizi yapılmıştır. Genel yeterlilik düzeyi ve yeterliliğin alt boyutlarında sınıf öğretmenleri ile beden eğitimi ve spor öğretmenleri arasında, beden eğitimi ve spor öğretmenleri lehine istatistiki olarak anlamlı farklar bulunmuştur. Katılımcıların cinsiyet ve mesleki kıdem yılı değişkenlerine göre ise ilişki saptanmamıştır. Sınıf öğretmenleri, ilkokullardaki beden eğitimi ve oyun dersi özelinde kendilerini yeterli olarak görmelerine rağmen, beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin yeterlilikleri ile karşılaştırıldığında, beden eğitimi ve spor öğretmenleri lehine anlamlı düzeyde fark olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Sınıf Öğretmeni, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni, Beden Eğitimi ve Oyun Dersi Öğretmen Yeterliliği

ERKEN CUMHURİYET DÖNEMİ TÜRK TARİH ÇALIŞMALARINDA TÜRK SPORU

Mustafa MUTLU

Türkiye

Öz: Türkiye Cumhuriyeti'nin kültür politikaları içinde tarih çalışmaları önemli bir yer tutar. Osmanlı Devleti'nin yıkılışından sonra ortaya çıkan yeni Türk devleti ulusal bir karakterde vücut buldu ve ulusal nitelikteki politikaları tarih alanında da etkisini gösterdi. Türk ulusunun inşasında tarih gibi kültürel bir değerin farkında olan Mustafa Kemal Atatürk, özellikle 1930 yılından itibaren bu alan üzerine yoğunlaşarak Türk Tarih Kurumu gibi bu önemli kurumun ortaya çıkmasında öncü rol oynadı. Erken Cumhuriyet döneminde yapılan tarih çalışmalarının temelinde kısaca ulusal bir tarih anlayışı oluşturmak, atalarımızın kurduğu büyük medeniyetleri araştırarak ortaya çıkan bulguları objektif bir şekilde Türk ve dünya kamuoyuna sunmak gibi sebepler yatmaktaydı. Erken Cumhuriyet döneminde Türk tarih çalışmalarını şekillendirmek ve Türk uygarlığını her yönden ortaya çıkarmak adına uzman bir grup, Mustafa Kemal Atatürk'ün isteğiyle bir nevi taslak görevi gören "Türk Tarihi'nin Ana Hatları" adıyla bir eser ve bu eserin devamı niteliğinde olan müsveddeler kaleme aldı. İlk çağlardan günümüze kurulmuş medeniyetleri ve Türk medeniyetinin bunlar arasındaki yerini ortaya çıkarmaya çalışan bu çalışmalarda Türk sporu da yer aldı. Bu doğrultuda alanında uzman kişiler Türklerin medeniyete hizmetini açığa çıkarmak için ilk çağlardan günümüze yaptıkları beden hareketleri ve sporları tespit etmeye çalıştı. Böylelikle ortaya konan çalışmalarla kültür ve uygarlık tarihinde Türklerin spor alanına etkisi gün yüzüne çıkarmaya çalışıldı.

Anahtar Kelimeler: Türk Tarihinin Ana Hatları, Selim Sırrı, Kâmil Kepecioğlu, Türk Sporu

EGZERSİZ VE OPİOİD PEPTİDLER

Müge SARPER KAHVECİ, Gülşah ÇELEBİ

Türkiye

Öz: Egzersizin insan bedenine katkıları yıllardır bilim insanları tarafından merak konusu olup, uzun zamandır farklı alanlarda spor üzerine sayısız araştırma yapılmıştır. İlk bulunuşu 1970'lere dayansa da egzersizlerle ilgili kısım hala incelenmekte ve yeni çalışmalar yapılmaktadır. Bu derlemede de yıllardır incelenen fakat tam anlamıyla egzersizle birlikte etkileri kesinleştirilemeyen opioid peptidlere ve egzersiz tiplerine göre etkileriyle ilgili yapılan çalışmalar hakkında ayrıntılı bir bilgi toplamak amaçlanarak bölümümüz yazılmıştır. Yaptığımız derlemede yöntem olarak döküman taraması metodu kullanılmıştır. Tarama sırasında PubMed, EBSCO ve SportDiscuss veri tabanları taranmıştır. Çalışma kapsamında toplamda spor alanında ve medikal alanda yazılmış 76 kaynaktan yararlanılmıştır. Literatürdeki incelemeler sonucunda endorfin seviyelerinin hemen hemen her çeşit egzersizden sonra değişiklik gösterdiği görülürken, aynı zamanda bu etkinin egzersizin şiddetine ve yüklenme tipine göre, egzersiz sırasında vücutta bulunan laktat seviyesinin ve kan pH'ının, egzersizde devreye giren motor ünite miktarının, egzersiz sırasında kullanılan kas tipinin, cinsiyetin, sporcu geçmişinin, hatta bireylerde kronik hastalık bulunması da egzersizle birlikte serbestlenen endorfin seviyelerini değiştirdiği gözlemlenmiştir. Her ne kadar egzersizin endorfin seviyelerinin üzerinde etkisi olduğu savunulsa da araştırmamız sayesinde literatürde anlamlı farklılığın olmadığını gösteren pek çok makale de olduğu görülmüştür. Ancak egzersizle birlikte ağrı mekanizması üzerindeki olumlu etkilerin bulunduğu makale ve vaka incelemelerinin yadsınamaz miktarda olduğu görülmüştür. Yalnız bu etkinin genel anlamda kişilerin üzerinde proflaktik mi etki gösterdiği, sadece egzersiz devam ettiği sürece mi ağrıyı önlediği, yoksa egzersiz yapıldıktan sonra tek seferlik geçici bir etki mi gösterdiği henüz bir netliğe kavuşturulmamıştır. Bu konuyla ilgili net ifadeler kullanmak için gelecekte yapılacak çok daha fazla çalışmaya ihtiyaç olduğu görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Opioid Peptid, Egzersiz, Endorfin

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BİLİMİNİN TARİH ÖNCESİ ÇAĞLARDAN GÜNÜMÜZE GELİŞİM AŞAMASI

Oktay İNALKAÇ, M. Sibel YAMAN

Türkiye

Öz: Bu çalışmayla, beden eğitimi ve sporun doğuşundan günümüze gelişim aşamaları, farklı bilim dallarıyla ilişkileri ve bilimsel kimlik kazanma süreçlerini, verilere dayanarak ortaya koymak amaçlanmıştır. Araştırma betimsel bir çalışma olup arşiv taraması yöntemi kullanılmıştır. Bu doğrultuda ulaşılabilen bilimsel makale, kitap başta olmak üzere birçok akademik kaynak araştırma kapsamında değerlendirilmiştir. Beden eğitimi ve spor canlılığın belirtisi olan hareket ve oyun olgusu üzerine inşa edilmiştir. İlk insan hareket yoluyla hayatta kalmak amacıyla beslenmek, barınmak ve korunmak gibi temel ihtiyaçlarını sağlarken hayvanlar ve kendi cinsinden olanlarla araçsız veya araçlı mücadelerinde beden eğitimi ve sporun bugünkü temelini atmışlardır. İlk Çağ medeniyetlerinden Asya, Ön Asya, Mezopotamya, Anadolu, Akdeniz ve Yunan Uygarlığında beden eğitimi ve spor günlük yaşamda; başta eğlenceler olmak üzere, dini ritüellerin bir parçası olarak rekabet ve ödülü de hedefleyen sportif oyunlar, savaşa hazırlık amacıyla yapılmıştır. Türklerde beden eğitimi ve spor kültürü önemliydi atlı sporlar ve birçok etkinlik yapılırdı. Türklerin İslam dinini kabulünden sonra Selçuklular ve Osmanlı Devleti başta olmak üzere diğer Türk devletlerinde ve Türkiye Cumhuriyeti döneminde de geleneksel Türk sporları varlığını sürdürürmüştür. Beden eğitimi ve spor programlı olarak 1800'lü yıllarda eğitim çalışmalarına girmiştir. 1900'lü yıllarda Olimpiyat aracılığı ile ülkeler arası barış ve propaganda vasıtasına dönüşerek hızla gelişmiştir. Sporun evrensel boyutta kitleleşme serüveni II. Dünya Savaşı sonlarında gerçekleşmiştir. Spor, antropologların araştırma konuları arasında yer almış yaygınlaşarak geniş kitlelere ulaşmıştır. Beden eğitimi ve spor zamanla bilimsel kimlik kazanmış, bilimsel ve felsefi temellere dayanarak birçok farklı disiplinle işbirliği içinde olmuş ve günümüze kadar gelmiştir.

Anahtar Kelimeler: Beden Eğitimi ve Spor Bilimi, Hareket, Oyun, Tarih, Gelişim

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİNDE ÖĞRENİM GÖREN ÖĞRENCİLERİN FİZİKSEL AKTİVİTE DÜZEYLERİ İLE YALNIZLIK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Raşit ASLANDEREN, Serdar TUNCER

Türkiye

Öz: Yalnızlık kavramı incelendiğinde bu alanda ilk çalışmaları yapan Sullivan (1953), yalnızlığı; yakınlık kurma ihtiyacının yeterince doyurulamadığı durumda ortaya çıkan nahoş ve birey tarafından istenmeyen bir duygu olarak tanımlamaktadır. Yalnızlık kavramı için Peplau ve Perlman (1982)' ise yalnızlığı; bireyin var olan sosyal ilişkisi ve arzu ettiği sosyal ilişki arasındaki tutarsızlıklar sonucunda oluşan ve hoş olmayan kişiden kişiye göre değişen psikolojik rahatsız edici bir durum olarak ifade etmişlerdir. Fiziksel aktivitenin sağlık üzerinde büyük bir etkiye sahip olunduğu bilinmektedir. Bazı iyi bilinen etkileri; enerji tüketiminin bileşeni olarak, enerji dengesi ve vücut kompozisyonu üzerinde büyük etkiye sahiptir. Ayrıca fiziksel aktivitenin bilinen değiştirilebilir risk faktörü kardiyovasküler hastalıklar, felç, tip 2 diyabet, kolon ve göğüs kanseri ile diğer önemli sağlık ile ilişkili akıl sağlığı, sakatlıklar ve düşmeler üzerinde de koruyucu bir etkisi olduğu bilinmektedir(Miles, 2007). Araştırmanın örneklem grubunu Erciyes Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde okuyan kadın ve erkek 227 öğrenci oluşturmuştur. Veri toplama aracı olarak Kişisel Bilgi Formu ve Uluslararası Fiziksel Aktivite anketinin kısa formu kullanılmıştır. Verilerin analizinde ise SPSS 25 paket program kullanılmıştır. Verilerin analizinde ise betimsel istatistikler, normallik testleri, korelasyon katsayısı testleri kullanılmıştır. Elde edilen veriler incelendiğinde spor bilimleri fakültesinde okuyan öğrencilerin sosyal yalnızlık düzeyleri ile yaşı arasında ilişki olmadığı, saptanmıştır. Duygusal yalnızlık düzeyleri ile yaşı arasında herhangi bir ilişki olmadığı görülmüştür. Fiziksel aktivite ile duygusal yalnızlık arasında herhangi bir ilişki saptanmamıştır. Sosyal yalnızlık düzeyi ve fiziksel aktivite düzeyi arasındaki herhangi bir ilişki saptanmamıştır. Sonuç olarak spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin fiziksel aktivite ve yalnızlık düzeyleri arasında ki herhangi bir ilişki ortaya konulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Fiziksel Aktivite, Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencileri, Yalnızlık

ELİT KADIN BASKETBOL OYUNCULARININ EGZERSİZ BAĞIMLILIĞININ İNCELENMESİ

Raşit ASLANDEREN, Yıldırım Gökhan GENCER, İrfan YILDIRIM

Türkiye

Öz: Fiziksel aktivitenin alt bir kategorisi olarak tanımlanan egzersiz tanımı, fiziksel aktivitenin planlı, yapılandırılmış, sürekli ve belirli bir amaca yönelik şekli olarak ifade edilir. Aerobik egzersizin depresyon seviyelerine etkilerinin faydalı etkileri olduğu bilinmektedir. Egzersizin fizyolojik ve hormonal etkilerinin olduğu da bilinmektedir. Egzersiz bağımlılığı ise düzenli olarak egzersizi devam ettiren bir bireyin egzersize karşı zorlayıcı davranışlar gösterdiği ve egzersiz üstündeki hakimiyetini kaybettiği, bağımlılığın ortaya çıktığı ve günlük yaşamını etkileyecek negatif durumları ortaya çıkarır. Bu çalışmanın amacı elit kadın basketbol oyuncularının egzersiz bağımlılığı düzeylerinin yaş ve spor yaşı değişkenleri açısından incelenmesidir. Araştırmanın örneklem grubunu 2019-2020 sezonunda Türkiye Kadınlar Basketbol Süper Liginde düzenli olarak lig müsabakaları oynayan toplam 48 elit kadın basketbol oyuncusu oluşturmaktadır. Çalışmada katılımcılardan veriler anket yöntemi ile elde edilmiştir. Veri toplama aracı olarak Kişisel Bilgi Formu ve Egzersiz Bağımlılığı Ölçeği kullanılmıştır.Verilerin analizinde ise SPSS paket program kullanılmıştır. Verilerin test edilmesinde betimsel istatistikler, pearson momentler çarpımı korelasyon katsayısı testleri kullanılmıştır. Veri analizi sonrasında araştırmada, elit kadın basketbol oyuncularının egzersiz bağımlılıkları ve spor yaşı değişkeni arasında düşük düzeyde pozitif yönlü ilişki bulunmuştur. Yaş grubu değişkeni ile egzersiz bağımlılık düzeyleri arasında ise orta düzeyde pozitif yönlü ilişki olduğu bulunmuştur. Sonuç olarak elit kadın basketbol oyuncularının genel egzersiz bağımlılık puanlarına göre bağımlı grup içerisinde yer aldığı saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Egzersiz, Bağımlılık, Egzersiz Bağımlılığı, Elit Sporcular, Basketbol

KUVVET ANTRENMANLARININ POST MENOPOZ DÖNEMİNDEKİ KADINLARDA İRİSİN VE MYOSTATİN DÜZEYLERİ ÜZERİNE ETKİSİ

Sibel TETİK DÜNDAR

Türkiye

Öz: Yaşlanmanın sağlık sorununu derinden etkileyen karmaşık bir süreç olduğu bilinmektedir. Yaşlanma ile birlikte endokrin ve bağışıklık sistemlerinin fonksiyonel olarak azalması, vücudun metabolizma ve savunma fonksiyonlarının düzenlenmesinde değişikliklere neden olur. Yaş ilerlemesi ile birlikte insan vücudu birçok yaşlılık fenotipi göstermekte ve yaşanan olumlu olumsuz birçok değişim bu sürece eşlik etmektedir. Yaşlılık döneminin daha sağlıklı koşullarda sürdürülebilmesi için doğru beslenme, egzersiz, yaşam kalitesi, sosyo-ekonomik şartlar gibi birçok etkene dikkat edilmesi gerekmektedir. Yaşlanma sürecinde dinapeni ve sarkopeni olarak adlandırılan iki fenomen dikkate alınmaktadır. Bu iki durum sırasıyla kas gücü ve kas kütlesinde belirgin azalmalarla karakterizedir. Bunların yanı sıra kas kalitesinin azalması, yaşlanmanın hızlanmasına yol açabilmektedir. Bu fenomenlerin etkilerinin yavaşlatılması veya tersine çevrilebilmesi kas fonksiyonelliğinin iyileştirilmesi ile yapılabilmektedir. Menopoz sonrası daha kuvvetli kas yapısına sahip olma veya daha yüksek fonksiyonel uygunluk ve yaşam kalitesi bireylerin beklenti ve davranışları ile ilişkili olmaktadır. Dönüştürülmüş Büyüme Faktörü Beta (TGF-β) ailesinden olan Myostatin, memelilerde kas büyümesini kontrol eden negatif bir düzenleyicidir. İrisin ise adipoz dokuda salgılanan ve egzersiz hormonu olarak yakın zamanda bildirilen bir miyokindir. Egzersize yanıt olarak kas, kas büyümesini modüle eden İrisin ve Myostatin gibi miyokinleri üreten ve salgılayan bir endokrin organ görevi görmektedir. Bu araştırmada, post menopoz dönemdeki kadınlarda yapılan kuvvet antrenmanlarının dolaşımdaki İrisin ve Myostatin üzerindeki etkileri incelenmiştir. Araştırma, mikro analiz derleme yöntemiyle, literatür taramasına yer verilerek oluşturulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Menopoz, Kuvvet, İrisin, Myostatin

GELİR EŞİTSİZLİĞİNİN KÜRESEL CİNSİYET UÇURUMU ENDEKSİ ÜZERİNE ETKİSİ: TÜRKİYE İÇİN BİR UYGULAMA

Sibel ÖRK ÖZEL, Çiğdem KOŞAR TAŞ

Türkiye

Öz: Cinsiyet eşitsizliği, bireylerin cinsiyetlerine yönelik olarak ortaya konan eşit olmayan davranışları ve uygulamaları ifade eden bir kavramdır. Özellikle son yıllarda çeşitli kuruluşlar tarafından ortaya konan ve cinsiyet eşitsizliğini farklı yaklaşımlarla ele alan endeksler bulunmaktadır. Küresel cinsiyet uçurumu endeksi (Global Gender Gap Index-GGGI) de cinsiyet eşitliğini ölçmek amacıyla tasarlanmış bir endekstir. İlk olarak 2006 yılında dünya ekonomik forumu tarafından oluşturulan bu endeks, yıllık olarak yayımlanmaktadır. Sonuncusu 2021 yılında ortaya konan endeks 156 ülkeyi kapsamaktadır. Bu doğrultuda çalışmada cinsiyet eşitsizliği için bu endeks ele alınarak gelir eşitsizliğinin cinsiyet eşitsizliğine sebep olup olmadığı araştırılmak istenmiştir. Bu amaçla çalışmada gelir eşitsizliğini temsilen seçilen GINI katsayısının küresel cinsiyet eşitsizliğini temsilen seçilen GGGI üzerine etkisi Türkiye için incelenmiştir. 2006-2020 yılları arasındaki dönemi kapsayan çalışmada GINI katsayısı değerleri TÜİK veri tabanından ve GGGI katsayısı değerleri Dünya Bankası veri tabanından alınmıştır. İlk olarak genelleştirilmiş Dickey Fuller (ADF) ve Phillips-Perron (PP) birim kök testleri ile değişkenlerin durağanlık düzeylerine karar verilmiş ve hem sabit hem de sabit ve trendde I(1) olduklarına karar verilen tüm değişkenler için eşbütünleşme ilişkisinin varlığı sınanmıştır. Bu sınama için Johansen eşbütünleşme testine başvurulmuştur. Johansen eşbütünleşme testi sonucunda GINI katsayısı ile GGGI katsayısı arasında negatif yönlü uzun dönemli bir ilişkinin olduğu saptanmıştır. Yani gelir eşitsizliği arttıkça küresel cinsiyet uçurumu da artmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Küresel Cinsiyet Uçurumu Endeksi, Gelir Eşitsizliği, GINI Endeksi, Johansen Eşbütünleşme Testi

FARKLI BRANŞLARDA GÖREV YAPAN ÖĞRETMENLERİN SAĞLIK YAŞAM BİÇİMİ DAVRANIŞLARININ ARAŞTIRILMASI

Tamer KARADEMİR, Cemil AKSOY, Cengizhan PAKYARDIM

Türkiye

Öz: Bu çalışmanın amacı, farklı branşlarda görev yapan öğretmenlerin sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının araştırılmasıdır. Araştırma tarama yöntemiyle gerçekleştirilmiş betimsel bir araştırmadır. Araştırmaya, Kahramanmaraş ilinde bulunan ortaokul ve liselerde farklı branşlarda görev yapanlar arasından rastgele seçilmiş olan 77'si erkek, 35'i kadın olmak üzere toplamda 112 öğretmen gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada veriler 2020-2021 eğitim öğretim yılında pandemi nedeniyle online form erişim yoluyla toplanmıştır. Araştırmada, veri toplamak için araştırmacılar tarafından geliştirilen kişisel bilgi formunun yanı sıra, öğretmenlerin sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını değerlendirmek amacıyla 52 maddeden oluşan "Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği" kullanılmıştır. Veriler analiz edilmeden önce normallik sınaması Kolmogorov-Smirnov testi ile yapılmış ve verilerin normal dağılmadığı görülmüştür. Bu doğrultuda non-parametrik test yöntemlerinden ikili karşılaştırmalar için Mann-Whitney U ve çoklu karşılaştırmalar için Kruskal Wallis H testleri kullanılmıştır. Araştırma bulguları, araştırmaya katılan öğretmenlerin sağlıklı yaşam biçimi davranışlarında, medeni durum, yaş, öğretmenlik branşı ve spor yapma durumu değişkenlerine göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılık olduğunu, cinsiyet, medeni durum ve mesleki tecrübe değişkenlerine göre yapılan analiz sonucunda ise anlamlı fark olmadığını göstermektedir. Araştırma sonuçları, katılımcıların sağlıklı yaşam biçimi davranışlarında bekarlar, 41 ve üzeri yaş grubunda yer alanlar, Beden Eğitimi Öğretmenleri ve spor yaptığını belirtmiş olanlar lehine anlamlı derecede farklılık olduğunu göstermiştir. Araştırma grubunun SYBD ölçeği puan ortalaması ise orta düzeyde bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Sağlıklı Yaşam, Sağlıklı Yaşam Biçimi, Öğretmen

SPORA YÖNELİK TUTUMUN FARKLI BRANŞLARDAKİ ÖĞRETMENLERE GÖRE DEĞERLENDİRİLMESİ KAHRAMANMARAŞ İLİ ÖRNEĞİ

Tamer KARADEMİR, Cemil AKSOY, Cengizhan PAKYARDIM

Türkiye

Öz: Eğitimde önemli bir yere sahip olan öğretmenlerin spora yönelik tutumları sporun toplumda yaygınlaştırılması bakımından oldukça önemli görülmektedir. Bu bağlamda araştırmada çeşitli branşlarda görev yapan öğretmenlerin spora yönelik tutumlarının farklı değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma tarama yöntemiyle gerçekleştirilmiş betimsel bir araştırmadır. Araştırmanın örneklemini; Kahramanmaraş ili merkezinden rastgele seçilmiş olan liselerde çeşitli branşlarda görev yapan 92'si erkek 48'i kadın olmak üzere toplamda araştırmaya katılmaya gönüllü 140 öğretmen oluşturmuştur. Araştırmada veri toplama aracı olarak, kişisel bilgi formunun yanı sıra, Şentürk (2014) tarafından geliştirilmiş olan 25 maddelik "Spora Yönelik Tutum Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmada veriler 2020-2021 eğitim öğretim yılında online form aracılığıyla toplanmıştır. Veriler analiz edilmeden önce normallik sınaması Kolmogorov Smirnov testi ile yapılmış ve verilerin normal dağılmadığı görülmüştür. Bu doğrultuda ikili karşılaştırmalar için Mann-Whitney U ve çoklu karşılaştırmalar için Kruskal Wallis H testleri kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen bulgular, araştırmaya katılan öğretmenlerin spora yönelik tutumlarında, cinsiyet, medeni durum ve spor yapma durumuna göre istatistiksel açıdan anlamlı fark olduğunu, yaş ve mesleki tecrübe değişkenleri açısından yapılan analiz sonucunda ise spora yönelik tutumlarında istatistiksel açıdan anlamlı derecede farklılık görülmediğini ortaya koymuştur. Kahramanmaraş ili örnekleminde farklı branşlarda görev yapan öğretmenlerin spora yönelik tutumlarının farklı değişkenler açısından incelendiği bu araştırmanın sonuçları, araştırmaya katılan öğretmenlerin spora yönelik tutumlarının erkek, spor yapan ve bekar olan öğretmenler lehine istatistiksel açıdan anlamlı derecede farklılaştığını göstermiştir.

Anahtar Kelimeler: Spor, Öğretmen, Spora Yönelik Tutum

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLERİNİN LİDERLİK STİLLERİNİN FARKLI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ

Tamer KARADEMİR, Cemil AKSOY, Mert KARADEMİR

Türkiye

Öz: Bu araştırmanın amacı, Beden Eğitimi ve Spor öğretmenlerinin liderlik stillerinin farklı değişkenler açısından incelenmesidir. Araştırmanın örneklemini Kahramanmaraş ve Gaziantep illerinde bulunan rastgele seçilmiş liselerde görev yapan 78'u erkek ve 43'i kadın olmak üzere toplam 121 Beden Eğitim ve Spor Öğretmeni oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama yöntemi olarak anket uygulaması tercih edilmiştir. Araştırmaya gönüllü olarak katılmak isteyenlere anket uygulaması 2020-2021 eğitim-öğretim yılında online form kanalıyla yapılmıştır. Veri toplama aracı olarak Bass ve Avolio (1997) tarafından geliştirilmiş olan, Cemaloğlu (2007) tarafından Türkçeye uyarlanan "Çok Faktörlü Liderlik Ölçeği kullanılmıştır. Veriler analiz edilmeden önce normallik sınaması Kolmogorov Smirnov testi ile yapılmıştır. Verilerin normal dağılmadığı görüldüğünden non-parametrik testlerden Kruskall Wallis H ve Mann Whitney U testleri kullanılmıştır. Araştırma bulguları, katılımcıların liderlik stillerinde cinsiyet, görev yapılan eğitim-öğretim kademesi ve mesleki kıdem değişkenlerine göre anlamlı olarak farklılaşma görülmezken, yaş, okul takımı çalıştırma değişkenlerine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar olduğu bulunmuştur ($p<0.05$). Araştırma sonuçları, erkeklerin işlemci liderlik ile liderlik davranış sonuçları stillerini daha fazla tercih ettikleri, 31-40 yaş aralığının liderlik davranış sonuçları ile dönüşümcü liderlik boyutlarında 21-30 ile 41-50 yaş aralığında yer alanlara göre sıra ortalaması olarak geride olduğunu, lise kademesine göre ortaokul kademesinde görev yapanların genel liderlik algılarının daha yüksek olduğu, liderlik davranış sonuçları ile dönüşümcü liderlik stillerinde daha önde oldukları, okul takımı çalıştıran öğretmenlerin işlemci liderlik stilini daha fazla tercih ettikleri yönündedir.

Anahtar Kelimeler: Beden Eğitimi ve Spor, Liderlik, Liderlik Stilleri

TÜRK ELİT ERKEK VOLEYBOL SPORCULARINDA SPORTİF SORUNLARLA BAŞA ÇIKMA BECERİLERİ İLE ŞİDDET EĞİLİMİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Tamer KARADEMİR, Levent VAR, Cengizhan PAKYARDIM, Suat Mehmet PAKSOY

Türkiye

Öz: Bu araştırmanın amacı Türk elit erkek voleybol sporcularında sportif sorunlarla başa çıkma becerileri ile şiddet eğilimi arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırmada betimsel yöntem kullanılmış, çalışma örneklemini 2020-2021 Voleybol sezonunda Voleybol Erkekler 1. ve 2. Lig kategorilerinde mücadele eden (yaş ortalaması 21,29±7,60) toplam 224 Türk erkek voleybol sporcusu oluşturmuştur. Araştırmada veriler online anket formu yoluyla elde edilmiştir. Veri toplama aracı olarak, Türkçe uyarlaması Özcan (2017) tarafından yapılan "Sportif Sorunlarla Başa Çıkma Becerileri Envanteri (ACSI-28)" ile Aslan ve Uğraş (2020) tarafından geliştirilmiş olan "Takım Sporu Yapan Sporcularda Şiddet Eğilimi Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin analizinde Pearson Korelâsyon katsayısı ve ANOVA testleri kullanılmıştır. Araştırma bulgularında, Sportif Sorunlarla Başa Çıkma Becerileri Envanteri (ACSI-28) alt boyutlarında oyuncu pozisyonuna bağlı olarak yapılmış olan analiz sonucunda; hedef belirleme/zihinsel hazırlık alt boyutunda, pasör ve pasör çaprazı oyuncuları lehine, zorlukla baş etme alt boyutunda, libero/orta oyuncuları lehine, baskı altında yüksek performans alt boyutunda, pasör çaprazı oyuncuları lehine, kaygıdan uzak olma alt boyutunda ise pasör çaprazı ve libero/orta oyuncuları lehine anlamlı fark olduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$). Sporculuk geçmişi (yıl) değişkenine göre ise, 7 ve üzeri yıl sporculuk geçmişi olanların fiziksel ve sözel şiddet eğilimlerinin daha düşük, güven ve başarı güdüsü, hedef belirleme/zihinsel hazırlık ve baskı altında yüksek performans becerilerinin diğer sporculardan daha yüksek olduğu bulunmuştur. Araştırmaya katılan sporcuların oyun içi pozisyonlarına göre şiddet eğilimlerinin ise benzer düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Sonuç olarak, araştırmaya katılan Türk elit erkek voleybol sporcularının; şiddet eğilim düzeyinin düşük (32,44±9,43), sportif sorunlarla başa çıkma becerilerinin ise orta düzeyde (48,43±9,07) olduğu, şiddet eğilimleri ile sportif sorunlarla başa çıkma becerileri arasında düşük düzeyde ve negatif yönde bir ilişki olduğu ve buna göre sportif sorunlarla başa çıkma becerileri artış gösterdikçe şiddet eğilim düzeyinde düşük düzeyde bir azalış görüldüğü söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Voleybol, Şiddet Eğilimi, Sportif Sorunlarla Başa Çıkma

18-25 YAŞ MÜSABIK TÜRK TAEKWONDO SPORCULARININ FAİR PLAY ALGILARININ İNCELENMESİ

Tamer KARADEMİR, Mikail TEL, Mert KARADEMİR, Cengizhan PAKYARDIM

Türkiye

Öz: Bu araştırmanın amacı, 18-25 yaş müsabık Türk Taekwondo sporcularının Fair-Play algılarının incelenmesidir. Araştırma tarama yöntemiyle gerçekleştirilmiş betimsel bir araştırmadır. Araştırmanın örneklem grubunu, 2021 yılı Mart ayında İstanbul ilinde düzenlenen 8. Uluslararası Türkiye Açık Taekwondo Turnuvası'na farklı kategorilerde yarışmacı olarak katılan 74'ü erkek, 41'i kadın toplam 125 müsabık Türk Taekwondo sporcusu oluşturmuştur. Araştırmada elde edilen veriler; kişisel bilgi formunun yanı sıra Vallerand ve ark, (1997) tarafından geliştirilmiş olan ve Balçıkanlı, (2009) tarafından Türkçeye uyarlanan "Çok Boyutlu Sportmenlik Yönelimi Ölçeği" kullanılarak online form aracılığıyla toplanmıştır. Verilerin analizinde SPSS paket program kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık derecesi ($p<0.05$) kabul edilmiştir. Veriler analiz edilmeden önce normallik sınaması Kolmogorov Smirrnov testi ile yapılmış, verilerin normal dağılım göstermediği belirlenmiştir. Bu doğrultuda non-parametrik test yöntemlerinden ikili karşılaştırmalar için Mann Whitney U Testi ve çoklu karşılaştırmalar için Kruscal Wallis H testi kullanılmıştır. Araştırmada elde edilmiş olan bulgular, sporcuların yaş ve cinsiyete göre Fair-Play algılarının benzer özelliklere sahip olduğunu, sporculuk geçmişi yılı ve antrenör tutumu açısından anlamlı farklılık gösterdiğini ortaya koymaktadır. Sonuç olarak, araştırma grubunun Fair-Play algılarının yaş ve cinsiyete özelliklerine göre benzerlik taşıdığı, 5 yıl ve üzeri sporculuk geçmişi olanların rakiplerine daha saygılı oldukları; antrenör tutumuna göre, antrenörü müsabaka sırasında anlayışlı/yapıcı tutum içerisinde olduğunu belirtenlerin, sporda sorumluluklara ve sosyal normlara daha fazla bağlı oldukları sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Spor, Fair Play, Taekwondo

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE E-SPOR BİLGİ DÜZEYİ İLE TEKNOLOJİ KULLANIMINA İLİŞKİN TUTUM ARASINDAKİ İLİŞKİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

Tamer KARADEMİR, Yunus EMRE KARAKAYA, Mert KARADEMİR

Türkiye

Öz: Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinde e-spor bilgi düzeyi ile teknoloji kullanımına ilişkin tutum arasındaki ilişkinin değerlendirilmesidir. Araştırmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın örneklemini Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi'nde rastgele seçilmiş olan farklı bölümlerden yaş ortalaması; 22,05±3,65 olan, 245'i kadın 376'sı erkek olmak üzere toplamda araştırmaya katılmaya gönüllü 621 üniversite öğrencisi oluşturmuştur. Araştırmada veri toplama amacıyla, Yavuz (2005) tarafından geliştirilen "Teknoloji Tutum Ölçeği" ile e-spor bilgi düzeyleri ile ilgili soruların bulunduğu bir anket formu uygulanmıştır. Araştırmada veriler pandemi döneminde sağlık tedbirleri nedeniyle online form aracılığıyla toplanmıştır. Elde edilen verilerin analizinde SPSS paket program kullanılmıştır. Veriler analiz edilmeden önce normallik sınaması Kolmogorov Smirnov testi ile yapılmış dağılımın normal olduğu tespit edilmiştir. Bu doğrultuda ikili karşılaştırmalar için bağımsız örneklem (t-test), çoklu karşılaştırmalar için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmış, iki bağımlı değişken arasındaki ilişki ise, Pearson Korelasyon Katsayısı testi ile değerlendirilmiştir. İstatistiksel anlamlılık derecesi $p<0.05$ olarak kabul edilmiştir. Araştırma bulguları, katılımcıların gelir düzeyi, günlük sosyal medya kullanım süresi ve teknoloji kullanmaya başlama yılı değişkenlerine bağlı olarak, teknoloji kullanımına ilişkin tutumlarında ve e-spor bilgi düzeylerinde istatistiksel açıdan anlamlı derecede farklılık olduğunu göstermiştir. Araştırma sonuçları, araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin teknoloji kullanımına ilişkin tutumlarının olumlu yönde olduğunu ancak e-spor ile ilgili bilgi düzeylerinin yetersiz olduğunu, e-spor bilgi düzeyi ile teknoloji kullanımına ilişkin tutum arasında orta düzeyde ve pozitif yönde doğrusal bir ilişki olduğunu göstermiştir. Buna göre teknoloji kullanımına ilişkin tutumlar pozitif yönde geliştikçe e-spor bilgi düzeylerinin de pozitif yönde gelişmiş olduğu sonucuna varılmıştır.

Anahtar Kelimeler: E-Spor, Teknoloji, Teknoloji Kullanımı, Tutum

COVİD 19 SÜRECİNDE YEREL YÖNETİMLERİN SOSYAL MEDYA HESAPLARI ARACILIĞILA EGZERSİZ HİZMETLERİNİN İNCELENMESİ

Tekmil Sezen GÖKSU, Osman Tolga TOGO

Türkiye

Öz: Bu araştırmanın amacı, covid 19 pandemi sürecinde sosyal izolasyonda olan bireyler için İstanbul Büyük Şehir Belediyesi Spor İstanbul şirketinin sosyal medya hesapları üzerinden ‘’Evde Egzersiz’’ canlı yayınlarının haftalık programları, içerikleri, eğitmenleri ve izlenme skorları ile birlikte ulaşılan sayıyı incelemektir. Covid 19 salgını ile birlikte sağlıklı yaşam ve egzersiz alışkanlıklarımızı bilinçli ve düzenli yapmak adına yapılan canlı yayın egzersiz programlarının hedef kitlesi yalnızca İstanbul halkı olmamakla, yayın tüm katılımcılara açık yapılmaktadır. Araştırmamızın örneklemi, Spor İstanbul sosyal medya hesaplarından pandemi boyunca yapılan evde egzersiz programları oluşturmaktadır. Spor İstanbul instagram hesabındaki takipçi sayısı, evde egzersiz programı haftalık programı, eğitmenler, beğeniler, yorumlar ve izlenme skorlarından oluşan bir cetvel ile skorlar incelenecektir. Araştırma sınırlılıkları, Spor İstanbul instagram hesabı verileri 23 Nisan 2021 tarihinden itibaren elde edilen sayısal verilerle belirlenmiştir. Nitel araştırma olarak yapılan çalışma yazılı dokümanlar (bilgi veri tarama) ile desteklenerek durum çalışma yöntemi ile yapılmıştır. Sonuç olarak, İstanbul Büyükşehir Belediyesi Spor İstanbul şirketinin Nisan 2020 –Nisan 2021 bir yıl içerisinde instagram ve youtube hesaplarından yapılan tüm egzersizleri aylık olarak toplam izlenme ve bu yayınlara dönüt olarak yapılan yorumlar incelendiğinde, programlara talep olduğu ve takip edildiği tespit edilmiştir. Spor İstanbul eğitmenleri tarafından yapılan egzersizler, yetişkin, çocuk ve özel bireylere yönelik yapıldığı görülmüştür.2021 yılı Mart ve Nisan ayı yayınlarının sadece instagram üzerinden yapıldığı, youtube üzerinden yapılmadığı tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Yerel Yönetimler, Sosyal Medya, İnstagram, Egzersiz, Pandemi

YAĞLI GÜREŞLERDE DİNİ VE GELENEKSEL MOTİFLER: GÖKBEL ÖRNEĞİ

Yasemin YALÇIN, Hasanali Kağan KURNAZ, Osman Nuri ALTINER, Kerim AŞIK

Türkiye

Öz: Güreş en eski spor branşlarından birisidir. İnsanlık tarihi kadar eski olan güreş insanlıkla beraber gelişmiş ve farklı formlar kazanmıştır. Kazanmış olduğu bu formlar her toplumun inanç ve kültürüne göre farklılıklar göstermiştir. Bu formlardan birisi olan yağlı güreş Türk gelenek ve inançları çerçevesinde oluşmuş ve geleneksel bir spor olmuştur. Geçmişten günümüze kadar ulaşan geleneksel sporumuz olan yağlı güreş ülkemizin farklı bölgelerine dağılmıştır. Dağılmış olduğu bu bölgelerden birisi de Gökbel yaylasıdır. Araştırmanın amacı bölgesel nitelikte olan Gökbel yağlı güreşlerini bilimsel yöntemlerle daha yakından izleyerek bu güreşlerin içeriğinde yer alan dini ve geleneksel motifleri incelemek ve bu motiflerin tanıtılmasını sağlamaktır. Bu çalışma nitel bir araştırma olup, nitel araştırma yöntemlerinden durum (örnek olay) çalışması olarak tasarlanmıştır. Gökbel yağlı güreşlerine katılan güreşciler, koordinatörler, cazgırlar ve izleyiciler bu araştırmanın çalışma grubunu oluşturmuştur. Veri toplama aşamasında nitel araştırma yöntemlerinde kullanılan görüşme (görüşme formları), gözlem, doküman analizi ve arşiv inceleme yöntemleri kullanılmıştır. Çalışma sonucunda elde edilen verilerin (ses kayıtları, görüşme formları, görseller ve video analizi) değerlendirilmesinde betimsel analiz yöntemi kullanılmıştır. Alan yazındaki araştırmalara bakıldığında betimsel analiz dört aşamadan oluşmaktadır. Bu aşamalar; betimsel analiz için bir çerçeve oluşturma, tematik çerçeveye göre verilerin işlenmesi, bulguların tanımlanması ve bulguların yorumlanması şeklinde belirtilmiştir. Araştırma sonuçlarına bakıldığında geleneksel ve dini motiflerin bir kısmının kültürel miras olarak korunduğu ve yaşamaya devam ettiği söylenebilir. Ancak bazı geleneksel ve dini motiflerin Gökbel'in güreş tarihinde daha önce var olsa da günümüzde kaybolduğu ya da Gökbel'e hiç taşınmadığı görülmektedir. Benzersiz bir kültürel miras olarak kabul edilen yağlı güreşlerin insanlığın ortak mirası olarak kabul edilmesi, kültürün korunmasına ve gelecek kuşaklara aktarılmasına fayda sağlayacaktır. Bu Gökbel yaylasında gelenekselleşen yağlı güreşlerin 15 yıldır yapılmasına rağmen üstünde çalışılmamış olması ve araştırmacılara kaynaklık edebileceğinin düşünülmesi bu çalışmanın gerçekleştirilmesini önemli kılmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Gökbel Yağlı Güreşleri, Dini Motifler, Geleneksel Motifler

DART ATICILARINDA İÇSEL KONUŞMANIN KALP ATIM HIZI, DİNGİN GÖZ SÜRESİ VE ATIŞ PERFORMANSI ÜZERİNDEKİ ETKİSİNİN İNCELENMESİ

Yiğit Yekta KUKUL, Hasan Birol ÇOTUK

Türkiye

Öz: Spor özelinde içsel konuşmaların en iyi şekilde anlaşılması için psiko-fizyolojik bir yaklaşım çerçevesinde çalışmalar yürütülmektedir. Bu bağlamda araştırmada amaçlanan; başlangıç seviyesi dart atıcılarında stratejik içsel konuşmanın kalp atım hızı, dingin göz süresi ve atış performansı üzerindeki etkisinin incelenmesidir. Araştırma örneklemini, 2020-2021 eğitim-öğretim yılı içinde Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde eğitim gören 18 erkek öğrenci (x̄yaş =19.88±1.90) oluşturmaktadır. Araştırmada 3 gruplu (1 kontrol+2 deney) x 2 zaman (ön-son test) randomize kontrollü deney deseni kullanılmıştır. Gruplar; Kontrol (n:6; x̄yaş=22±1.67), Motivasyonel (n:6; x̄yaş=18.50±0.83) ve Eğitsel (n:6; x̄yaş=19.16±0.75) içsel konuşma grubu olarak isimlendirilmiştir. Ölçümlerde katılımcılardan ilk kişisel bilgi formunu (ad, yaş, baskın el vb.) doldurmaları istenmiştir. Sonrasında grupların ön-son test ölçümlerinde; kalp atım hızı, Polar H10; dingin göz süresi, Eye Tracker (Pupil Lab) ve dart atışı performans puan verileri toplanmıştır. Son test aşamasında ek olarak bütün katılımcılar manipülasyon kontrol formunu atışlar bitince doldurmuşlardır. Verilerin çözümlenmesinde parametrik olmayan kovaryans analizi (Quade'ın Metodu) kullanılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, ön test puanları kontrol edildikten sonra son test kalp atım hızı, dingin göz süresi ve atış performansı puanları açısından içsel konuşma grupları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0.05$). Dart atıcılarının inanç düzeyleri kontrol edildikten sonra son test kalp atım hızı, dingin göz süresi ve atış performansı puanları açısından içsel konuşma grupları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0.05$). Sonuç olarak bu araştırmada başlangıç seviyesi dart atıcılarında stratejik içsel konuşmanın psiko-fizyolojik ve performansa yönelik herhangi bir etkisinin olmadığı söylenebilir. (Bu çalışma ilk sırada yer alan yazarın yüksek lisansından üretilmiştir. Ayrıca bu çalışma için Araştırma için Marmara Üniversitesi Tıp Fakültesi Klinik Araştırmalar Etik Kurul Başkanlığı tarafından 09.2020.1164 protokol izin alınmıştır.)

Anahtar Kelimeler: İçsel Konuşma, Dingin Göz, Kalp Atım Hızı

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLİĞİ BÖLÜMÜ ÖĞRENCİLERİNİN GÜDÜLENMİŞ TÜKETİCİ YENİLİKÇİLİKLERİ İLE SATIN ALMA DAVRANIŞLARI ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN SPOR ENDÜSTRİSİ BAĞLAMINDA İNCELENMESİ: BAYBURT ÜNİVERSİTESİ ÖRNEĞİ

İsmail KARATAŞ

Türkiye

Öz: Bu araştırma, spor endüstrisi kapsamında beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin güdülenmiş tüketici yenilikçilik eğilimleri ile satın alma davranışları arasındaki ilişkilerin incelenmesi amacıyla gerçekleştirilmiştir. Bu bağlamda nicel olan bu araştırmada temel amaçla tutarlı olan ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın evreni, Bayburt Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü'ndeki toplam 143 öğrenciden (35 kadın ve 108 erkek), örneklemi ise toplam 112 öğrenciden (28 kadın ve 84 erkek) oluşmaktadır. Örneklem seçiminde olasılıklı olmayan örnekleme yaklaşımlarından kolayda örnekleme yönteminden faydalanılmış olup veriler gönüllük esası gözetilerek 05.10.2021-14.10.2021 tarihleri arasında toplanmıştır. Veri toplama aracı olarak anket formu kullanılmış olup bu form üç bölümden oluşmaktadır. Anket formunun: birinci bölümünde "Kişisel Bilgi Formu", ikinci bölümünde "Güdülenmiş Tüketici Yenilikçilik Ölçeği" ve üçüncü bölümünde "Satın Alma Davranışı Ölçeği" yer almaktadır. Öncelikle anket formu aracılığıyla elde edilen ham verilerin türü gözetilerek tanımlayıcı istatistikleri hesaplanmıştır. Sonrasında ölçeklerin güvenirlikleri Cronbach Alfa katsayısıyla incelenmiş olup ölçeklerin güvenilir oldukları anlaşılmıştır. Ayrıca verilerin normal dağılım özellikleri gözetilerek farklılık testleri (t-Testi ve ANOVA) ve korelasyon analizleri (Pearson korelasyon ve Spearman sıra farkları korelasyon analizleri), istatistiksel değerlendirmelerde kullanılmıştır. Bu doğrultuda, katılımcıların aylık ortalama aile geliri düzeyi (kişisel gelir dahil) ile güdülenmiş tüketici yenilikçilik ölçeği alt boyutlarından sosyal yenilikçilik ve bilişsel yenilikçilik puan ortalamaları ve satın alma davranışı ölçeği puan ortalamaları arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişkilerin olduğu gülmüştür. Ancak yaş, aylık ortalama kişisel gelir düzeyi, haftada ortalama internette vakit geçirme süresi ve haftada ortalama sosyal medyada vakit geçirme süresi değişkenleri ile ölçeklerin puan ortalamaları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Ayrıca cinsiyet ve sınıf değişkenleri kapsamında ölçeklerin puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılığın olmadığı tespit edilmiştir. Diğer taraftan güdülenmiş tüketici yenilikçilik ölçeği alt boyutlarından sosyal yenilikçilik, fonksiyonel yenilikçilik, hedonik yenilikçilik ve bilişsel yenilikçilik puan ortalamaları ile satın alma davranışı ölçeği puan ortalaması arasında tüm boyutlar özelinde pozitif yönde orta düzeyde anlamlı ilişkilerin olduğu görülmüştür. Dolayısıyla tüm alt boyutlar özelinde, katılımcıların sosyal yenilikçilik, fonksiyonel yenilikçilik, hedonik yenilikçilik ve bilişsel yenilikçilik düzeyleri yükseldikçe satın alma davranışı düzeylerinin de yükseldiği sonucuna varılabilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Spor Endüstrisi, Güdülenmiş Tüketici Yenilikçiliği, Satın Alma Davranışı

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLERİNİN FİZİKSEL OKURYAZARLIK ALGILARI İLE FİZİKSEL AKTİVİTE DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Yusuf ÇUHADAR, Çetin YAMAN

Türkiye

Öz: Bu araştırmanın amacı; beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin fiziksel okuryazarlık algıları ile fiziksel aktivite düzeylerinin arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın evreninin Sakarya ilinde 2020-2021 eğitim öğretim yılının 2. döneminde Milli Eğitim Bakanlığı bünyesinde çalışan beden eğitimi ve spor öğretmenleri oluşturmaktadır. Örneklem grubunu ise evrende yer alan 204 (55 kadın + 149 erkek) beden eğitimi ve spor öğretmeni oluşturmaktadır. Araştırmaya ait veriler; Sum ve diğerleri (2016) tarafından geliştirilen, Türkçe' ye Munusturlar ve Yıldızer (2020) tarafından uyarlanan Algılanan Beden Okuryazalığı Ölçeği (ABOÖ), Craig ve diğerleri (2003) tarafından geliştirilen, Öztürk (2005) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi (UFAA) ve "Kişisel Bilgi Formu" ile toplanmıştır. Verilere betimsel istatistikler, Mann Whitney-U testi ve Spearman korelasyon analizi uygulanmıştır. Araştırma bulguları incelendiğinde; beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin fiziksel okuryazarlık algıları puanlarının cinsiyet, görev yapılan okul türüne göre anlamlı farklılık göstermediği ($p>.05$), medeni durumda ise fiziksel okuryazarlığın alt boyutu olan kendilik hissi kendine güven alt boyutunda anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir ($p<.05$). Ek olarak fiziksel okuryazarlık algıları ile yaş ve hizmet yılı arasında anlamlı ilişki tespit edilmemiştir ($p>. 05$). Fiziksel aktivite düzeylerinin de cinsiyet, medeni durum, görev yapılan okul türüne göre anlamlı farklılık göstermediği ($p>.05$); yaş ve hizmet yılı ile anlamlı ilişki içinde olmadığı tespit edilmiştir ($p>.05$). Bağımlı değişkenler arasındaki sonuçlara bakıldığında; Fiziksel okuryazarlık algı alt boyutlarından bilgi ve anlayış, iletişim alt boyutları ve fiziksel okuryazarlık ölçek toplam puanları ile fiziksel aktivite düzeyleri arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir ($p<.05$). Sonuç olarak; Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin fiziksel aktiviteye katılımları arttıkça fiziksel okuryazarlık algıları da artmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni, Fiziksel Okuryazarlık, Fiziksel Aktivite, Hareket Okuryazarlığı, Beden Okuryazarlığı

TÜRKİYE'DEKİ SIĞINMACI ÇOCUKLARA YÖNELİK GELİŞTİRİLEN SOSYAL POLİTİKALAR; MERSİN ÖRNEĞİ

Yusuf TALUY

Türkiye

Öz: Bu araştırmanın amacı, sığınmacı çocukların sosyokültürel uyum düzeylerini belirlemektir. Araştırma ilişkisel tarama modeline uygun yapılmıştır. Araştırmanın hedef evrenini Mersin ilinde sığınmacı olarak yaşayan çocukları kapsamaktadır. Araştırma örneklemi ise basit seçkisiz yöntem kullanılarak belirlenmiş 150 sığınmacı çocuktan oluşturmaktadır. Veriler Ward ve Kennedy (1999) tarafından geliştirilen, Wilson (2013) tarafından revize edilen ve Yalçın (2018) tarafından Arapça diline çevrilen Sosyokültürel Uyum Ölçeği (SCAS-R) kullanılarak toplanmıştır. Analizler Mann Whitney U testi ve Spearman Rho testi teknikler ile yapılmıştır. Araştırmanın bulgularına göre; katılımcıların cinsiyet değişkenine göre dağılımı (%54,0'ü) (81) kadın, (%46,0'sı) (69) erkek sığınmacı çocuk olmak üzere birbirine yakın oranlarda dağılım göstermektedir. Sosyokültürel uyum düzeylerine ilişkin sığınmacı çocukların görüşleri genel olarak ($\bar{X}$=3,04) ortalama ile orta düzeyde olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Sosyokültürel Uyum Ölçeğindeki (SCAS-R) en yüksek ortalamaya sahip madde "Farklı hayat yaşantılarına uyum sağlarım." olduğu görülmektedir. Sosyokültürel uyum ölçeğindeki (SCAS-R) en düşük ortalamaya sahip maddeye bakacak olursak, "sosyal hizmetlerden faydalanırım" maddesi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Sığınmacı çocukların görüşlerine göre, ölçeğin en yüksek ortalamaya sahip alt boyutu "Ekolojik Uyum" olurken, bunu "Akademik/İş Performansı", "Kişisel İlgi Alanları ve Toplumsal Katılım", "Kişilerarası İletişim" ve "Dil Yeterliği" alt boyutu takip etmiştir. Sığınmacı çocukların cinsiyetlerine göre; "Kişisel İlgi Alanları ve Toplumsal Katılım" alt boyutu ve ölçeğin toplam puan otalamasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. "Kişilerarası İletişim", "Akademik/İş Performansı", "Ekolojik Uyum" ve "Dil Yeterliliği" alt boyutlarında anlamlı bir fark ortaya çıkmamıştır. Sığınmacı çocukların yaş değişkenlerine göre; "Kişisel İlgi Alanları ve Toplumsal Katılım" alt boyutu ve ölçeğin toplam puan otalamasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. "Kişilerarası İletişim", "Akademik/İş Performansı", "Ekolojik Uyum" ve "Dil Yeterliliği" alt boyutlarında anlamlı bir fark ortaya çıkmamıştır. Sığınmacı çocukların eğitim düzeyi değişkenlerine göre ise; "Kişisel İlgi Alanları ve Toplumsal Katılım" alt boyutu ve ölçeğin toplam puan otalamasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. "Kişilerarası İletişim", "Akademik/İş Performansı", "Ekolojik Uyum" ve "Dil Yeterliliği" alt boyutlarında anlamlı bir fark ortaya çıkmamıştır. Sığınmacı çocukların görüşlerine göre; sosyokültürel uyum ölçeği alt boyutlarının arasındaki korelasyonel puan dağılımlarında; "Dil Yeterliliği" alt boyutu ile "Kişisel İlgi Alanları ve Toplumsal Katılım" (r=-,234, p>.01) ve "Ekolojik Uyum" (r=-,237, p>.01) boyutları arasında negatif yönlü anlamlı ilişkiler olduğu tespit edilmiştir. Araştırmada ulaşılan bulgular alanyazı temelinde tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Türkiye, Sığınmacı Çocuklar, Sosyokültürel Uyum

TÜRKİYE'DE SPOR VE MÜZİK ORTAK ALANINDA YAPILMIŞ TEZLERİN EĞİLİMLERİNİN İNCELENMESİ

Özlem ÖMÜR

Türkiye

Öz: Hayatını sağlıklı, dengeli, mutlu ve başarılı bir şekilde sürdürmek isteyen bireylerin yaşamında, spor ve müzik, ayrı bir yer tutmaktadır. Hem spor hem de müzik, görsel, işitsel, kinestetik ve psikomotor becerilerin ortak öneme sahip olduğu kavramlardır. Bu düşünceden yola çıkarak, her iki kavramı biraraya getiren ortak araştırmaların olup olmadığı tespit edilmek istenmiş ve araştırmada, Türkiye'de spor ve müzik ortak alanında yapılmış yüksek lisans ve doktora tezlerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda, spor ve müzik ilişkili, erişim izni olan 34 teze ulaşılmıştır. Çalışmada, müzik ve spor ilişkili bu tezlerin yıllara, üniversitelere, enstitülere, bilim alanlarına, konularına, çalışma gruplarına ve örneklem/çalışma grubu sayılarına göre dağılımları belirlenmiştir. Araştırmanın bulguları doğrultusunda; konuya ilişkin ilk tezin 2004 yılında, iki ortak alanda en çok çalışmanın ise, 2019 yılında yapıldığı, konuya ilişkin, 23 üniversitede tez üretildiği, en çok tez üreten üniversitenin Kocaeli Üniversitesi olduğu, konuyla ilişkili en çok tezin Sağlık Bilimleri enstitüleri ve Beden Eğitimi ve Spor bilim alanında yazıldığı saptanmıştır. Tezlerde en çok ses ve enstrüman icracıları ile çalışıldığı, işlenen konuların da, ses ve enstrüman icracılarının fiziksel sorunlarına çözüm önerilerine yönelik olduğu belirlenmiş, araştırmalarda 11-50 arası örneklem/çalışma grubu sayısının en çok çalışılan grup sayısı olduğu sonucuna varılmıştır. Araştırmanın sonuçları doğrultusunda, konuyla bağlantılı bilimsel araştırmalarda artış sağlanması, müzik bilim alanı ve konservatuvar öğrencilerinin, spor ve fiziksel rahatsızlıklar üzerine daha fazla bilimsel çalışma yapmaları ve müziğin spor, sporun da müzik üzerindeki etkisinin eğitimciler tarafından dikkate alınarak, öğrencilerini bu ortak alanlarda çalışmalara yönlendirmeleri önerilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Spor, Müzik, Spor ve Müzik İlişkili Tezler

SPOR BİLİMİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN UZAKTAN EĞİTİM MOTİVASYONLARI ÜZERİNE NİTEL BİR ARAŞTIRMA

Şenol GÜVEN, Atakan YAZICI

Türkiye

Öz: Giriş: Uzaktan eğitim süreci ile birlikte bazı olumlu ve olumsuz durumların ortaya çıktığı görülmektedir. Uzaktan eğitimin konfor ve rahatlık içinde ders işleme olanağı sağlayıp ekonomik olması ve zamandan tasarruf sağlaması, olumlu etkileri arasında yer alabilir. Uzaktan eğitim için gereken altyapı ve sistemlerin yeterli ve eşit koşullarda hazır olmaması, uygulama derslerinde yaşanan eksiklikler ise olumsuzluklar olarak nitelendirilebilir. Spor Bilimleri Fakültesi'nde (SBF) derslerin bilgisayar aracılığı ile gerçekleştirilmesi, araç ve malzeme kullanılması gereken durumlarda eksiklikler yaşanması, teknolojik imkânsızlıklar, uygulama gereken içeriklerde motor becerilerin yeterince anlaşılamaması gibi durumlara neden olabilmektedir. Bunlar da ders veriminin düşmesine ve derse katılmada isteksizliğe sebep olabilir. Uzaktan eğitim ile ilgili yukarıda bahsedilen olumlu ve olumsuz koşullar göz önünde bulundurulduğunda, SBF öğrencilerinin, uzaktan eğitime karşı isteksizlik yaşayabilecekleri akıllara gelebilir. Buradan hareketle bu araştırmanın amacı, SBF öğrencilerinin uzaktan eğitim sürecine yönelik motivasyonlarını etkileyen faktörlerin incelenmesidir. Materyal ve Yöntem: Nitel araştırma yöntemi ile gerçekleştirilen bu araştırmaya SBF'nde öğrenim gören 5 kadın 4 erkek olmak üzere toplam 9 SBF öğrencisi gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada olgubilim deseni kullanılmıştır. Veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından hazırlanmış kişisel bilgi formu ve yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Elde edilen verileri analiz etmek amacıyla içerik analizi yapılmıştır. Tüm bu verilerden kodlar ve temalar oluşturulmuştur. Bulgular: Yapılan içerik analizleri sonucunda SBF öğrencilerinin görüşleri belirlenmiş ve "Öğrenme süreci", "Teknoloji kullanımı", "Ekonomi", "Zaman yönetimi" ve "Konfor" temalarına ulaşılmıştır. Öğrenme süreci ve teknoloji kullanımı, bazı öğrencileri motive ederken bazılarının ise motivasyonlarını azaltmıştır. Ekonomi, zaman yönetimi ve konfor durumlarının ise SBF öğrencilerinin uzaktan eğitime yönelik motivasyonlarını arttırdığı görülmüştür. Tartışma ve Sonuç: Araştırma sonucunda öğrenme süreci ile ilgili olarak uzaktan eğitim sürecinin bazı öğrenciler için farklı bir öğrenme tecrübesi yarattığından fırsat olarak algılandığı ve bundan dolayı motive oldukları görülmüştür. Mountz (2020)'da öğrencilerin çevrim içi ders almanın iyi bir deneyim olduğunu söylediklerini belirtmiştir. Bunun yanı sıra uzaktan eğitim ile öğrencilerin kampüse gelme zorunluluğu olmadığından, derse katılımın kolaylaştığı ve eğitime katılımda artış olduğunu belirten araştırma bulguları da mevcuttur (Karalis ve Raikou 2020). Öte yandan uygulama derslerinin amacına yeterince ulaşmaması, hareket kısıtlılığı nedeniyle duyulan rahatsızlıklar ve uzaktan eğitim konusundaki tecrübesizlik ve yetersizlik ise SBF öğrencilerinin motivasyonlarını azaltıcı bir etmen olmuştur. Horzum (2003) tarafından gerçekleştirilen çalışmada, katılımcıların uygulamalı ve mesleki dersler dışındaki ders için uzaktan eğitimin daha iyi olacağını düşündükleri ortaya konmuştur. Teknoloji kullanımı teması ile ilgili olarak, dersleri geri dönüp ya da hızlandırıp izleyebilmenin, SBF öğrencilerinin motivasyonlarını arttırdığı sonucuna varılmıştır. Altuntaş vd. (2020)'de yaptıkları araştırmada da uzaktan eğitimin üniversite öğrencilerinin teknik yeteneklerini geliştirdiği için uzaktan eğitimi yararlı bulduklarını ifade ettiği sonucuna ulaşmışlardır. Bunun yanı sıra sistem ve bağlantı problemlerinin motivasyonları azalttığı sonucuna varılmıştır. Ekonomik olarak ise hem zaman hem de maddi açıdan tasarruf etmiş olmak nedeniyle katılımcılar uzaktan eğitime karşı istekli olduklarını belirtmişlerdir. Zaman yönetimi teması ise zamanın verimli kullanılabilmesi ve öğrencilerin hayatlarına kolaylık sağlaması gibi nedenlerden dolayı, SBF öğrencilerinin uzaktan eğitime

yönelik motivasyon düzeylerini olumlu etkilemiştir. Uzaktan eğitimde derslerin sınıf ortamına göre daha rahat bir ortamda takip edilmesi ve zaman esnekliği sunulması gibi avantajlar da motivasyonu arttırabilir (Yolcu, 2020). Kişisel zaman yönetimini yapabilen öğrenciler, uzaktan eğitime yönelik istekli olduklarını belirtmişlerdir. Uzaktan eğitim ortamının yarattığı konfor sayesinde ise derslerin kaydedilmesi, istenilen zamanda tekrar takip edilmesi, öğrencilerin kendi kendilerini yönetecek duruma gelmesini sağlamıştır (Mukhtar, Javed, Arooj ve Sethi 2020). Sonuç olarak SBF öğrencilerinin uzaktan eğitime yönelik motivasyon düzeylerinin genel olarak yüksek olduğu, uygulama derslerinin amacına ulaşabilmesi konusunda sorunlar yaşandığı söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Uzaktan Eğitim, Spor Bilimleri Fakültesi, Motivasyon

IMPACTS OF ACTUAL PREPARING ON PHYSICAL AND MENTAL BOUNDARIES IN PEOPLE WITH PATELLA LIGAMENT MYOPATHY: A DELIBERATE SURVEY AND META-INVESTIGATION

Nesto DIACOV

Moldova

Abstract: The adequacy of actual preparing on physical and mental boundaries in people with patella ligament myopathy has not been explored in a precise audit and meta-investigation. The point of the current review was to decide the impacts of actual exercise mediations for proportions of physical and mental execution in subjects with patella ligament myopathy. A mechanized efficient writing search was led in the electronic data sets PubMed, Medline, and Web of Science from January 1960 to July 2020. At first, 506 papers were distinguished for survey of which eleven papers met the incorporation rules. Our outcomes uncovered a little impact (weighted mean normalized mean contrast (SMD) = 0.12; nine investigations) of actual preparing on the mental measure Victorian Foundation of Game Evaluation Patellar ligament scale and a medium impact (weighted mean SMD = 0.61; five examinations) on the mental measure visual simple scale—both for the intercession bunch. Interestingly, a little impact (weighted mean SMD = −0.05; two investigations) for the benchmark group was recognized for the actual measure muscle power. Contrasted with the control condition, actual preparing is by all accounts a powerful means to work on mental however not actual boundaries in people with patella ligament myopathy; in spite of the fact that ends on the last option might have been one-sided by the modest quantity of qualified examinations (n = 2). Also, the foreordained remove worth of ≥6 for the Physiotherapy Proof Data set scale score (i.e., appraisal of systemic quality) was just accomplished by six out of eleven examinations. Hence, further exploration of high strategic quality is expected to confirm whether there is or alternately isn't an impact of actual preparing on actual boundaries in people with patella ligament myopathy. View Full-Text

Keywords: Patellar Tendinosis, Tendinitis, Tendinopathy, Competitors, Actual Wellness, Mediation

PLASMA EICOSAPENTAENOIC CORROSIVE IS RELATED WITH MUSCLE STRENGTH AND MUSCLE HARM AFTER EXHAUSTING ACTIVITY

Bruno WELLS

New Zealand

Abstract: Foundation: Albeit the ingestion of all out omega–3 unsaturated fats (omega–3) is emphatically related with solid strength in more established people, little is known with regards with the impact of omega–3 plasma levels on strong capacity prior and then afterward practice in young fellows. Also, omega–3 supplementation plays a positive part in work out actuated intense muscle harm. This review explored the connection between plasma omega–3 in the blood and advancement and safeguarding of muscle strength after whimsical constrictions (ECCs) in youngsters. Strategies: 32 solid youngsters took part in this review. We surveyed plasma omega–3 level and the maximal intentional withdrawal (MVC). 26 out of them practiced 60 ECCs at 100% MVC. We estimated the MVC force, adaptability previously and following activity, 1–5 days post exercise. Results: The degrees of eicosapentaenoic corrosive (EPA) and EPA/arachidonic corrosive were emphatically connected with muscle strength ($p < 0.05$). More significant levels of omega–3 EPA and docosahexaenoic corrosive forestalled the decrease in the MVC and restricted joint adaptability after ECCs. Ends: The current review uncovers that more significant levels of EPA are essential to advance muscle strength and protect the strength misfortune after work out.

Keywords: Omega–3 Unsaturated Fats, Sports Sustenance, Ergogenic Help, Long-Chain N − 3 Polyunsaturated Unsaturated Fats, Extending, Muscle Work

EVALUATION AND CHECK OF CARDIORESPIRATORY WELLNESS IN GROWN-UPS WITH PREHYPERTENSION

Vlatko IVANOV

Macedonia

Abstract: Foundation: Low cardiorespiratory wellness is related with expanded danger of hypertension and atherosclerosis in grown-ups with prehypertension. The motivation behind this review was to evaluate cardiorespiratory wellness and to analyze the utility of supramaximal consistent burden confirmation testing for approving maximal oxygen take-up (VO2max) accomplishment in grown-ups with prehypertension. Strategies: Eleven grown-ups (four ladies) with prehypertension (22.5 ± 2.9 y; weight record (BMI): 24.6 ± 3.2 kg·m2) went through a gradual exercise test followed 15 min later by a confirmation test at 105% of maximal work rate on a cycle ergometer. Results: There was no measurable contrast in VO2 between the gradual (2.23 ± 0.54 L·min−1) and check tests (2.28 ± 0.54 L·min−1; p = 0.180). Just three out of eleven members had a higher VO2 during the check when contrasted and the steady test. On the off chance that the confirmation test had not been directed, one member would have been inaccurately delegated having low cardiorespiratory wellness dependent on gradual test outcomes alone. Ends: Confirmation testing approves the fulfillment of VO2max and might possibly lessen the over-determination of useful weakness (i.e., deconditioning) in grown-ups with prehypertension.

Keywords: Pulse, High-Impact Wellness, 3-Min Hard and Fast Exercise Test, Vo2max, Deconditioning

IMPACT OF ACTIVITY POWER ON CELL-INTERCEDED INSUSCEPTIBILITY

Giuseppe MANARA

Malta

Abstract: Moderate-power practice is considered to upgrade insusceptible capacity and to be valuable for forestalling intense upper respiratory contaminations and comparative conditions. Many individuals practice low-power brief term practice with the assumption for an advantageous impact on immuno-competency. Nonetheless, it is hard to avow the presence of distinct proof of such an advantage. In this paper, we talk about the impacts of low-force brief span practice on cell-intervened resistance, and differentiation them with the impacts of focused energy and long-length work out. While extreme focus practice actuates irritation and decreases cell-intervened invulnerable framework work, low-force practice doesn't seem to largely affect either aggravation or cell-interceded resistant capacity. Low-force activities like strolling and yoga, which are useful to assuage pressure, can't be considered as hurtful to the insusceptible framework. In spite of the fact that yoga was displayed to force less limitations on breathing and actual strain, the proof that yoga improves cell-interceded resistance stays lacking. Accordingly, further examinations are expected to look at the activity mode that might be best for development of resistant capacities. Exercise force is characterized as the measure of energy used per unit of time because of the activity performed. Moderate-force practice is considered to improve invulnerable capacity and to forestall intense upper respiratory diseases and comparable conditions.

Keywords: Work Out, Strolling, Yoga, Cell Resistant Framework, Cytokines, Irritation

DOES COLD-WATER PERSEVERANCE SWIMMING INFLUENCE ASPIRATORY CAPACITY IN SOLID GROWN-UPS?

Ambrož SLEZÁK

Czech Republic

Abstract: The intense impacts of cold-water perseverance swimming on the respiratory framework have gotten little consideration. We researched pneumonic reactions to cold-water perseverance swimming in solid sporting long distance runners. Aspiratory work, alveolar diffusing limit (DLCO), partial breathed out nitric oxide (FENO) and blood vessel oxygen immersion by beat oximetry (SpO2) were evaluated in 19 solid grown-ups one hour prior and 2.5 h after a cool water (mean ± SD, 10 ± 0.9 °C) swim preliminary (62 ± 27 min). Also, 12 out of the 19 members estimated pneumonic capacity, constrained crucial limit (FVC) and constrained expiratory volume in one second (FEV1) 3, 10, 20 and 45 min post-swim by maximal expiratory stream volume circles and DLCO by the single breath method. FVC and FEV1 were essentially decreased 3 min post-swim ($p = 0.02$) ($p = 0.04$), individually, and five of 12 members (42%) experienced exercise-actuated bronchoconstriction (EIB), characterized as a ≥ 10% drop in FEV1. No critical changes were seen in pneumonic capacity 2.5 h post-swim. Nonetheless, mean FENO and DLCO were essentially decreased by 7.1% and 8.1% ($p = 0.01$) and ($p < 0.001$), individually, 2.5 h post-swim, joined by a 2.5% drop ($p < 0.001$) in SpO2. The outright change in DLCO connected essentially with the outright decrease in center temperature ($r = 0.52$; $p = 0.02$). End: Cold-water perseverance swimming might influence the lungs in sound sporting long distance runners enduring up to 2.5 h post-swim. A few people seem, by all accounts, to be more vulnerable to pneumonic weaknesses than others, albeit these instruments should be concentrated further.

Keywords: Cold-Water Swim, Aspiratory Work, Alveolar Dissemination Limit, Oxygen Immersion, Lapsed Nitric Oxide, Sporting Marathon Runners

CONTEXTUAL INVESTIGATION: PROGRESS TO A VEGGIE LOVER DIET IN A TIP TOP MALE GAELIC FOOTBALL PLAYER

Ron SHOSHAN

Israel

Abstract: Veggie lover counts calories are progressively important to competitors, yet require an all around arranged methodology to moderate the danger of likely antagonistic impacts on supplement admissions, and thusly execution. This contextual investigation reports the course of a tip top male Gaelic football player (age 25 years; tallness, 1.88 m; weight, 87.8 kg; fit weight, 73.26 kg; muscle versus fat, 11.3%) changing from an omnivorous eating regimen to a vegetarian diet toward the start of a cutthroat season. The report includes key contemplations in the arranging and arrangement of sustenance support in this unique circumstance, notwithstanding emphasess required dependent on challenges introduced by the competitor. Examination of supplement admission (Nutritics Dietary Investigation Programming), body sythesis (double X-beam absorptiometry; Lunar iDXA, GE Medical services), and running execution during match-play (worldwide situating framework based following; STATSports Peak) each showed that with sufficient information and schooling, and suitable arranging, responsibility and iterative input, the competitor had the option to meet sustenance focuses on a veggie lover diet without compromising key execution markers contrasted with the omnivorous eating regimen of the past season. We expect that this contextual investigation will help specialists to perceive the critical contemplations to address when working with competitors changing to a veggie lover diet.

Keywords: Competitor, Body Structure, Field Sport, Running Pace, Plant-Based

POST FLYWHEEL SQUAT POTENTIATION OF VERTICAL AND FLAT GROUND RESPONSE POWER BOUNDARIES DURING BOUNCES AND COURSE ADJUSTMENTS

Chibale NASER

Egypt

Abstract: (1) Foundation: The point of the review was to decide the post-initiation execution improvement (PAPE) of vertical and flat ground response power boundaries during bounces and shift in course following flywheel squat exercise utilizing two distinct flywheel inactivities. (2) Techniques: Eleven male competitors played out a countermovement bounce (CMJ), standing wide leap (SBJ), and "adjusted 505" shift in course (COD) in a control condition and 6 minutes following three arrangements of six reiterations of flywheel half squats at one of two idlenesses (0.029 kg·m2 and 0.061 kg·m2). Pinnacle directional ground response power, force, and pace of power improvement were determined for each test. (3) Results: Higher latency flywheel squats had the option to intensely improve CMJ top vertical power (Bayes Variable (BF10) = 33.5, extremely impressive; δ = 1.66; CI: 0.67, 2.70), while lower dormancy flywheel squats had the option to intensely upgrade CMJ top vertical force (BF10 = 3.65, moderate; δ = 0.93; CI: 0.11, 1.88). The upward squat exercise initiated no PAPE impact on resultant SBJ or level COD ground response power boundaries, nor were any distinctions seen between the idlenesses. (4) Ends: Specialists and experts ought to consider the dynamic and kinematic correspondence of a pre-load boost to the resulting sport-explicit action (i.e., flywheel squat to CMJ).

Keywords: Pape, Countermovement Bounce, Standing Wide Leap, Course Adjustment, Pap, Isoinertial, Unconventional Over-Burden, Motor, Power, Pace of Power Advancement

RECOGNIZING SOLID AND APPEALING POWER TIME MEASUREMENTS IN COMPETITORS—CONTEMPLATIONS FOR THE ISOMETRIC MID-THIGH PULL AND COUNTERMOVEMENT BOUNCE

Sina SADIQ

Syria

Abstract: The motivation behind this review was to assess intrasession dependability of countermovement hop (CMJ) and isometric mid-thigh pull (IMTP) power time attributes, just as connections among CMJ and IMTP measurements. Division I game and club competitors (n = 112) finished two maximal exertion CMJ and IMTP preliminaries, in a specific order, on power plates. Relative and outright dependability were surveyed utilizing intraclass relationship coefficients (ICCs) > 0.80 and coefficients of variety (CVs) < 10%. Intrasession dependability was satisfactory for most of the CMJ power time measurements with the exception of concentric pace of power improvement (RFD), flighty motivation and RFD, and lower appendage firmness. The IMTP's an ideal opportunity to top power, momentary power at 150 ms, prompt net power, and RFD measures were not solid. Measurably critical feeble to direct connections (r = 0.20–0.46) existed between allometrically scaled CMJ and IMTP measurements, except for CMJ unusual mean force not being connected with IMTP exhibitions. A larger part of CMJ and IMTP measurements satisfied satisfactory dependability guidelines, aside from RFD estimates which ought to be utilized with alert. Given CMJs and IMTPs are characteristic of particular actual wellness abilities, it is proposed to screen competitor execution in the two tests through changes in those factors that show the best level of unwavering quality.

Keywords: Power Plate, Neuromuscular Execution, Strength, Power, Coefficient of Variety, University Competitors

RESEARCHING POTENTIAL IMPACTS FROM A ONE-YEAR MENTOR SCHOOLING SYSTEM

Mikhail HERSHON

Israel

Abstract: The fundamental reason for the current review was to look at potential impacts from a mentor training program more than one year, in which each mentor was regulated by a their guide learning dependent on mentor focused qualities. The current review was planned as an analysis with a benchmark group, where the mentors in the trial bunch got tutoring by a guide more than one year, while the mentors in the benchmark group didn't. 94 mentors finished the review more than one year from an assortment of sports (n > 30), where crosscountry skiing, soccer, biathlon, handball and swimming were the most addressed games. Among the mentors in the example, 87% were mentors for competitors who contended or had aspirations to contend at a global level. The outcomes from self-detailed polls at the pre-test and post-test show that the mentor instruction program significantly affected the bond aspect in the mentor competitor working collusions and the mentors' apparent mentor exhibitions. The investigation didn't observe any impacts from the mentor training program on the objective and assignment aspect in the mentor competitor working collusions. The discoveries are examined as far as applied ramifications and conceivable future exploration.

Keywords: Mentor Competitor Relationship, Mentor Schooling, Working Partnership, Coaching

USE, PRACTICES AND PERSPECTIVES OF SPORTS NOURISHMENT AND STRENGTH AND MOLDING SPECIALISTS TOWARDS TART CHERRY SUPPLEMENTATION

Fazel PIRDOOST

Tunisia

Abstract: Tart cherry (TC) supplementation has been displayed to speed up post exercise recuperation, upgrade perseverance execution and further develop rest term and quality. This review meant to distinguish the utilization, practices and mentalities of sports nourishment and strength and molding experts towards tart cherry supplementation. 35 professionals secretly finished a web-based study researching their utilization, practices and perspectives towards tart cherry enhancements. 46% of the responders were right now suggesting TC supplements, 11% had recently suggested TC supplements and 26% have not recently suggested TC supplements however were anticipating doing as such later on. Of those suggesting TC, half suggested or were anticipating prescribing TC enhancements to upgrade practice recuperation and 26% to further develop rest length and quality. Intense supplementation and day by day use during multi-day contest or requesting preparing blocks with a 2–3-day pre-load were the most revealed supplementation suggestions (28% and 18%, individually). 52% of responders demonstrated vulnerability about the day by day polyphenol portion to suggest as a feature of a TC supplementation convention. Notwithstanding the high use and interest from sports nourishment and strength and molding professionals in TC supplements, their practices didn't line up with the conventions viewed as viable inside the writing.

Keywords: Athletic Execution, Polyphenols, Ergogenic Helps, Practice Recuperation, Rest, Sports

IMPACTS OF MOMENTARY SIMULTANEOUS PREPARING END ON THE ENERGY COST OF RUNNING AND NEUROMUSCULAR EXHIBITIONS IN CENTER DISTANCE SPRINTERS

Esdras STRAUS

Israel

Abstract: Proof backings the execution of simultaneous strength and running preparing, inside the equivalent mesocycle, to further develop exhibitions in center and significant distance occasions. In any case, very little is known with regards with the impacts of simultaneous preparing end. The reason for this examination was to depict the impacts of about a month of dangerous strength preparing suspension following a 8-week simultaneous preparing convention. Eight sprinters finished this review, which originally included either plyometric (n = 4) or dynamic weight preparing (n = 4) notwithstanding the standard running routine. Hazardous strength preparing was from that point hindered for a long time, during which running meetings were kept up with. Members were tried at standard, after simultaneous preparing and after simultaneous preparing suspension. The outcomes recommend that the energy cost of pursuing enhancements noticed the intercession (−5.75%; 95% CI = −8.47 to −3.03) were kept up with once unstable strength preparing was interfered (−6.31%; 95% CI = −10.30 to −2.32). The outcomes additionally recommend that neuromuscular exhibitions were kept up with following a month of simultaneous preparing end, particularly when tests were explicit to the preparation intercession. Moreover, a 3000m time preliminary uncovered a comparable example, with upgrades after the simultaneous mesocycle (−2.40%; 95% CI = −4.65 to −0.16) and after simultaneous preparing end (−4.43%; 95% CI = −6.83 to −2.03). In general, just inconsequential changes were noticed for oxygen consuming perseverance and V˙O2peak. Together, these outcomes propose that transient dangerous strength preparing suspension may be helpful and could be considered as a shape technique for center distance sprinters. Be that as it may, mentors and competitors should decipher these outcomes circumspectly considering the concentrate's low example size and the exceptionally restricted accessible writing in this space.

Keywords: Strength Preparing, Running Economy, Detraining

PARALYMPICS AND ITS COMPETITORS FROM THE PERSPECTIVE OF THE NEW YORK TIMES

Michael CROWE

Australia

Abstract: The motivation behind this paper is to investigate the inclusion of the Paralympics in the New York Times (NYT) from the main appearance of the term Paralympics in 1955 up to 2012. We examined a) the literary symbolism (not symbolism natural for photos) of the Paralympics and its competitors, b) the portrayal of perspectives and any desires for Paralympians and c) the perceivability of the Paralympics and Paralympians inside the NYT. We tracked down that NYT inclusion of the Paralympics and Paralympians is negligible and regularly depicts Paralympic competitors in cliché ways, for example, being supercrips or enduring elements. With respect to the depiction of helpful assistive gadgets of Paralympic competitors in the NYT, four subjects are clear: a) the progression of innovation, b) the pecking order between various restorative assistive gadgets, c) the connection between the gadget and the competitor and d) the moderateness of the gadget. We present that the depiction of the Paralympics, as apparent in the NYT, generally doesn't assist with advancing the conversation around a) the fate of the Paralympics and its job inside society, b) the connection between the Paralympics and the Olympics and c) boundaries of game investment looked by competitors with incapacities on all levels, from sporting to cutthroat game.

Keywords: Paralympics, Paralympic Competitors, Paralympians, Media, Depiction, New York Times

SURVEYING CYCLING SUPPORT IN AUSTRALIA

Aleksandras STRASAUSKAS

Lithuania

Abstract: Arranging and assessing cycling programs at a public or state level requires precise proportions of cycling support. Notwithstanding, late reports of cycling cooperation have created altogether different evaluations. This paper inspects the detailed paces of cycling in five ongoing populace overviews of cycling. Three studies (one public and two from Sydney) asking respondents when they last rode a bike produced cycling cooperation (cycled in the previous year) assessments of 29.7%, 34.1% and 28.9%. Two other public studies which requested that members review (unprompted) any actual work accomplished for exercise, entertainment or game in the past a year, assessed cycling in the previous year as 11.1% and 6.5%. While unprompted review of cycling as a sort of actual work creates lower evaluations of cycling interest than explicit review questions, both appraisal approaches delivered comparable examples of cycling by age and sex with the two methodologies demonstrating less ladies and more seasoned grown-ups cycling. The distinctive inquiry styles probably clarify the considerable inconsistencies between the assessments of cycling support. A few contrasts are normal because of examining changeability, question contrasts, and provincial variety in cycling. Arranging and assessing cycling programs requires exact proportions of cycling cooperation. There are many components of cycling that can be inspected, with fluctuating degrees of intricacy. In 2000 the Australian Bike Chamber proposed five regions for cycling related information - possession (consolidating burglary), framework, use, and cyclist security (joining accidents), and 30 separate pointers

Keywords: Cycling, Actual Work, Reconnaissance, Australia

SHOULD RESTORATION EXPERTS UTILIZE OUTER CENTER DIRECTIONS WHEN ENGINE LEARNING IS CULTIVATED? AN ORDERLY SURVEY

Klaus HAEUSSER

Germany

Abstract: As indicated by the Obliged Activity Theory, engine learning is accepted to be more effective when an outer concentration (EF) of engine control is given to the entertainer rather than an inward concentration (IF) of engine control. This methodical survey researched whether discoveries of studies zeroing in on the Compelled Activity Speculation might be moved to restoration settings by evaluating the strategic quality and hazard of predisposition (Deny) of accessible randomized controlled preliminaries (RCTs). Of the 18 chose reports addressing 20 RCTs, the strategic quality was fairly low, and most of the reports seemed to have a high Loot. The 18 reports included 68 patients tried in a restoration setting and 725 solid members. The time size of the engine learning processes introduced in the chose papers was heterogenic. The aftereffects of this efficient audit demonstrate that the supposition that an outside focal point of control is to be liked during engine learning processes isn't adequately validated. The degree of accessible proof isn't sufficiently huge to warrant move to patient populaces (counting kids and the older) and raises questions about research with sound people. This infers that dependent on the approach utilized up until now, there is by all accounts inadequate proof for the predominance of an outside focal point of control, neither in sound people nor in clinical populaces. The connection between EF directions and engine learning examination and its impact in both patient recovery settings and solid populaces requires further investigation. Future satisfactorily controlled investigations with low Loot and with recovery populaces that are followed throughout broadened time spans ought to, in this way, be performed to prove or disprove the suspicion of the predominance of an EF in engine learning.

Keywords: Criticism, Guidance, Engine Control, Patients, Sport, Preparing, Mediation

A CORRELATION BETWEEN AUSTRALIAN FOOTBALL ASSOCIATION (AFL) WOUNDS IN AUSTRALIAN NATIVE VERSUS NON-NATIVE PLAYERS

Denton ALSTON

South Africa

Abstract: It has recently been shown that being of native drop is a danger factor for hamstring wounds in Australian football. The point of this review was to audit the Australian Football Association (AFL) injury data set to decide if there were any wounds where native players had diverse relative dangers to non-native players. Investigation was directed utilizing information from the AFL injury data set, which included information from 4,492 players more than 21 years (1992–2012), covering 162,683 player-matches at AFL level, 91,098 matches at lower levels and 328,181 weeks (conceivable matches) of openness. Contrasted with non-native players, native players had an altogether higher danger of hamstring wounds (RR 1.52, 95% CI 1.32–1.73) and calf strains (RR 1.30, 95% CI 1.00–1.69). Alternately, native players had a fundamentally lower hazard of lumbar/thoracic spine wounds (RR 0.61, 95% CI 0.41–0.91), crotch strains/osteitis pubis (RR 0.75, 95% CI 0.58–0.96) and Achilles ligament wounds (RR 0.32, 95% CI 0.12–0.86). The outcomes for the above wounds were likewise critical as far as games missed. There was no distinction between generally hazard of injury (RR 1.03, 95% CI 0.96–1.10) or missed games (RR 1.00, 95% CI 0.97–1.04). This proposes that native AFL players have similar generally number of wounds and missed games, however a marginally unique injury profile.

Keywords: Sports Wounds, Native, Native, Australian Football, Afl

INTENSE IMPACTS OF POLYPHENOLS FROM CRANBERRIES AND GRAPE SEEDS ON ENDOTHELIAL CAPACITY AND EXECUTION IN TIP TOP COMPETITORS

Connor WOOD

Canada

Abstract: We inspected how admission of polyphenols adjusts brachial supply route stream intervened widening (FMD) very still, and cycling anaerobic execution, in world class competitors. In the principal randomized get over study, FMD was estimated over a three-hour time span on two events in eight tip top male and female competitors after intense utilization of either polyphenols from cranberries and grape seeds (600 mg) or a without polyphenol fake treatment drink. Utilization of the polyphenol-rich beverage prompted a critical expansion in FMD contrasted with fake treatment ($p = 0.02$), with a top at 60 min. In a subsequent report, 12 world class male and female competitors finished a three-kilometer time preliminary (TT) on an ergocycle on two events in arbitrary request, either after utilization of 800 mg of polyphenols or a fake treatment. Intense admission of the polyphenol remove no affected the three-kilometer time preliminary culmination. Nonetheless, plasma lactate levels were essentially lower previously, then after the fact the TT when subjects burned-through the polyphenols versus fake treatment ($p < 0.05$). Results recommend that polyphenols from cranberries and grape seeds intensely changes FMD very still in first class competitors yet this doesn't convert into improved cycling anaerobic execution.

Keywords: Polyphenol, Competitor, Endothelial Capacity, Fmd

MATERIALS, PLANS AND NORMS UTILIZED IN SKI-BOOTS FOR SNOW CAPPED SKIING

Wayne Stephon Ali LAGMAY

Philippines

Abstract: This audit paper reports the new advances in the review, plan and creation of ski-boots for snow capped skiing. An outline of the various plans and the materials utilized in ski-boot development is given giving specific accentuation with the impact of these boundaries on the last exhibitions and on the avoidance of wounds. The utilization of explicit materials for ski-boots devoted to various disciplines (race skiing, investor skiing, ski-mountaineering and so on) has been related with the synthetic and actual properties of the polymeric materials utilized. A survey of the logical writing and the most intriguing licenses is additionally introduced, associating the outcomes announced with the exhibitions and modern creation of ski-boots. Ideas for new examinations and the utilization of cutting edge materials are additionally given. A last segment devoted to the guidelines engaged with ski-boot configuration finishes this survey paper. Skis have been utilized for a considerable length of time to allow the movement of individuals residing in nations where the snow was available for quite some time a year. The main skis were just board of woods with bands to interface the conventional cowhide boots utilized in the Nordic and Elevated districts. Around then skiing was basically acted in level regions to help the transportation of burdens and consequently the main sporting movement with skis was crosscountry skiing. High skiing was conceived just subsequently and, accordingly, the principal gear used to ski down the lofty landscapes of the Alps was created beginning from those generally utilized for skiing in level snow-fields (slender skis, calfskin boots and heel free ties).

Keywords: Ski-Boots, Snow Capped Skiing, Ski-Boot Materials, Ski-Boot Plan, Iso Norms

A FUNDAMENTAL KINEMATIC STRIDE INVESTIGATION OF A STRONGMAN OCCASION: THE RANCHERS WALK

Teoflyos Cherenebereck TEKLILE

Ethiopia

Abstract: This review looked to acquire some starter sagittal plane kinematic information on a typical strongman occasion (and molding exercise) 'the ranchers walk' and gain some understanding into its kinematic determinants. Five experienced obstruction prepared guys performed three, 20 m ranchers strolls at maximal speed while conveying 90.5 kg in each hand. Ranchers walk normal speed was fundamentally more prominent in the center (8.5–11.5 m) and last (17–20 m) than starting stage (0–3 m), with this likewise connected with critical expansions in step length and step rate and decreases in ground contact time. Correlations between each subject's quickest and slowest preliminaries uncovered basically no critical contrasts. Interestingly, the quickest three preliminaries (regardless of subject) had altogether more prominent step length, step rate and diminished ground contact time than the slowest three preliminaries. In view of the drive energy relationship, the creation of high front back and vertical motivations over short ground contact times might be pivotal for ranchers walk execution. Future examinations ought to use bigger examples and research the ground response and joint energy of the ranchers walk and contrast these qualities with different types of bipedal step and opposition preparing activities to get a more complete comprehension of the biomechanics of this activity.

Keywords: Biomechanics, Stride, Kinematics, Opposition Preparing, Strongman

MUSIC IN CROSSFIT—EFFECT ON EXECUTION, PHYSIOLOGICAL, AND MENTAL BOUNDARIES

Jakov GAVRILOVIĆ

Serbia

Abstract: Acquiring expanding prevalence inside the wellness area, CrossFit fills in as an engaging and proficient extreme focus preparing way to deal with foster strength and perseverance on a utilitarian level; and music is frequently used to create ergogenic outcomes. The present randomized, controlled, hybrid review pointed toward examining the impacts of music versus non-music on execution, physiological and mental results. Thirteen (age: 27.5, standard deviation (SD) 6.2 years), solid, reasonably prepared subjects performed four indistinguishable exercises more than about fourteen days. The request for the four exercises (two with, and two without music, 20 min each) was arbitrarily appointed for every person. Intense reactions in work yield, pulse, blood lactate, pace of apparent effort, seen torment, and emotional response were estimated at the fifth, tenth, fifteenth, and twentieth min during the instructional courses. Preparing with music came about in an altogether lower work yield (460.3 redundancies, SD 98.1 versus 497.8 redundancies, SD 103.7; p = 0.03). Any remaining boundaries didn't contrast between both music conditions. This is part of the way in accordance with past discoveries that as opposed to giving ergogenic impacts, applying music during CrossFit® might fill in as a more distractive improvement. Future examinations should isolate the impact of music on a more individual premise with bigger example sizes.

Keywords: Music, Execution, Mental State, Torment, Rpe, Crossfit

ABUSE WOUNDS RELATED WITH MOUNTAIN TREKKING: IS SINGLE-SPEED RIDING AN INCLINING ELEMENT?

Naghi HASHEMPOUR

Tunisia

Abstract: However mountain bikers are at critical danger for abuse injury, there is negligible quality examination depicting this relationship. Single-speed mountain trekking, in which members pedal a bicycle with just a solitary stuff, may put riders at significantly more serious danger for abuse issues because of the lopsided actual exertion related with this kind of riding. The focal point of this review was to give extra viewpoint on abuse wounds supported by mountain bikers and to decide whether single speed mountain trekking places members at more serious danger for abuse conditions. 400 and four (404) mountain bikers were studied concerning abuse wounds supported during the earlier year. Discoveries show that 63% of respondents revealed an abuse injury influencing something like one region with the most usually detailed regions being the lumbar spine, knees, hand/wrist, and cervical spine. People riding single-speed trail blazing bicycles didn't have a higher occurrence of abuse wounds than riders of various outfitted bicycles. Nonetheless, respondents who split time between riding single-speed and different outfitted bicycles were fundamentally bound to report an abuse condition than those main riding single-speed or numerous equipped bicycles ($p = 0.0104$). This gathering of riders might be at more serious danger for abuse injury because of inordinate weakness and poor biomechanics.

Keywords: Abuse Injury, Mountain Trekking, Single-Speed

INTENSE IMPACTS OF VARIOUS ORGANIZATIONS OF LITTLE SIDED AND MOLDED HANDBALL MATCH-UPS ON PULSE REACTIONS IN FEMALE UNDERSTUDIES DURING PE CLASSES

Salim KAMOLOV

Uzbekistan

Abstract: The point of this review was to dissect the effect of various configurations (2-a-side, 3-a-side and 4-a-side) on pulse reactions of female understudies during little sided and adapted handball match-ups. The pulse reactions were estimated utilizing pulse screens during actual instruction classes. Eight female understudies partook in the review (15 ± 0.0 years). The single direction ANOVA showed factual contrasts with moderate impact between the three distinct organizations (F(2, 1674) = 86.538; p-esteem < 0.001; = 0.094; Force = 1.0). The outcomes showed that more modest arrangements (2-a-side and 3-a-side) expanded the pulse reactions of female understudies during little sided and adapted handball match-ups during actual schooling (PE) classes. The outcomes likewise recommended that 2-a-side games can be utilized for anaerobic exercises and the 3-a-side and 4-a-side games can be better used to arrive at lactate-limit and for oxygen consuming exercises of extreme focus. Little sided games have been utilized in ongoing educational systems to at the same time foster the physiological, physical, specialized, strategic and sociological substance in group activities games [1]. Normally, little sided games depend on task imperatives that change a few qualities of a conventional game however keep up with the fundamental attributes.

Keywords: Handball, Pulse, Actual Training, Little Sided Games, Task Imperatives

ACTUAL LATENCY FROM THE PERSPECTIVE OF TRANSFORMATIVE MEDICATION

Ámundi ERNESTSSON

Iceland

Abstract: Movement examples of ongoing Homo sapiens are described by a stationary way of life and thus by practice inadequacy. This absence of actual work expands the danger of different constant non-transmittable illnesses and lessens wellbeing related personal satisfaction. According to the point of view of developmental medication, the high paces of non-transmittable infection among contemporary industrialized populaces might be deciphered as the consequence of a crisscross between high paces of active work in the adaptively important (ARE) and inactive late life conditions. Public vehicle, vehicles, lifts, stores and web shopping lessened every day proactive tasks drastically, thusly ongoing Homo sapiens endure the fallouts of an advantageous way of life, which is totally new in our advancement and history. The main chance to increment active work and improve wellbeing and prosperity is through brandishing exercises during recreation time. Day to day existence in present day industrialized social orders is portrayed by a low pace of actual work. There is no compelling reason to run, to scale trees or mountains or even to stroll to get food or haven. Urbanization and a serious level of innovative improvement have brought about a by and large low word related actual work and just couple of people are persuaded to be genuinely dynamic during recreation time. Therefore, ongoing Homo sapiens living in western industrialized nations can be portrayed as a stationary individual working with its fingertips and investing relaxation energy by sitting in front of the television or riding the Web

Keywords: Active Work, Sports, Transformative Medication, Stationary Way of Life, Wellbeing Hazards

IMPACTS OF PERSEVERANCE EXERCISE PREPARING AND CRATAEGUS CONCENTRATE WS 1442 IN PATIENTS WITH CARDIOVASCULAR BREAKDOWN WITH SAFEGUARDED LAUNCH PORTION – A RANDOMIZED CONTROLLED PRELIMINARY

Artur HLAVÁČEK

Czech Republic

Abstract: Debilitated exercise limit is the center indication of cardiovascular breakdown with safeguarded discharge division (HFpEF). We evaluated impacts of activity preparing and Crataegus remove WS 1442 in HFpEF and expected to distinguish systems of activity in an exploratory preliminary (German Clinical Preliminaries Register). 140 stationary HFpEF NYHA II patients on standard treatment got two months of high-impact intense exercise and half were randomized to WS 1442 900 mg/day. Manifestations, 2 km strolling time (T2km), boundaries of activity resistance, heart and vascular capacity, strong effectiveness and skeletal solid hemoglobin oxygen immersion (SO2) estimated during a treadmill convention were caught at gauge and following two months. Unfavorable occasions were recorded during the preliminary. Systems of activity were investigated by relationship and way examinations of changes. Manifestations and exercise limit improved with preparing, yet connections between's enhancements were low and way models were dismissed. SO2 expanded, diminished or undulated with expanding exercise power in individual patients and was not changed via preparing. WS 1442 further developed T2km (- 12.7% versus - 8.4%, p = 0.019), would in general further develop manifestations and to articulate SO2 decline with expanding exercise, a sign of oxygen usage. Aerobic exercise and WS 1442 were protected and all around endured in mix with standard medication treatment.

Keywords: Cardiovascular Breakdown, Hfpef, Preparing, Crataegus, Ws 1442, Nirs

ENGINE ABILITY IMPROVEMENT IN PRESCHOOLERS: HOW COMPELLING ARE MOVEMENT CARDS?

Dashaud PRINCE

Mozambique

Abstract: Techniques to early create and execute engine expertise advancement in preschoolers are inadequate. Subsequently, we analyzed the impacts of a card-based exercise advancement program in a kindergarten setting. 214 preschool youngsters (5.5 ± 0.6 y, range 4.2–6.7 y) were analyzed in the current intercession study. Weight file (BMI) and midsection circuit were estimated. Youngsters were arbitrarily relegated to the KIDZ-Box® actual work mediation program (INT: n = 107) or the benchmark group (CON: n = 107). Youngsters were prepared day by day for 15 min more than multi month at the preschool for readiness, equilibrium, perseverance and bounce execution, utilizing the card-based KIDZ-Box® media bundle. At pre-and post-testing, dynamic equilibrium, bounce and dexterity execution were tried. Cross-sectionally, nimbleness testing varied between genders ($p = 0.01$) and BMI ($p = 0.02$). Patterns towards a huge affiliation were found among BMI and side-to-side bouncing ($p = 0.1$) and shaft adjusting ($p = 0.05$). Significant interventional impacts inclining toward the mediation bunch were somewhat found for readiness ($p = 0.04$, $\eta p2 = 0.02$) and tolerably for side-to-side hopping ($p < 0.001$, $\eta p2 = 0.08$). Equilibrium execution didn't appropriately improve. As bouncing cards have been utilized regularly by the instructors, hopping upgrades are conceivable. The action cards are practically appropriate however ought to be utilized with more design during longer instructional courses.

Keywords: Kindergarten, Engine Expertise, Intercession, Preschool Youngsters, Work Out

GET WHEELIN' IN WESTLAWN: MOUNTING A BICYCLING PROJECT IN A LOW-PAY MINORITY METROPOLITAN PEOPLE GROUP

Pylyp Mykytovych PANCHUK

Ukraine

Abstract: Situated in Milwaukee, Wisconsin, USA, the Westlawn area is home to the Province of Wisconsin's biggest public lodging improvement. Westlawn is a low-pay, African-American metropolitan local area that experiences a wide scope of wellbeing and natural inconsistencies. A people group based participatory activity (CBPA) group was framed to address ecological medical problems in Westlawn, and observed asthma rates there are among the most noteworthy in the State. Diminishing air contamination, and relating asthma triggers, turned into a need for the local area. The CBPA group fostered a bicycling project to decrease trips made via vehicle and further develop air quality in the Westlawn area. Contribution from center gathering gatherings molded the turn of events, execution and development of the bicycling program. While the program was initially imagined to address ecological medical problems, it gave key discoveries concerning how to empower bicycling in low-pay minority metropolitan networks. An absence of bicycle shops in or close to Westlawn was the principal hindrance to cycling that was distinguished. The east side of Milwaukee and its wealthy rural areas have an assortment of bicycle shops that sell all levels and sorts of bikes, have completely staffed bicycle fix benefits, and are open in the nights and on ends of the week. Westlawn, nonetheless, is situated in northwest Milwaukee, and occupants don't have simple admittance to bicycle shops.

Keywords: Bicycling, African-American, People Group Based Participatory Activity, Wellbeing Variations

INVESTIGATION OF WIND INFORMATION FOR SPORTS EXECUTION PLAN: A CONTEXTUAL ANALYSIS FOR CRUISING SPORTS

Manas AKMATOV

Kyrgyzstan

Abstract: Ecological conditions influence outside sports execution. This is especially evident in certain games, particularly in the game of cruising, where natural boundaries are very persuasive as they collaborate straightforwardly with vital investigation of the race region and afterward with vital examination of the actual exhibition. Hence, this exploration presents a creative philosophy for the essential examination of the race course that depends on the coordinated evaluation of meteorological information estimated on the ground, meteorological information estimated adrift during the preparation exercises and the aftereffects of the CALMET model in hindcasting over a restricted scale. The outcomes got by the above investigation are then incorporated into a graphical portrayal that gives to mentors and competitors the really essential headings of the race course in a basic and simple to-utilize way. The creators accept that the imaginative strategy that has been embraced in the current examination might address another way to deal with the coordinated investigation of meteorological information on beach front conditions. Then again, the consequences of this investigation, whenever gave a proper method of meta-communication adjusted to the game areas, can be utilized viably for the improvement of competitors' exhibitions.

Keywords: Cruising, Sport Methodology, Sport Execution, Wind Examination, Calmet

A FIELD INVESTIGATION OF LOW-TOP VERSUS MID-TOP VERSUS HIGH-TOP AMERICAN FOOTBALL SPIKES

Mazyar BAHADORI

Tunisia

Abstract: Not many examinations have inspected the job of shoe tallness with regards to American football spikes. Eighteen grown-up guys (28.4 ± 1.9 years, 182.3 ± 0.6 cm, 75.7 ± 1.6 kg) performed four football drills (60-yd run, 54-yd cutting drill, 5-10-5 drill [pro spryness drill], and stepping stool hopping drill) in low-top, mid-top, and high-top American football spikes. Drill-explicit execution results were estimated after each drill, and the subjects' lower leg scope of-movement (dorsiflexion, plantarflexion, eversion, reversal) and impression of the footwear (solace, weight, strength) were evaluated prior and then afterward each drill grouping. Execution results were not affected by shoe stature. The high-top fitting restricted dorsiflexion and reversal, however not plantarflexion or eversion, contrasted with low-top and mid-top spikes. Competitors appraised the high-top spikes as less agreeable and heavier than either the low-top or mid-top spikes, however saw the mid-top and high-top spikes to be similarly steady to one another, and both more steady than the low-top spikes. Scope of-movement and execution scores didn't change because of intense exercise. These discoveries recommend that high-top spikes might restrict lower leg movements related with injury without perniciously impacting execution, however competitors may not see the high-top spikes as well as low-or mid-top spikes.

Keywords: Spryness, American Football, Cutting, Drills, Footwear, Goniometry, Scope Of-Movement, Shoes, Speed, Running

A FACTUAL VIEWPOINT ON RUNNING WITH PROSTHETIC LOWER-APPENDAGES: A BENEFIT OR DETRIMENT?

Mahan JALALI

Pakistan

Abstract: Innovative improvements have prompted the expanded utilization of carbon fiber and prosthetic lower-appendages in running occasions at the Paralympic Games. This review means to take advantage of a progression of factual methods to set up a reaction to the indispensable inquiry of whether using prosthetic feet can influence a competitors capacity when running seriously at the Paralympics Games by looking at both inside and between various orders. The concentrate additionally considers the contrasts between running on organic appendages and prosthetic lower-appendages according to a mechanical perspective. The outcomes from the male 100 m, 200 m and 400 m at the 2012 London Paralympic Games have been the wellspring of this examination. The examination gives factual proof to recommend that the quantity of prosthetic appendages utilized and the construction of such appendages essentially affect the result of track occasions at the Paralympic Games.New advances are progressively utilized to upgrade the human body and psyche past the contemporary principles that classifies individuals. At the Paralympic Games, composite energy stockpiling and return prosthetic lower-appendages are as of now broadly utilized by competitors. This thusly makes one wonder; does the utilization of prosthetic lower-appendages improve a competitors running capacity? Then again, there is whether or not the utilization of prosthetic lower-appendages is a benefit or weakness? This review is pointed toward furnishing replies to these inquiries with the guide of different factual methods. To accomplish this point, we think about two urgent pieces of a running rivalry; the beginning stage where competitors start the race, and the exhibition during the opposition.

Keywords: Paralympic Games, Prosthetic Lower-Appendages, Factual Investigation, Running

PITCH GROUPING INTRICACY AND LONG HAUL PITCHER EXECUTION

Ulan YUSUPOV

Kyrgyzstan

Abstract: Winning a couple of games during a Significant Association Baseball (MLB) season is frequently the distinction between a group progressing to post-season play, or "delaying until the following year". Innovation propels have made it practical to increase verifiable information with in-game relevant information to give administrators prompt bits of knowledge in regards to an adversary's best course of action, in this manner giving a strategic advantage. We created factual models of pitcher conduct utilizing pitch groupings tossed during three ongoing MLB seasons (2011–2013). The reason for these models was to anticipate the following pitch type, for every pitcher, in view of information accessible at the quick second, in each at-bat. Autonomous models were produced for every player's most successive four pitches. The general consistency of next pitch type is 74:5%. Extra examinations on pitcher consistency inside explicit game circumstances are talked about. At last, utilizing straight relapse investigation, we show that a file of pitch grouping consistency might be utilized to project player execution as far as Procured Run Normal (Period) and Handling Autonomous Pitching (FIP) over a more extended term. On a limited scope of the free factor, diminishing intricacy in determination of pitches is related with higher upsides of both FIP and Period for the players addressed in the example. The two models were huge at the $\alpha = 0.05$ level (Period: $p = 0.022$; FIP: $p = 0.0114$). With additional turn of events, such models might decrease hazard looked by the executives in assessment of possible exchanges, or to scouts evaluating doubtful arising ability. Pitchers themselves may profit from attention to their individual factual inclinations, and adjust their conduct on the hill appropriately. As far as anyone is concerned, the prescient model relating pitch-wise intricacy and long haul execution seems, by all accounts, to be novel.

Keywords: Ai, Grouping Intricacy, Sports Investigation, Execution Forecast

THE MOVEMENT OF MALE 100 M RUNNING WITH A LOWER-APPENDAGE REMOVAL

Finlay MASON

United States of America

Abstract: While different rivalries, for example, Big showdowns and the Paralympic World Cup both deal cutthroat freedoms for competitors with an inability, the longest recorded and most popular occasion is the Paralympic Games. The primary Paralympic Games occurred in 1960 and a particular occasion for lower-appendage amputee running started in 1976. The run running distances of 100, 200 and 400 m for both male and female competitors all exist inside the Paralympic program. Be that as it may, just the male 100 m has reliably occurred beginning around 1976. Running with a lower-appendage removal more than 100 m has occurred in the Paralympic Games for more than thirty years. The point of this paper is to measurably assess the exhibitions and interest levels of such competitors during this period. The degree of execution improvement over a 36-year time frame was proposed to be altogether more noteworthy than the physically fit same. Combined with this, a significant spike in amputee running execution improvement was displayed to happen from 1984–1988. This backings recently recorded records of a significant mechanical change being made right now. At long last, while the normal exhibition of the medallists has expanded reliably over the 36-year history, the general cooperation in the occasion fell altogether after 1988 and didn't recuperate until 2012.

Keywords: Amputee, Running, Paralympic Games

EPIDEMIOLOGICAL SURVEY OF WOUNDS IN RUGBY ASSOCIATION

Mahadaji JAYAVANT

India

Abstract: Rugby Association is known as a physical game. Battling for ownership of the ball (during contact, when running, when the game beginnings again with a scrum or lineout, or when the ball is kicked this way and that) is one of the essential qualities of the game. The focus in the group possessing the ball is two-overlap: to hold ownership of the ball or to deny the other group of the ball by pushing it ahead and to score focuses utilizing their specialized and actual capacities. The epidemiological over-view of wounds happening during this game (by position, season of match, sort of surface, and so forth) is needed to feature the danger factors for wounds and to have the option to build up explicit deterrent conventions for each position. Rugby is a game that is filling in notoriety. A physical game second to none, it causes countless wounds. In Rugby Association, there are 30 to 91 wounds for every 1000 match hours. This epidemiological audit of wounds brought about by rugby players makes reference to the position and kind of wounds, the causes, time during the match and season in which they happen and the players' situations just as the length of players' nonappearances following the injury.

Keywords: Wounds, Rugby Association, The Study of Disease Transmission

IMPACT OF LEVEL AND DOWNHILL RUNNING ON BREATHING PROFICIENCY

Páidí MOYNIHAN

Ireland

Abstract: Ventilatory counterparts for oxygen and carbon dioxide are physiological proportions of breathing proficiency, and are known to be impacted by the force and method of activity. We inspected the impact of level running (inclination 0%) and muscle-harming downhill running (−12%), coordinated for oxygen take-up, on the ventilatory reciprocals for oxygen () and carbon dioxide (). Nine men (27 ± 9 years, 179 ± 7 cm, 75 ± 12 kg, : 52.0 ± 7.7 mL·kg−1·min−1) finished two 40-min running sessions (5 × 8-min with 2-min between session rest), one level and one downhill. Running power was coordinated at 60% of maximal metabolic same. Maximal isometric power of m.quadriceps femoris was estimated previously, then after the fact the running sessions. Information was dissected with 2-way ANOVA or matched examples t-tests. Running rate (downhill: 13.5 ± 3.2, level: 9.6 ± 2.2 km·h−1) and isometric power shortfalls (downhill: 17.2 ± 7.6%, level: 2.0 ± 6.9%) were higher for downhill running. Running sessions for level and downhill slopes had , pulses and respiratory trade proportion esteems that were not diverse showing coordinated with power and metabolic requests. During downhill running, the , (downhill: 29.7 ± 3.3, level: 27.2 ± 1.6) and (downhill: 33.3 ± 2.7, level: 30.4 ± 1.9) were 7.1% and 8.3% higher ($p < 0.05$) than level running. All in all, breathing effectiveness seems lower during downhill running (i.e., muscle-harming exercise) contrasted with level running at a comparable moderate force.

Keywords: Offbeat Exercise, Muscle Harm, Ventilatory Same, Metabolic Same, Moderate Force, Treadmill Running

THE RELATIONSHIP BETWEEN ANTHROPOMETRIC FACTORS, PRACTICAL DEVELOPMENT SCREEN SCORES AND 100 M FREE-FORM SWIMMING EXECUTION IN YOUTH SWIMMERS

Soheila HAYAII

Libya

Abstract: This review inspected the relationship between anthropometric factors, Practical Development Screen (FMS) scores and 100 m free-form swimming execution in early young adult swimmers. Fifty serious, public level, youth swimmers (21 guys, 29 females, mean age ± SD = 13.5 ± 1.5 years, age range 11–16 years) played out an "full scale" 100 m free-form (front slither) swim as quick as possible in a 50 m pool. A middle separation for 100 m planned swim was additionally used to isolate the example into quicker or more slow gatherings. Tallness, weight, skinfolds and appendage lengths were likewise surveyed. Development was determined as a substitute utilizing anthropometric measures and members additionally embraced the FMS as a proportion of practical execution. In reverse direct relapse showed a huge model (p = 0.0001, Changed R2 = 0.638) clarifying 63.8% of the fluctuation in swim execution with complete amount of skinfolds, upper leg length, lower leg length, hand length and absolute stature essentially adding to the model. Swimmers who were classed as quick had lower complete amount of skinfolds (p = 0.005) and higher all out FMS score (p = 0.005) contrasted with their more slow companions. In outline, this review shows that anthropometric factors essentially clarified the difference in 100 m free-form swimming execution in youth swimmers.

Keywords: Pediatric, Skinfolds, Appendage Length, Practical Execution

THE SLUGGISH YOUTH-REST AND THE IMPACT OF ACTIVITY: AN ACCOUNT AUDIT

Zulkipli BIN MERDEKA

Malaysia

Abstract: The capacity of rest is multi-layered, and complex. Exploration on the significance of rest, and results of rest misfortune, show its importance on different substantial, intellectual and psychosocial results. Curcio and partners appropriately characterize rest as a functioning, dreary and reversible conduct serving a few distinct capacities, like fix and development, learning or memory combination, and helpful cycles. In view of this all-overrunning definition, rest alone could have huge ramifications on school execution and wellbeing among teenagers (In this survey we functionally characterize "juvenile" as a person with a sequential age somewhere in the range of 10 and 20 years old). Rest is pivotal to the physiological and mental advancement of youth. The ramifications of deficient rest on learning and school execution are all around archived. In any case, satisfactory rest regularly goes neglected because of a blend of organic, cultural, and ecological elements, particularly during youthfulness. In the current survey, the progressions to juvenile rest examples, and its results on discernment and learning are momentarily investigated. We then, at that point, audit the experimental writing of the job of activity in directing young adult rest examples, and its expected systems.

Keywords: Pre-Adulthood, Youngsters, Rest, Work Out

AN OUTLINE OF THE RUNNING EXHIBITION OF COMPETITORS WITH LOWER-APPENDAGE REMOVAL AT THE PARALYMPIC GAMES 2004–2012

Sidqi EL-DAOUD

Saudi Arabia

Abstract: Competitors who have some degree of inability have partaken in serious games for longer than a century. Anyway it was not until after the Subsequent Universal Conflict that the principal formalized game for the handicapped individuals occurred. This was at first situated in Stir up Mandeville in the UK and in the end straightforwardly impacted what has therefore become known as the Paralympic Games from 1960 . This paper investigations the exhibitions of lower-appendage amputees in the 100, 200 and 400 m running occasions from the 2004, 2008 and 2012 Paralympic Games. In this paper, four theories are sought after. In the main, it explores whether the running exhibition of lower-appendage amputees more than three back to back Paralympic Games has changed. In the second, it finds out if a bi-parallel amputee enjoys a serious upper hand over a uni-sidelong amputee. In the third, the impact of edge characterization has been thought of and we endeavor to see whether amputees in different arrangements have diverse degree of execution. At last, it is viewed as regardless of whether the last round of contest acquires various degrees of execution in contrast with the capability warms. In light of the results of these examinations, it is suggested that future amputee-based running occasions ought to be attempted with isolated and not consolidated occasions for the T42, T43 and T44 characterizations at the Paralympic Games.

Keywords: Running, Paralympic Games, Bi-Horizontal Amputee, Competitors

CONNECTION BETWEEN THE ACCELERATING BIOMECHANICS AND STRAIN OF BIKE EDGE DURING SUBMAXIMAL TESTS

Kamyar RAYEGAN

Bahrain

Abstract: The point of this review was to investigate the impact of powers applied to pedals and wrenches on the strain forced to an instrumented bike motocross (BMX) outline. Utilizing results from a limited component examination to decide the localisation of most noteworthy pressure, eight strain measures were situated on the down tube, the seat tube and the right chain stay. Before the accelerating tests, static burdens were applied to the edge during seat tests. Two accelerating conditions have been examined. In the principal, the rider was in static standing situation on the pedals and applied maximal strong isometric power to the right pedal. The second accelerating condition compares to three accelerating run tests at submaximal powers at 150, 300 and 550 W on a cycle-coach. The outcomes showed that more modest strain was seen in the accelerating condition than in the rider static standing position condition. The most elevated strains were situated in the seat tube and the right chain stay close to the base section region. The greatest pressure saw through all conditions was 41 MPa on the right chain stay. This pressure was multiple times lower than the yield pressure of the casing material (460 MPa). This convention could assist with adjusting the casing plan to the riders as an element of their power and mechanical power yield. These outcomes could likewise assist with planning BMX outlines for explicit populaces (females) and rider morphology.

Keywords: Biomechanics, Cycling, Bmx Outline, Pedal Powers

A REVIEW AUDIT FROM 2006 TO 2011 OF LOWER LIMIT WOUNDS IN BADMINTON IN NEW ZEALAND

Luiz BAPTISTA

Portugal

Abstract: Point: To depict lower limit wounds for badminton in New Zealand. Techniques: Lower appendage badminton wounds that brought about claims acknowledged by the public insurance agency Mishap Remuneration Partnership (ACC) in New Zealand somewhere in the range of 2006 and 2011 were explored. Results: The assessed public injury occurrence for badminton wounds in New Zealand from 2006 to 2011 was 0.66%. There were 1909 lower appendage badminton injury claims which cost NZ$2,014,337 (NZ$ esteem more than 2006 to 2011). The age-groups every now and again harmed were 10–19 (22%), 40–49 (22%), 30–39 (14%) and 50–59 (13%) a long time. 65% of lower appendage wounds were knee tendon injuries/tears. Guys supported more cruciate tendon injuries than females (75 versus 39). Developments including turning, adjusting course, moving weight, turning or winding were liable for 34% of lower limit wounds. End: The knee was most often harmed which could be expected to multi-planar stacking. Turning or cutting developments normally include movement in the front facing and cross over planes that might put the knee at more serious danger of injury than development in the sagittal plane alone. Further exploration on badminton explicit developments is justified to more readily comprehend the instruments of lower limit wounds in the game. Sports medication and backing staff should consider the vulnerability of the knee to injury when planning preparing and injury anticipation programs given the huge number of shift in course developments during badminton.

Keywords: Badminton, Injury, Rate, Cost, Body Site, Type, Seriousness

NEUROMUSCULAR RETRAINING IN FEMALE YOUNG ADULT COMPETITORS: IMPACT ON ATHLETIC EXECUTION FILES AND NONCONTACT FOREMOST CRUCIATE TENDON INJURY RATES

Mikk NURME

Estonia

Abstract: While numerous front cruciate tendon (upper leg tendon) counteraction programs have been distributed, few have accomplished huge decreases in injury rates and enhancements in athletic execution records; the two of which might build consistence and inspiration of competitors to take an interest. A directed neuromuscular retraining program (18 meetings) was created, pointed toward accomplishing both of these targets. The progressions in neuromuscular lists were estimated in the wake of preparing in 1000 female competitors matured 13–18 years, and the noncontact upper leg tendon injury rate in 700 of these prepared competitors was contrasted and that of 1120 control competitors. There were critical upgrades in the drop-bounce test, ($p < 0.0001$, impact size [ES] 0.97), the single-leg triple hybrid jump ($p < 0.0001$, ES 0.47), the t-test ($p < 0.0001$, ES 0.64), the multi-stage wellness test ($p < 0.0001$, ES 0.57), hamstring strength ($p < 0.0001$), and quadriceps strength ($p < 0.01$). The prepared competitors had a critical decrease in the noncontact upper leg tendon injury frequency rate contrasted and the controls (1 leg tendon injury in 36,724 competitor openings [0.03] and 13 upper leg tendon wounds in 61,244 openings [0.21], individually, $p = 0.03$). The neuromuscular retraining program was powerful in diminishing noncontact upper leg tendon injury rate and further developing athletic execution pointers.

Keywords: Front Cruciate Tendon, Neuromuscular Retraining, Noncontact Upper Leg Tendon Injury, Female Competitor

VIABILITY OF VARIOUS REST SPANS FOLLOWING ENTIRE BODY VIBRATION ON VERTICAL LEAP EXECUTION BETWEEN SCHOOL COMPETITORS AND CASUALLY PREPARED FEMALES

Zlatko PUŠKARIĆ

Croatia

Abstract: The reason for this review was to assess the impact of various rest spans following entire body vibration on counter-development vertical leap execution. Sixteen females, eight casually prepared and eight varsity competitors elected to take an interest in four testing visits isolated by 24 h. Visit one went about as an acclimation visit where subjects were acquainted with the counter-development vertical leap and entire body vibration conventions. Visits 2–4 contained 2 randomized conditions. Entire body vibration was managed in four episodes of 30 s with 30 s rest between sessions. During entire body vibration subjects played out a quarter squat each 5 s, mimicking a counter-development vertical leap. Entire body vibration was trailed by three counter-development vertical leaps with five diverse rest stretches between the vibration openness and bouncing. For a control condition, subjects performed squats with no entire body vibration. There was a huge ($p < 0.05$) principle impact for time for vertical leap tallness, top power yield, and relative ground response powers, where a larger part of people max hop from all entire body vibration conditions was more noteworthy than the control condition. There were huge ($p < 0.05$) bunch contrasts, showing that varsity competitors had a more prominent vertical leap tallness and pinnacle power yield contrasted with casually prepared females. There were no huge ($p > 0.05$) bunch contrasts for relative ground response powers. Specialists as well as strength and molding mentors might use entire body vibration to improve intense counter-development vertical leap execution subsequent to recognizing people ideal rest time to amplify the potentiating impacts.

Keywords: Rest Time, Counter-Development, Warm-Up, Athletic Ladies

KINEMATICS AND ENERGY OF YOUTH BASEBALL CATCHERS AND PITCHERS

Pastukh Fyodor (Fedya) ROSTISLAVOVICH

Russia

Abstract: The reason for this review was to analyze the tossing kinematics and energy of youth catchers and pitchers. It was conjectured that catchers and pitchers would show contrasts all through the tossing movement. Elucidating insights were utilized to explore kinematics during the four occasions of tossing: foot contact (FC), most extreme shoulder outer revolution (MER), ball discharge (BR) and greatest shoulder interior turn (MIR). Also, energy were researched inside periods of the occasions: Stage 1 (positioning; FC to MER), Stage 2 (speed increase; MER to BR) and Stage 3 (deceleration; BR to MIR). Results uncovered huge distinction in middle flexion, parallel flexion, pelvis sidelong flexion and portion speeds between the catchers and pitchers. In light of information from the current review, apparently the young catchers execute their toss as they have been told. It is hazy if the tossing mechanics showed by these young are productive for a catcher, consequently further examination is expected to decide long haul injury helplessness. Biomechanical examination of youth tossing proceeds to advance and has taken on another resurgence with the emphasis on injury anticipation. Until this point in time, a larger part of the accessible information committed to biomechanics of tossing has zeroed in on youth pitchers

Keywords: Baseball, Catchers, Tossing, Furthest Point, Youth

POINT EXPLICIT EXAMINATION OF SIDE-TO-SIDE LOPSIDEDNESS IN THE SHOULDER ROTATORS

Bruno MARTÍNEZ

Chile

Abstract: Albeit side-to-side lopsidedness of the shoulder rotators determined by autonomous pinnacle force (IPT) has been utilized for translation of injury hazards in competitors, it may not quantify strength through the whole scope of movement (ROM) tried. The point of this review was to contrast side-with side unevenness of the shoulder rotators between free pinnacle force (IPT) and ten-degree point explicit force (AST). Twenty sound grown-up guys (24.65 ± 2.4 years) performed concentric and unpredictable inner pivot (IR) and outside revolution (trama center) of the liked and non-favored arms on an isokinetic dynamometer at 60°/s through 150° of absolute ROM. The absolute ROM was partitioned into 14 ten-degree points of the physiological ROM from −90° of emergency room to 60° of IR. Concentric and unpredictable IR IPT (10.5% ± 8.7% and 12.1% ± 7.2%) and emergency room IPT (13.6% ± 9.8% and 8.7% ± 5.6%) were essentially not exactly AST at a few points ($p < 0.05$). IPT may prompt mistaken understandings of side-to-side imbalance in the shoulder rotators and doesn't address the whole ROM tried. This data could be utilized to recommend strength activities to improve overhead execution and lessen hazard of shoulder wounds.

Keywords: Point Explicit Force, Autonomous Pinnacle Force, Strength Awkwardness, Injury Avoidance, Execution Upgrade

SUGGESTIONS FOR SELECTING AND HOLDING JUVENILE YOUNG LADIES IN ONGOING ACTIVITY (PREPARING) EXPLORATION STUDIES

Aliona PRODAN

Moldova

Abstract: Broad difficulties are frequently experienced while selecting members to persistent exercise (preparing) considers. High member trouble during ongoing activity preparing projects can bring about low take-up to or potentially helpless consistence with the review. The point of this subjective review was to distinguish factors influencing young adult young ladies' enrollment and adherence to ongoing activity preparing research examines. 26 juvenile young ladies (matured 12 to 15 years) partook in one of five center gatherings talking about enrollment and maintenance to practice physiology research including a constant exercise preparing program. A topical investigation was utilized to examine the information and eight last subjects were inductively recognized. Seven proof based reasonable proposals are recommended to work on the enlistment and maintenance of members for forthcoming, constant exercise preparing contemplates. Fruitful enlistment requires: (I) the characterizing of activity related terms; (ii) fitting decision of enrollment material; and (iii) a comprehension of member inspirations. Maintenance systems include: (iv) customary checking of member thought processes; and (v) little gatherings which encourage companion and scientist support. At last, (vi) companionship and capacity bunches were inclined toward notwithstanding (vii) an assortment of exercises to elevate adherence to an activity preparing program.

Keywords: Young Adult, Work Out, Center Gatherings, Wellbeing Advancement, Research Interest

TONING IT DOWN WOULD BE IDEAL: THE PHYSIOLOGICAL REASON FOR TIGHTENING IN PERSEVERANCE, STRENGTH, AND POWER COMPETITORS

Ibrahim KRANJEC

Slovenia

Abstract: Tighten, or decreased volume preparing, further develops rivalry execution across a wide range of activity modes and populaces. This paper expects to feature the physiological systems, in particular in skeletal muscle, by which tighten further develops execution and give a viable writing based reasoning for carrying out tighten in differed athletic disciplines. Extraordinary consideration will be paid to strength-and power-arranged competitors as tighten is under-examined and regularly neglected in these populaces. Tightening can best be summed up by the proverb "toning it down would be ideal" on the grounds that kept up with power and decreased volume preceding contest yields critical execution benefits. Tighten can be characterized as an organized decrease in preparing volume (when contrasted with top preparing load) for a particular timeframe preceding athletic rivalry as a way to upgrade execution. In less difficult terms, tighten is formalized recuperation preparing that happens after a weighty preparing block. Rest as a necessary part of preparing is certifiably not a new idea. The significance of mandatory recuperation time during preparing was perceived as right on time as the antiquated Olympic games.

Keywords: Tighten, Decreased Volume Preparing, Periodization, Skeletal Muscle, Fiber Type

THE IMPACT OF IRON WEIGHT SWING BURDEN AND RHYTHM ON PHYSIOLOGICAL, PERCEPTUAL AND MECHANICAL FACTORS

Naser TARROKH

Bahrain

Abstract: This review analyzed the physiological, perceptual and mechanical reactions to portable weight swings at various loads and swing speeds. Following acquaintance 16 strength prepared members (10 guys, six females, mean age ± SD = 23 ± 2.9) performed four preliminaries: 2 min portable weight swings with a 8 kg portable weight at a quick rhythm; 2 min portable weight swings with a 8 kg portable weight at a sluggish rhythm; 4 min iron weight swings with a 4 kg iron weight at a quick rhythm; 4 min iron weight swings with a 4 kg iron weight at a lethargic rhythm. Rehashed estimated examination of change showed no critical contrasts in top blood lactate or pinnacle net vertical power across burdens and rhythms ($P > 0.05$). Huge fundamental impact for time for pulse showed that pulse was higher toward the finish of every session than at mid-point ($P = 0.001$). A huge Burden X rhythm cooperation for rating of apparent effort (RPE) ($P = 0.030$) uncovered that RPE esteems were essentially higher in the 8 kg slow rhythm condition contrasted with the 4 kg slow ($P = 0.002$) and 4 kg quick ($P = 0.016$) conditions. In outline, this review shows that the physiological and mechanical reactions to portable weight swings at 4 kg and 8 kg loads and at quick and slow rhythm were comparative, though the perceptual reaction is more prominent when swinging a 8 kg iron weight at slow rhythm.

Keywords: Power, Swing, Nontraditional Preparing, Obstruction Work Out

FURTHEST POINT MUSCLE ACTUATION DURING BODYBLADE ACTIVITIES FOLLOWING A MONTH AND A HALF OF MEDIATION ZEROING IN ON THE LUMBOPELVIC-HIP COMPLEX

Robert SIMON

Luxembourg

Abstract: The current review analyzed the impacts of a six-week lumbopelvic-hip complex (LPHC) reinforcing program on muscle enactment when playing out the shoulder dump work out. The shoulder dump is an all out body practice that incorporates overhead arm developments. A pre-post test with a benchmark group was executed. 27 alumni understudies (23.5 ± 1.34 yr; 174.4 ± 11.0 cm; 76.6 ± 16.9 kg) partook. Members were arbitrarily relegated to a control or mediation bunch where the intercession bunch performed LPHC works out. Two-way examination of fluctuation (ANOVA) uncovered a huge expansion in muscle actuation of the serratus front from pre-and post-LPHC mediation, ($t = 6.5$, $p < 0.001$). As introduced by these information, consolidation of LPHC activities might help with working with more noteworthy initiation in a portion of the scapula-balancing out muscular structure that has customarily been restored in inclined or side-lying positions. It is, in this way, proposed that LPHC practices be joined in a customary shoulder recovery program. The motor chain way to deal with dynamic furthest point development designs centers around glenohumeral movement, first through scapular control and afterward through hip strength. It is the pelvis, basically, giving a stage to the scapula which, thusly, gives a steady stage to the shoulder. Subsequently, it is acknowledged that scapula control is facilitated through a steady base of help from the storage compartment and pelvis, basically permitting the muscle structure of the lumbopelvic-hip complex to start shoulder development.

Keywords: Center, Electromyography, Useful Shoulder Restoration, Motor Chain

AN EXAMINATION OF CHEST AREA STRENGTH BETWEEN ROCK CLIMBING AND OBSTRUCTION PREPARED MEN

Tijani BURNETT

South Africa

Abstract: Studies have shown that exceptional stone climbers have more prominent chest area strength than that of fledgling climbers or non-climbers. The reason for this review was to analyze chest area strength between rock climbing and obstruction prepared men. Fifteen opposition prepared men (age 25.28 ± 2.26 yrs; stature 177.45 ± 4.08 cm; mass 85.17 ± 10.23 kg; muscle to fat ratio 10.13 ± 5.40%) and 15 stone climbing men (age 23.25 ± 2.23 yrs; tallness 175.57 ± 8.03 cm; mass 66.66 ± 9.40 kg; muscle versus fat 6.86 ± 3.82%) elected to take part. Rock climbing (RC) men had been moving for something like two years, 2–3 times each week, ready to move somewhere around a stone rating of V4–5 and had no current wounds. Opposition prepared (RT) men had been absolute body strength preparing for somewhere around two years, 2–3 times each week with no current wounds. Every member performed pull-ups to disappointment, grasp strength, and squeeze strength. RT were fundamentally more established and heavier than RC. RC performed fundamentally more draw ups (19.31 ± 4.31) than RT (15.64 ± 4.82). RC had more prominent relative squeeze strength (R 0.27 ± 0.10 kg/kg; L 0.24 ± 0.07 kg/kg) than RT (R 0.19 ± 0.04 kg/kg; L 0.16 ± 0.05 kg/kg) and more noteworthy relative grasp strength (R 0.70 ± 0.10 kg/kg; L 0.65 ± 0.12 kg/kg) than RT (R 0.57 ± 0.14 kg/kg; L 0.56 ± 0.15 kg/kg). Generally speaking, RC men showed more noteworthy execution in tests including relative strength when contrasted with RT men. Rock climbing can advance expanded chest area strength even without any conventional obstruction preparing.

Keywords: Hold, Finger, Squeeze, Pull-Ups, Push-Ups, Relative

ACCOUNTS OF PSYCHOSOCIAL REACTION TO MICROTRAUMA INJURY AMONG MARATHON RUNNERS

Nataye Liben KETEMA

Ethiopia

Abstract: Competitors with microtrauma or abuse wounds coming about because of an aggregation of rehashed little powers might contrast from competitors with macrotrauma or intense wounds in their psychosocial reactions in light of the interesting difficulties introduced by these slippery beginning and regularly persistent wounds. Our motivation was to utilize account request to analyze the psychosocial encounters and reactions of 10 marathon runners who had encountered microtrauma wounds. Subjective information investigation of meeting information prompted a sequential timetable of the injury experience and an evaluation of the importance credited to these injury encounters utilizing a variety of Mishler's center account approach. Members detailed particular contemplations, sentiments, and practices during each period of the injury—pre-injury, injury beginning, and result. In the pre-injury time frame, members demonstrated explicit running-related objectives and ascribed their wounds to overtraining or an adjustment of preparing. During the injury beginning stage, members reliably demonstrated two subjects: self-finding and treatment, and not getting some much needed rest. Inside the result period of injury, members recognized changed preparing due to the injury, and illustrations gained from their physical issue encounters. The accounts of microtrauma-harmed sprinters uncovered psychosocial trouble and conduct inclinations post-injury that have significant ramifications for sprinters, mentors, and medical services experts.

Keywords: Injury, Running, Persistent Injury, Sport Brain Science

ACTUAL WORK AND GASTROINTESTINAL MALIGNANT GROWTHS: ESSENTIAL AND TERTIARY PREVENTIVE IMPACTS AND CONCEIVABLE ORGANIC INSTRUMENTS

Cortez ACOSTA

Argentina

Abstract: Gastrointestinal diseases represent 37% of all malignant growth passings around the world, underlining the need to additionally research modifiable variables for gastrointestinal disease hazard and forecast. This audit sums up the relating proof for actual work (Dad), including, momentarily, conceivable organic instruments. Notwithstanding high general wellbeing significance, there is as yet a shortage of studies, particularly for tertiary avoidance. Other than the persuading proof regarding advantageous impacts of Dad on colon malignant growth hazard, clear danger decrease for gastroesophageal disease was recognized, just as feeble signs for pancreatic malignant growth. Reverse affiliations were noticed for liver malignant growth, yet in light of not many investigations. Just for rectal disease, Dad had all the earmarks of being not related with malignant growth hazard. Concerning disease explicit mortality of everybody, distributed information were uncommon however demonstrated intriguing proof of defensive impacts for colon and liver malignant growth, and less significantly for rectal and gastroesophageal malignant growth. Studies in malignant growth patients on disease explicit and complete mortality were distributed for colorectal disease just, furnishing great proof of backwards relationship with post-finding Dad. In general, proof of relationship of Dad with gastrointestinal malignant growth hazard and movement is promising yet restricted. Be that as it may, the generally accessible information further underlines the significance of Dad to battle disease.

Keywords: Actual Work, Gastrointestinal Malignant Growth, Avoidance, Disease Hazard, The Study Of Disease Transmission

THE IMPACT OF FOCUSED ENERGY DISCONTINUOUS EXERCISE ON POWER YIELD FOR THE CHEST AREA

Diego ALBACETE

Chile

Abstract: The point of the current review was to analyze and gauge focused energy, irregular chest area execution, as well as distinguishing spaces of the body that influence the change in absolute work done during the 5 × 6 s run test. Fifteen guys finished a chest area 5 × 6 s run test on a changed electro-attractively slowed down cycle ergometer, which comprised of five maximal exertion runs, every 6 s in span, isolated by 24 s of aloof recuperation. A fly wheel slowing down power relating to 5% of the members' body weight was utilized as the carried out obstruction level. Body piece was estimated utilizing double energy X-beam absorptiometry (DEXA). Percent (%) decrement was determined as 100 − (All out work/optimal work) × 100. Huge ($P < 0.05$) contrasts were found between runs for both outright and relative (W, W·kg−1, W·kg−1 Fit weight (LBM) and W·kg−1 Chest area fit weight (UBLBM)) top (PP) and mean (MP) power. The % decrement in complete work done over the five runs was 11.4%. Stepwise various straight relapse investigation uncovered that UBLBM represents 87% of the difference in absolute work done during the chest area 5 × 6 s run test. These outcomes give an illustrative examination of chest area, focused energy discontinuous exercise, exhibiting that PP and MP yield diminished fundamentally during the chest area 5 × 6 s run test.

Keywords: Chest Area, Irregular, Extreme Focus, Work Out, 5 × 6 S, Run, Rsa

PHYSIOLOGICAL REACTIONS FUNDAMENTAL THE VIEW OF EXERTION DURING MODERATE AND SUBSTANTIAL FORCE CYCLE ERGOMETRY

Setrag JALALYAN

Armenia

Abstract: This review inspected examples of reactions for physiological and perceptual factors during cycle ergometry at a steady pace of apparent effort (RPE) inside the moderate and substantial exercise force spaces. Nineteen (mean age 21.3 ± 0.5 years; 43.4 ± 2.0 mL·kg−1·min−1 V ˙ O 2 Pinnacle) reasonably prepared cyclists played out a steady test to weariness and two 60 min consistent RPE rides at the RPE relating to the gas trade limit (RPEGET) and 15% over the GET (RPEGET+15%). Oxygen utilization (V ˙ O2), respiratory trade proportion (RER), pulse (HR), minute ventilation (V ˙ E), breathing recurrence ($\mathscr{F}$b), and power yield (PO) were observed all through the rides. Polynomial relapse examinations showed V ˙ O2, RER, HR, and V ˙ E (relationship = −0.85 to −0.98) followed the abatements in PO needed to keep a consistent RPE. Just $\mathscr{F}$b followed RPE during the moderate and substantial power rides. Rehashed measures ANOVAs demonstrated that V ˙ O2 during the 60 min rides at RPEGET was not unique ($p > 0.05$) from V ˙ O2 at GET from the gradual test to depletion. Consequently, checking power utilizing a RPE related with the GET is economical for up to 60 min of cycling exercise and a typical system might intervene $\mathscr{F}$b and the impression of exertion during moderate and weighty force cycle ergometry.

Keywords: Gas Trade Limit, Insight, Breath, Practice Power

DEPENDABILITY OF THE SINGLE-VISIT FIELD TRIAL OF BASIC SPEED IN PREPARED AND UNDEVELOPED YOUNG PEOPLE

Ignaci SARDÀ

Andorra

Abstract: Late examinations in grown-ups have shown that the basic power during running and cycling assessed from three expectation preliminaries scattered by 30 min is substantial and dependable. To build up the unwavering quality of the single-visit field test to decide basic speed (CS) and the distance above basic speed (D′) in teenagers, 29 prepared and 14 undeveloped members (mean ± SD age: 17.5 ± 0.5 years) performed three tests on a 400-m outside track isolated by 48 h. Each test comprised of three distances chose to bring about completing occasions somewhere in the range of 2 and 15 min that should be finished as quick as could really be expected. CS and D′ were displayed utilizing the direct 1/time model (Speed = D′(1/t) + CS). While the coefficient of variety (CV) of CS was somewhere in the range of 2.4% and 4.3%, the CV of D′ was 9.3% to 13.6%. Likewise the intraclass connection coefficient went from 0.919 to 0.983 for CS and from 0.325 to 0.828 for D′. The outcomes show that the single-visit field test gives dependable assessments of CS yet not D′ in prepared and undeveloped adolescents.Critical power (CP), which addresses the asymptote of a member's power-span bend, isolates the limits of the weighty and exceptionally substantial force spaces and has been comprehensively connected with maximal lactate consistent state

Keywords: Basic Power, Field Test, Youth Competitors, Test-Retest Dependability

IS THERE AN EVER-EVOLVING WITHDRAWAL OF PHYSIOLOGICAL ASSURANCES AGAINST EXTREME FOCUS EXERCISE-INITIATED WEAKNESS DURING PUBESCENCE?

Gaurav PAL

Bangladesh

Abstract: Adolescence is described by countless physiological changes that convert into expanded neuromuscular weakness during focused energy practice in youths contrasted with prepubertal kids. This more prominent neuromuscular exhaustion in young people could be credited to fringe (i.e., strong) and focal (i.e., apprehensive) factors that change through adolescence. Among the fringe changes are bulk, fiber type arrangement, energy digestion and musculo-tendinous solidness. Among the focal adjustments are the intentional enactment level, the main enemy co-actuation and a differential interaction among focal and fringe exhaustion. The target of this audit paper will be to underline the significance of these variables on the advancement of neuromuscular weakness during extreme focus practice all through pubescence and to feature that the teenagers could be physiologically less ensured against exhausting focused energy practice than their prepubertal partners. Actual work in kids (The expression "youngster" will allude to young ladies and young men before the improvement of auxiliary sex attributes, generally characterized as up to the age of 11 years for young ladies and up to age 13 years for young men.) and teenagers (The expression "juvenile" will be applied to young ladies matured 12–18 years and young men matured 14–18 years.) is regularly described by rehashed extreme focus transient activities that can prompt weariness (The expression "weakness" will be characterized as "any activity instigated decrease in the maximal limit of the skeletal muscle to create power or power yield"

Keywords: Development, Development, Neuromuscular Exhaustion, Serious Exercise and Defensive Instruments

UTILIZING ROWERS' VIEW OF ON-WATER STROKE ACCOMPLISHMENT TO ASSESS SCULLING CATCH PROFICIENCY FACTORS BY MEANS OF A BOAT INSTRUMENTATION FRAMEWORK

Carson GRAHAM

United Kingdom

Abstract: Point: A compelling catch in sculling is a basic determinant of boat speed. This review utilized rowers' exhibition based decisions to think about three proportions of catch slip proficiency. Two inquiries were tended to: (1) would rower-made a decision about Yes strokes be quicker than No strokes? also, (2) which technique for measuring get slip best mirrored these decisions? Strategies: Eight single scullers performed two 10-min squares of sub maximal on-water paddling at 20 strokes each moment. Each 30 s, rowers announced either Yes or No with regards to the nature of their stroke at the catch. All things considered, a moderate impact advantage over No strokes with a normalized impact size of 0.43. Furthermore, a faster an ideal opportunity to positive speed increase best mirrored the adjustment of execution; where the normalized mean contrast score of 0.57 for time to positive speed increase was bigger than the scores of 0.47 for time to PowerLine power, and 0.35 for time to 30% pinnacle pin power get slip measures. For every one of the eight rowers, Yes strokes related to time to positive speed increase happening sooner than No strokes. End: Rower decisions about effective strokes was connected to accomplishing a speedier chance to positive speed increase, and might be of the most worth in accomplishing a higher normal boat speed.

Keywords: Paddling, Biomechanics, Execution, Decisions and Catch

AN EXAMINATION BETWEEN LEARNING STYLE INCLINATIONS, SEX, GAME AND ACCOMPLISHMENT IN WORLD CLASS GROUP ACTIVITY COMPETITORS

Chirkos Ephraim ARON

Ethiopia

Abstract: Competitors have inclinations for the manner by which they disguise and interaction data, regardless of whether that is visual, aural, by-doing (sensation), perusing or a combination of inclinations. Wellbeing experts that associate with competitors seldom consider the singular learning style before any correspondence or training, notwithstanding mounting proof for the advantages of learning-style custom-made instruction. The point of this review was to describe competitors with respect to their favored learning style. Competitors (n = 93) from 24 games and different game accomplishment levels finished a survey, including the visual (V), hear-able (A), perusing/composing (R), sensation (K)/(VARK) Poll for Competitors. Survey results were investigated by X2 examination on SPSS. The principle discoveries were: (1) not many competitors have a visual learning-style inclination; (2) there was a huge connection among sexual orientation and VARK inclination (X2 = 13.84, p = 0.003); (3) and between athletic status and VARK inclination (X2 = 9.2, p = 0.025); (4) there was an insignificant relationship between individual/group activity competitors and evaluated VARK inclination (X2 = 3.95, p = 0.265). Our discoveries show huge variety in learning-style inclination among guys and females, and those of various athletic status. Wellbeing experts ought to know about the deficiency of visual data show when working with competitors. Moreover, wellbeing experts working with world class and female competitors ought to be open to utilizing a combination of learning styles (multi-modular).

Keywords: Sports, Athletic Execution, Advising, Training

IMPACTS OF RESPIRATORY MUSCLE WARM-UP ON FOCUSED ENERGY EXERCISE EXECUTION

Harald SLETTE

Norway

Abstract: Exercise execution is to some degree restricted by the usefulness of the respiratory muscle structure. Preparing these muscles further develops consistent state practice execution. In any case, less is had some familiarity with the viability of executing a respiratory muscle warm-up (RWU) quickly before extreme focus work out. Our review design was to utilize an expert agreeable wind stream limitation gadget to explore the impacts of a high, medium, or low force RWU on short, extreme focus practice and aspiratory, cardiovascular, and metabolic capacity. Eleven casually dynamic, guys (24.9 ± 4.2 y, 178.8 ± 9.0 cm, 78.5 ± 10.4 kg, 13.4% ± 4.2% muscle to fat ratio) cycled at 85% pinnacle capacity to weariness (TTE) following four distinctive RWU conditions (separate days, in arbitrary request): (1) high; (2) medium; (3) low wind stream motivation limitation, or no RWU. When broke down collectively, TTE didn't further develop following any RWU (4.73 ± 0.33 min). Nonetheless, 10 of the 11 members improved ≥25 s in one of the three RWU conditions (normal = 47.6 ± 13.2 s), which was altogether better than ($p < 0.05$) the control preliminary (CON). Neither blood lactate nor saw trouble was adjusted by condition. As a rule, respiratory trade proportions were altogether lower during the beginning phases of TTE in all RWU conditions. Our discoveries recommend RWU viability is predicated on recognizing ideal motivation power, which unmistakably contrasts between people.

Keywords: Stretches, Extreme Focus, Execution, Respiratory, Hypoxia, Breathing, Limitation, Hypocapnia, Exhaustion

PHYSICAL AND PHYSIOLOGICAL QUALITIES OF JUDO COMPETITORS: AN UPDATE

Sasan ASADI

Iran

Abstract: Judo rivalry is described basically by weight class, which raises the significance of physiological control preparing in judo. The point of the current survey was to look at logical papers on the physiological profile of the judokas, support or deficiency of weight, outlining issues, like anthropometric boundaries (muscle to fat ratio), pulse reactions to preparing and battle, maximal oxygen take-up, hematological, natural and chemicals markers. The qualities displayed in this survey ought to be utilized as a source of perspective for the assessment of actual wellness and the viability of preparing programs. Henceforth, this data is relied upon to add to the improvement of ideal preparing mediations planning to accomplish most extreme athletic execution and to keep up with the soundness of judokas. Serious judo requests focused energy discontinuous activities, in which ideal actual qualities are essential to accomplish specialized strategic turn of events and achievement in battle. As a matter of fact, high preparing loads, which require effective and facilitated activities, are applied to judokas to accomplish high game's presentation. Since judo is a game including weight classes, a significant preparing objective is the accomplishment of an ideal load through the blend of limited eating regimen and high-impact preparing, typically meaning to diminish fat mass quickly. As per a few examinations, there are judokas who can lose somewhere in the range of 3% and 6% fat mass during the last a long time before the opposition. This diminishing may reach even 10% of weight trying to get a benefit by going up against lighter, more modest and more fragile rivals.

Keywords: Anthropometry, Assessment, Judo, Physiology, Preparing

PARALLEL SQUATS FUNDAMENTALLY DIMINISHING RUN TIME IN UNIVERSITY BASEBALL COMPETITORS

Karin CHANPAKDEE

Taiwan

Abstract: The intention was to inspect the impact of earlier execution of hand weight parallel squats (DBLS) on a readiness development into-a-run (AMS) test. Twelve university, obstruction prepared, baseball competitors partook in three meetings isolated by three days. Meeting One comprised of AMS standard test, DBLS 5-RM test, and test convention acquaintance. Subjects were haphazardly relegated the convention request for Meetings Two and Three, which comprised of warm up followed by 1-min sitting (no-DBLS) or playing out the DBLS for 1 × 5 reiterations @ 5RM for every leg. Four minutes of slow recuperation strolling went before the AMS test, which comprised of beginning a base and sitting tight for a visual improvement. In response to boost, subjects applied maximal exertion while moving to one side by either turning or drop venturing and running for 10 yards (yd). In Meeting Three, subjects exchanged conventions (DBLS, no-DBLS). Foot contact time (FCT), step recurrence (SF), step length (SL), and 10-yd run time were estimated. There were no contrasts between conditions for FCT, SF, or SL. Contrasts existed between DBLS (1.85 ± 0.09 s) and no-DBLS (1.89 ± 0.10 s) for AMS ($p = 0.03$). Results from the current review support the utilization of DBLS for execution improvement before playing out the AMS test.

Keywords: Spryness, Complex Preparing, Lower Body Strength, Postactivation Potentiation, Speed

AN EXAMINATION BETWEEN CHOCOLATE MILK AND A CRUDE MILK HONEY ARRANGEMENT'S EFFECT ON POSTPONED BEGINNING OF MUSCLE IRRITATION

Mauro Kimura DA SIQUEIRA

Brazil

Abstract: This examination tried to look at the impact that a chocolate milk arrangement (CMS) and a crude milk arrangement (RMS) had on lower limit initiated deferred beginning of muscle irritation (DOMS). Twenty prepared male members finished a bunch of polls, before finishing a lower furthest point DOMS convention, to decide the degree of uneasiness and utilitarian impediments. When the DOMS convention was finished, members were haphazardly doled out to either the CM or RM bunch. Once doled out, members ingested 240 mL of the particular arrangement and finished similar arrangement of polls quickly post, 24-, 48-and 72-h post DOMS convention. Moreover, for 10 days post-ingestion members were reached to learn assuming that any adverse consequences were capable because of ingesting either arrangement. The two gatherings detailed an increment in lower furthest point uneasiness at every information assortment span post-DOMS convention (post, 24-, 48-and 72-h). Members allocated to the RM bunch detailed high inconvenience post and a relative decrease in uneasiness from promptly present DOMS convention on 72-h post. The RMS bunch revealed considerably less inconvenience at 72-h when contrasted with the CMS bunch. Ingestion of a crude milk arrangement promptly post strength exercise can considerably diminish the degree of self-revealed distress related with DOMS.

Keywords: DOMS, Chocolate, Milk, Crude, Recuperation, Touchiness, Honey, Strength, Work Out

THE AGE IN SWIMMING OF CHAMPIONS IN BIG SHOWDOWNS (1994–2013) AND OLYMPIC GAMES (1992–2012): A CROSS-SECTIONAL INFORMATION INVESTIGATION

Ingmar WALLENBERG

Sweden

Abstract: Foundation: We researched the time of swimming bosses in all strokes and race distances in Big showdowns (1994–2013) and Olympic Games (1992–2012); (2) Techniques: Changes in age and swimming execution across schedule a long time for 412 Olympic and title holders were investigated utilizing direct, non-straight, staggered relapse examinations and Multi-facet Perceptron (MLP); (3) Results: The period of pinnacle swimming execution stayed stable in most race distances for title holders and in all race distances for Olympic heroes. Longer (i.e., 200 m and that's only the tip of the iceberg) race distances were finished by more youthful (- 20 years of age for ladies and - 22 years of age for men) champions than more limited (i.e., 50 m and 100 m) race distances (- 22 years of age for ladies and - 24 years of age for men). There was a sex distinction in the time of bosses of - 2 years with a mean period of - 21 and - 23 years for ladies and men, separately. Swimming execution worked on in most race distances for world and Olympic heroes with a bigger pattern of expansion in Olympic bosses; (4) End: Swimmers at more youthful ages (<20 years) may profit from preparing and contending in longer race distances (i.e., 200 m and longer) before they change to more limited distances (i.e., 50 m and 100 m) when they become more established (>22 years).

Keywords: Champions, Age, Execution, Sex Distinction

HOW SURE WOULD WE BE ABLE TO BE IN DEMONSTRATING FEMALE SWIMMING EXECUTION IN IMMATURITY?

Chi JUNG-MIN

South Korea

Abstract: The reason for this exploration was to decide the normal movement of juvenile female swimming exhibitions utilizing a longitudinal methodology. The exhibitions of 514 female swimmers (long term olds) who partook in at least one FINA-controlled yearly global schools' swimming titles north of an eight-year time frame were investigated. Quadratic capacities for every one of the seven individual occasions (50, 100, 200 m free-form, 100 m backstroke, breaststroke, butterfly, 200 m individual) not really settled utilizing blended direct models. The anticipated edge of max execution went from 16.8 ± 0.2 (200 m individual variety) to 20.6 ± 0.1 (100 m butterfly) years old, gone before by continuous paces of progress (mean pace of 1.6% each year). In any case, following cross approval, just three occasions (100 m backstroke, 200 m individual mixture and 200 m free-form) delivered solid models. Recognizing the variables that add to the movement of female execution in this momentary time of life stays testing, not least since the beginning of adolescence is probably going to have happened preceding arriving at 12 years old, the base rivalry age for this title.

Keywords: Pubescence, Following, Ability Advancement, Sub-First Class, Rivalry

SORT OF GROUND SURFACE DURING PLYOMETRIC PREPARING INFLUENCES THE SERIOUSNESS OF ACTIVITY INCITED MUSCLE HARM

Diego SOLDADO

Colombia

Abstract: The motivation behind this review was to look at the progressions in the manifestations of activity prompted muscle harm from an episode of plyometric work out (PE; 10 × 10 vertical leaps) acted in oceanic, sand and firm conditions. 24 solid school matured men were haphazardly doled out to one of three gatherings: Amphibian (AG, n = 8), Sand (SG, n = 8) and Firm (FG, n = 8). The AG performed PE in an oceanic setting with a profundity of ~130 cm. The SG performed PE on a dry sand surface at a profundity of 20 cm, and the FG performed PE on a 10-cm-thick wooden surface. Plasma creatine kinase (CK) movement, deferred beginning muscle irritation (DOMS), knee scope of movement (KROM), maximal isometric deliberate compression (MIVC) of the knee extensors, vertical leap (VJ) and 10-m run were estimated previously and 24, 48 and 72 h after the PE. Contrasted with gauge esteems, FG showed altogether ($p < 0.05$) more prominent changes in CK, DOMS, and VJ at 24 until 48 h. The MIVC diminished altogether for the SG and FG at 24 until 48 h present exercise in correlation on the pre-practice esteems. There were no huge ($p > 0.05$) time or gathering by time cooperations in KROM. In the 10-m run, all the treatment bunches showed huge ($p < 0.05$) changes contrasted with pre-practice esteems at 24 h, and there were no critical ($p > 0.05$) contrasts between gatherings. The outcomes demonstrate that PE in an amphibian setting and on a sand surface actuates less muscle harm than on a firm surface. In this way, preparing in amphibian conditions and on sand might be useful for the improvement of execution, with a simultaneously lower hazard of muscle harm and touchiness.

Keywords: Plyometric Work Out, Oceanic Setting, Sand Surface, Muscle Touchiness

A PORTRAYAL AND CORRELATION OF CARDIORESPIRATORY WELLNESS MEASURES ACCORDING TO THROWING EXECUTION AMONG PROFICIENT BASEBALL PITCHERS

Mauro MERINO

Colombia

Abstract: The reason for this review is to give clear and near data with respect to the cardiorespiratory wellness of expert baseball pitchers. 24 (n = 24) significant association (ML) baseball pitchers (starters n = 14; relievers n = 10) north of seven seasons (2007–2013) were assessed. An altered Bruce convention and the CardioCoach™ CO2 metabolic analyzer were utilized to gauge VO2 max and anaerobic limit (AT) toward the start of each season. Execution information from each season was used to draw induction about pitching execution. Single direction Investigation of Fluctuation (ANOVA) was utilized to look at Beginning (S) and Help (R) pitchers above/beneath the gathering mean for VO2 max and AT. Pearson item second connections were likewise used to inspect connections between cardiorespiratory wellness and execution. Critical contrasts in execution were found between S pitchers above/beneath the general gathering mean for VO2 max. ($p \leq 0.05$) and for AT in Strolls in addition to Hits per Inning Pitched (WHIP) ($p \leq 0.05$) and Acquired Run Normal (Period) ($p \leq 0.05$). Critical connections between VO2 max and Strolls per 9 Innings (BB/9) ($p \leq 0.05$), Grand slams per 9 innings (HR/9) ($p \leq 0.05$), Wins (W) ($p \leq 0.05$), Handling Autonomous Pitching (FIP) ($p \leq 0.01$), Strikeouts (K) ($p \leq 0.01$), Hits per 9 innings (H/9) ($p \leq 0.01$), Strikeouts per 9 innings (K/9) ($p \leq 0.01$), Time ($p \leq 0.01$), and WHIP ($p \leq 0.01$). Low, however critical, relationships were found among AT and WHIP ($p \leq 0.05$) and Time (≤ 0.05). End: Higher oxygen consuming limit seems, by all accounts, to be more powerful for S than R pitchers. Strength and molding specialists ought to guarantee that pitchers, particularly S pitchers at the ML level, perform adequate and proper aerobic exercise to help pitching execution.

Keywords: Molding, Perseverance, Pitching, Execution, VO2 Max

1.ULUSLARARARASI SPOR VE SOSYAL BİLİMLERE MULTİDİSİPLİNER YAKLAŞIM KONGRESİ

POSTER ÖZET SUNUMLAR

OLİMPİYATLARDA SÜRDÜRÜLEBİLİRLİK: YEŞİL OYUNLAR

Ebru DURUSOY, Beyza Aslı BİLSEL, Selen AYDÖNER

Türkiye

Öz: Sürdürülebilirlik ekolojik kaynakların gelecekte de varlığını koruyabilmesi için kendini yenilemesine olanak tanıyacak şekilde kullanılması olarak tanımlanır. Ekolojik dengeyi korumak için mevcut kaynaklar, doğanın yenilenme hızından daha hızlı tüketilmemelidir. Sürdürülebilirlik küresel boyutta sosyal, çevresel ve ekonomik açıdan incelenmesi gereken, modern çağın kritik sorunlarından biridir. Spor çok çeşitli türleri olan ve tüm kültürleri etkileyen, sürdürülebilir kalkınmaya fayda sağlayan bir alandır. Olimpiyatlar, uzun yıllardır devam eden milyonlarca insan tarafından takip edilen ve kültürel etkileşime katkıda bulunan küresel çapta organizasyonlardır. Bu çalışmanın amacı literatür taraması yaparak olimpiyatların sürdürülebilirlik anlayışında güçlü ve zayıf yönlerine dair uygulamaları ortaya koymaktır. Uluslararası Olimpiyat Komitesi (IOC) "Spor yoluyla daha iyi bir dünya inşa etmek" vizyonu ile Olimpik Hareketin küresel sürdürülebilirliğe aktif olarak katkıda bulunma misyonu edinmiştir. Bu misyon doğrultusunda spor organizasyonlarında çevresel etki, sağlık, sosyal yaşam, cinsiyet eşitliği, şeffaflık ve insan hakları konuları göz önünde bulundurulmaktadır. Ayrıca "Yeşil Olimpiyat" tasarım anlayışıyla hareket edilerek olimpiyatlarda enerji ve su korunumu, atık yönetimi, hava, su ve toprak kalitesinin düzeltilmesi, fiziksel ve kültürel çevrelerin korunumu konularına dikkat çekerek duyarlılığın artmasına katkı sağladığı görülmektedir. Öte yandan sürdürülebilirlik ilkelerinin ne kadar uygulanabildiği de bir tartışma konusu olarak güncelliğini korumaktadır. Sonuç olarak olimpiyatlar gibi mega etkinliklerin ve spor organizasyonların sürdürülebilirlik ilkesine bağlı olarak hem insanlığa hem de doğaya katkı sağlayacak şekilde uygulanması ve geliştirilmesinin gerekliliği ortaya konmuştur.

Anahtar Kelimeler: Spor, Sürdürülebilirlik, Olimpiyat

İŞİTME ENGELLİ BİREYLERİN TOPLUMA UYUM SORUNLARI VE GELECEK BEKLENTİLERİNİN BELİRLENMESİ

Oğuzhan AYDEMİR, Nihal Sena ÇETİN

Türkiye

Öz: Tanımlayıcı nitelikte planlanan araştırma işitme engelli bireylerin toplumsal uyum sorunlarını incelemek ve sosyo-demografik özelliklerle karşılaştırmak amacıyla yapılmıştır. Araştırmanın evrenini Çekmeköy Belediyesi İşitme Engelliler Eğitim Kültür Gençlik ve Spor Kulübü Derneğine kayıtlı olan ve veri toplamada kolaylık sağlamak için okuma, anlama ve cevap verme düzeyleri daha yüksek olacağı düşünülen 12 yaş ve üzerindeki işitme engelli bireyler araştırmanın örneklemini oluşturmaktadır. Dernek kayıtlarında bulunan ve üye olan/üye olmayan işitme engellilerin tümünün araştırmaya alınması amaçlandığı için ayrıca bir örneklem seçim yöntemine başvurulmayacağı için mevcut kişiler araştırma grubu olarak belirlenmiştir. Veriler işitme engelli öğrencilerin sosyo demografik özelliklerini ve toplumsal uyum sorunlarını belirlemek için oluşturulan bir soru formu aracılığı ile toplanmıştır. Araştırma kapsamına alınan işitme engelli bireylerin %1'inin 12-15 yaş grubunda, %3'ünün 16-18 yaş grubunda ve %96'sının ise 19 yaş ve üzeri grupta olduğu saptanmıştır. Araştırma kapsamına giren işitme engellilerin %94'ünün işitme cihazı kullanmadığı, %93'ünün dudak okumayı bilmediği saptanmıştır. Yine araştırma kapsamına giren işitme engellilerin %17'sinin insanlarla çabucak kaynaştığı, %81'inin ise kısmen kaynaşabildikleri belirlenmiştir. Elde edilen sonuçlar doğrultusunda bazı öneriler getirilmiştir. Araştırmanın geneli itibariyle işitme engelli bireylerin topluma uyum sorununun olduğu rahatlıkla söylenebilmektedir. Bunun başlıca sebebi niteliksel eğitim eksikliği ve yeterli bilinçlendirme çalışmalarının azlığı gösterilebilir. Bu nedenle "işitme engeli" bir "iletişim engeli"ne dönüşmekte ve topluma uyum sağlama noktasında sorunların daha da karmaşık bir hal almasına sebep olmaktadır. Eğitim yönünün getirdiği olumsuzluklar sebebiyle duyma engeli bir iletişim engeline dönüşmekte, böylece bireyler çevrelerinden uzaklaşmakta ve topluma yarar sağlama, değer katma özelliklerini de yitirmektedirler. Bu sebepler göz önüne alındığında işitme engellilerin hayatlarını kolaylaştırıcı ve toplumsal uyum sorunlarını azaltıcı projeler ve benzeri yenilikçi çözümlerin önemi anlaşılmakta ve gerçekleştirilmesinin eğitim açısından nitelikler arz ettiği görülmektedir.

Anahtar Kelimeler: İşitme Engelli Birey, Uyum, Gelecek Kaygısı

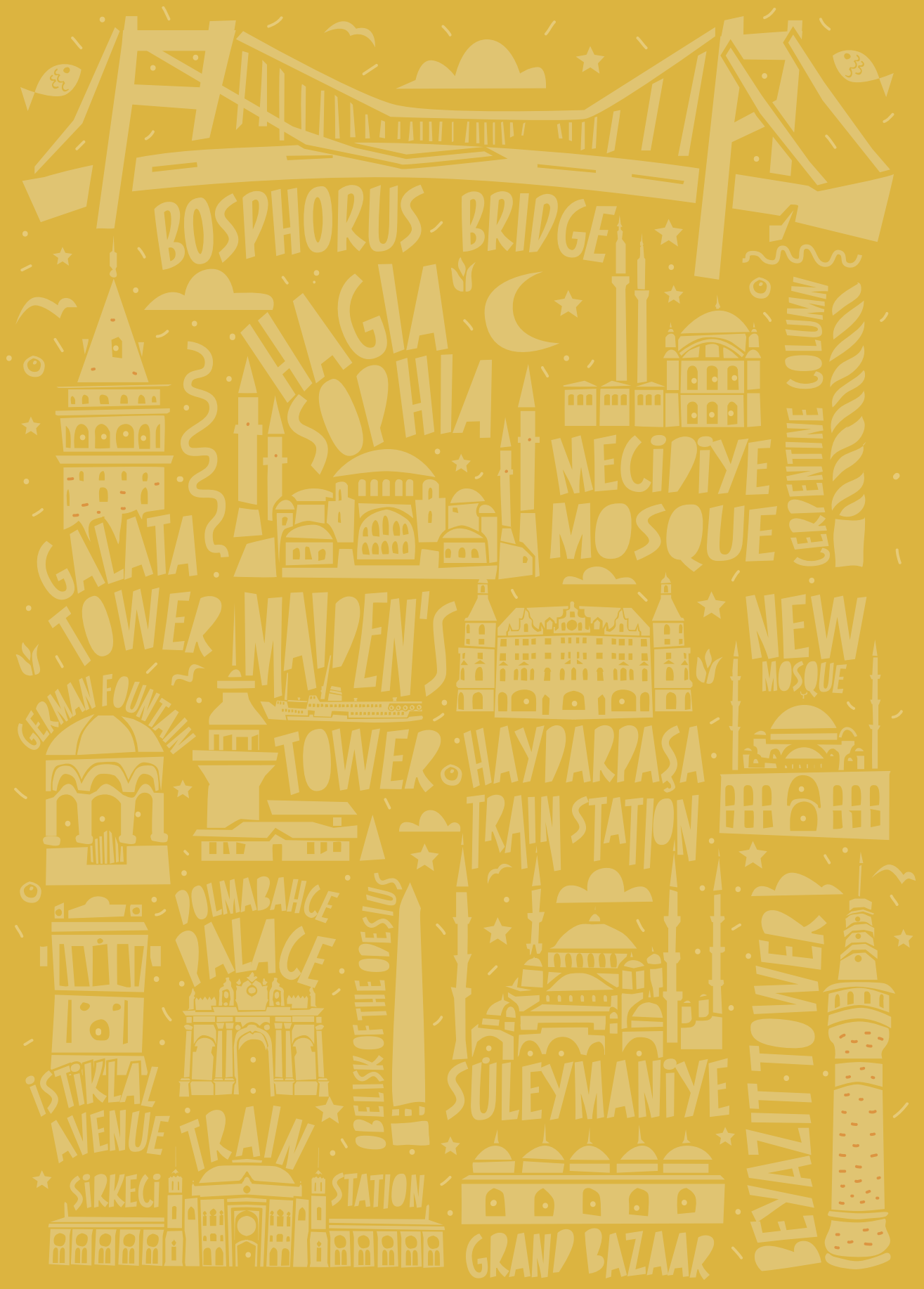
MEVCUT OLANAKLARI İŞLEVSEL KULLANMAK: ALIŞVERİŞ MERKEZİ YÜRÜYÜŞLERİ

Selen AYDÖNER, Beyza Aslı BİLSEL, Ebru DURUSOY

Türkiye

Öz: Fiziksel olarak aktif olmak, sağlıklı yaşlanmayı sağladığı gibi kronik hastalıklar riskini de azaltmaktadır. Geriatrik bireyler ise, arasında sedanterliğe en çok eğilim gösteren yaş grupları arasında bulunmaktadır. Bu yaş grubunu aktif tutmak hem tedavi edici hem de koruyucu olarak önem taşımaktadır. Yürüyüş ise geriatrik bireylerde fiziksel aktivite önerilerini karşılamanın etkili ve güvenli bir yoludur. Bu araştırmanın amacı literatür taraması yöntemiyle Amerika'da ortaya çıkan ve yurtdışında geriatrik yaş grubunda oldukça popüler olan alışveriş merkezlerinde yürüyüş programının avantajları ve dezavantajlarını ortaya koymaktır. Geriatrik bireyler için fiziksel aktivitenin önünde birçok çevresel engel bulunmaktadır. Fakat alışveriş merkezleri güvenli ve erişilebilir olması nedeniyle birçok geriatrik bireyin tercih ettiği ortam haline gelmiştir. Alışveriş merkezi yürüyüşleri bireysel ya da grup olarak yapılan genellikle uzun koridorlarda gerçekleşen yürüyüşler olarak tanımlanmaktadır. Alışveriş merkezi yürüyüşleri sosyal adaptasyon ve grup aidiyeti özelliğiyle bu bireyler için önemli bir grup aktivitesidir. Önemli bir grup aktivitesi olmasına karşın bireyleri tüketime itmenin yanı sıra bu tür merkezlerdeki yapay ışık, temiz havanın eksikliği, yüksek ses, sert zemin özelliği gibi dezavantajları bulunmaktadır. Alışveriş merkezi yürüyüş programlarının erişimi, etkinliği, sürdürülebilirliği hakkında kanıta dayalı ve objektif daha çok sayıda araştırmaya ihtiyaç vardır. Sonuç olarak, sayısı giderek artan alışveriş merkezlerinin işlevsel kullanılabilirliğinin sağlanması koruyucu toplumsal sağlık uygulamalarına katkıda bulunabilecek şekilde değerlendirilmesi gereken bir faktördür.

Anahtar Kelimeler: Fiziksel Aktivite, Yürüyüş, Geriatri, Alışveriş Merkezi


BOSPHORUS BRIDGE
HAGIA SOPHIA
GALATA TOWER
MAIDEN'S TOWER
MECIDIYE MOSQUE
CERENTINE COLUMN
NEW MOSQUE
GERMAN FOUNTAIN
HAYDARPAŞA TRAIN STATION
DOLMABAHCE PALACE
OBELISK OF THE OPESIUS
İSTIKLAL AVENUE
TRAIN SIRKECI STATION
SÜLEYMANIYE
BEYAZIT TOWER
GRAND BAZAAR